

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut WHO Remaja adalah populasi dengan periode usia 10-19 tahun. Masa remaja atau yang sering disebut dengan masa adolesens merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial (WHO, 2018). Kementerian Kesehatan membagi periode remaja menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun). Dalam hal fisik, periode remaja ditandai dengan adanya perubahan ciri-ciri fisik dan fungsi psikologis, terutama yang berhubungan dengan organ reproduksi, sedangkan dari sisi psikologis, masa remaja merupakan saat individu mengalami perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral (Anggraini, Lubis, & Azzahroh, 2022)

Data Profil Remaja Indonesia dari *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menunjukkan bahwa pada tahun 2021, jumlah penduduk Indonesia mencapai 270. 203. 917 jiwa. Dari angka tersebut, sekitar 17% merupakan remaja berusia 10-19 tahun, dengan rincian 51% di antaranya berusia 10-14 tahun dan 49% berusia 15-19 tahun. UNICEF mencatat bahwa terdapat sekitar 46 juta remaja di Indonesia, di mana 48% di antaranya adalah remaja putri. Ini menandakan bahwa Indonesia memiliki populasi remaja terbesar, sebuah indikator penting masa remaja bagi negara ini dengan sekitar 4,7% remaja putri yang tidak menyadari kondisi tersebut. Di Jawa Barat, fenomena ini juga terlihat terdapat 1. 904. 206 remaja putri berusia 10-14 tahun dan 1. 961. 354 remaja putri berusia 15-19 tahun (BPS Jabar 2023). Selain itu, daerah lainnya yang juga memiliki populasi remaja besar termasuk Jawa Timur, Jawa Tengah, Sumatera Utara, Banten, dan DKI Jakarta. Sebaliknya, negara dengan populasi remaja terkecil di Indonesia adalah Sulawesi Barat, Maluku Utara, Gorontalo, Papua Barat, dan Kalimantan Utara UNICEF. (Putril & Utama, 2024)

Masa remaja atau remaja merupakan salah satu dari dua periode dalam siklus kehidupan yang ditandai dengan pertumbuhan pesat dan perubahan signifikan. Perubahan cepat yang terjadi pada masa remaja dapat menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu, rasa tidak aman, dan dalam banyak kasus berujung pada perilaku negatif. Permasalahan utama yang dihadapi remaja adalah tidak mengetahui tindakan apa yang harus dilakukan dalam menyikapi perkembangan yang dialaminya, khususnya permasalahan kesadaran remaja akan masa pubertas dan bagaimana remaja berperilaku dalam menghadapi perubahan tersebut. Tingkat keparahan dampak perubahan perilaku remaja sangat bergantung pada kemampuan dan kemauan anak dalam mengungkapkan kekhawatiran dan kecemasannya kepada orang lain sehingga ia dapat memperoleh sudut pandang baru dan lebih baik (Kurniawati dkk, 2021)

Perubahan fisik yang terjadi juga berdampak pada keadaan psikis remaja. Remaja putri lebih memiliki tingkat stres yang tinggi dalam menghadapi pubertas terutama dalam masalah fisik. Sikap remaja putri dalam menghadapi perubahan tersebut adalah timbul perasaan malu seperti saat menstruasi, perubahan payudara, berat badan yang bertambah dan munculnya jerawat serta gangguan bau badan akibat peningkatan hormon yang mengakibatkan kurangnya percaya diri.. Usia pubertas dan gender diharapkan berinteraksi untuk memprediksi gejala kecemasan sosial, dengan status pubertas lanjut yang menyebabkan peningkatan gejala kecemasan sosial pada anak perempuan, namun tidak pada anak laki-laki. Khususnya pada remaja putri, perbedaan remaja putri dengan remaja putra dalam merespon sesuatu akan sangat berpengaruh terhadap psikologisnya sehingga menjadikan remaja putri lebih peka dan sensitif yang ditandai dengan gelisah, takut, sedih, menarik diri dan menghindari yang merupakan manifestasi dari kecemasan (Putri, Hany, & Fujiana, 2024) Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa remaja putri merupakan individu yang rentan akan kecemasan

Menurut Federasi Kesehatan Mental Indonesia (Fekmi), sekitar 47,7 persen remaja sering mengalami kecemasan, sementara 84 persen di antara mereka merasakan kecemasan yang berulang. Selain itu, 70,3% remaja juga sering terjebak dalam pemikiran negatif, dan banyak yang mengaku kerap mengalami mimpi buruk. Hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi yang mereka peroleh mengenai masalah reproduksi dan segala aspek yang terkait, baik dari lingkungan keluarga maupun masyarakat. (Asiyah, K, & Anita, 2015)._Indonesia merupakan negara berkembang, dimana setiap tahunnya angka kecemasan yang dialami remaja semakin meningkat. Menurut Biro Pusat Statistik (BPS) di Indonesia terdapat 49,1% remaja mengalami kecemasan terhadap pubertas termasuk masalah menstruasi (BPS, 2018).

Penelitian Isnatin (2015) kecemasan remaja putri tentang perubahan fisik pada masa pubertas dipengaruhi oleh umur, hal ini dapat ditunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian hampir dari setengah responden berumur 13 tahun sebanyak 34 orang (44,7%). Pada usia 12-19 tahun remaja putri menunjukkan perubahan secara fisik seperti tubuh menjadi membesar. Masa remaja cenderung menutup diri sehingga terkadang menyebabkan cemas yang berlebihan pada remaja bahkan sampai mengalami stres. Perubahan pada masa pubertas harus diimbangi oleh informasi, tanpa informasi yang tepat tentunya rasa cemas yang dimiliki remaja putri semakin besar. Kecemasan dipengaruhi kurangnya informasi. Hal ini dapat ditunjukkan bahwa (53,9%) responden tidak pernah mendapat informasi tentang perubahan fisik pada masa pubertas. Pada kecemasan ringan siswi mampu mengambil langkah untuk mengatasi kecemasan mereka salah satu contoh yaitu meningkatkan pemahaman tentang perubahan fisik masa pubertas dan mencari motivasi dari teman sebaya (Khaleghparast, et al, 2016). Kecemasan muncul sebagai akibat dari adanya respon terhadap kondisi stres atau terjadinya konflik. Hal tersebut biasa terjadi pada seseorang jika sedang mengalami perubahan keadaan dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi. Kecemasan yang dialami remaja karena ketidaktahuan mengenai apa yang terjadi

pada dirinya biasanya disebabkan karena sebagian orangtua masih merasa tabu dalam memberikan pendidikan seks pada anaknya (Aryani,dkk : 2015)

Dukungan sosial yang diberikan orang tua meliputi dukungan informasi, bersikap emosional, penghargaan, dan bermanfaat dapat mengurangi kecemasan remaja. Orang tua hendaknya memberikan informasi kepada anak mengenai perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja sedini mungkin agar anak memahami perubahan yang terjadi dan lebih siap menghadapinya. Namun tidak semua orang tua secara terbuka memberikan informasi mengenai masa pubertas dan segala perubahan yang terjadi, sehingga anak kurang mendapat pengetahuan yang cukup pengetahuan dan kecemasan muncul. Dukungan orang tua penting dalam membimbing dan mendampingi anak pada masa pubertasnya. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi akan lebih optimis dalam menjalankan kehidupannya saat ini maupun pada masa yang akan datang dan memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 1 Talun terhadap 10 remaja putri, ditemukan bahwa 7 dari 10 remaja tersebut merasakan kecemasan saat mengalami masa pubertas. Beberapa dari mereka mengalami kurangnya rasa percaya diri akibat munculnya jerawat, merasa tidak nyaman saat menstruasi karena terbatasnya gerak, merasa malu ketika berada di dekat teman lelaki karena perubahan pada payudara yang mulai berkembang, serta bingung memilih pakaian yang tepat untuk menutupi bagian dada mereka. Selain itu, ada juga yang menunjukkan penurunan minat belajar. Dalam wawancara yang dilakukan, terungkap bahwa rata-rata remaja putri kurang mendapatkan informasi dan perhatian dari orang tua mengenai masa pubertas. Dukungan dan perhatian orang tua sangat penting bagi remaja dalam menghadapi proses pertumbuhan dan perkembangan mereka, mengingat orang tua adalah sosok terdekat dalam kehidupan anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ” **Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan**

Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas”

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijabarkan diatas, permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara dukungan Sosial orang tua dengan kecemasan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial orang tua dan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat dukungan sosial orang tua yang diberikan kepada remaja putri selama masa pubertas.
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas.
3. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial orang tua (emosional, informasi, instrumental, penghargaan) dengan kecemasan remaja putri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan hubungan dukungan orang tua dengan kecemasan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisik pada masa pubertas

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Remaja

Diharapkan penelitian ini dapat membantu remaja mengontrol emosi, memberikan wawasan kepada remaja putri tentang cara menghadapi kecemasan terkait perubahan fisik selama pubertas dengan lebih positif dan

percaya diri. Dan membantu mereka menyadari pentingnya peran dukungan keluarga, terutama orang tua, dalam proses adaptasi tersebut.

1.4.2.2 Bagi Pendidik atau Konselor Sekolah

Diharapkan penelitian ini memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang program bimbingan dan konseling yang berfokus pada penguatan hubungan antara orang tua dan anak selama masa pubertas. Dan menjadi referensi untuk mengembangkan pendekatan yang lebih sensitif terhadap kebutuhan remaja yang mengalami kecemasan terkait perubahan fisik.

1.4.2.3 Bagi Institusi Institut Mahardika

Diharapkan penelitian ini dapat menambah literatur atau menjadi sumber bacaan bagi mahasiswa dan menjadi referensi bagi bidang keperawatan khususnya keperawatan anak di institut Mahardika Cirebon

1.5 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian sebelumnya yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, adapun perbedaan penelitian terletak pada hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan yaitu mengenai Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas

1. (Haryani, 2018) Penelitian yang berjudul "Pengaruh Dukungan Orang Tua Terhadap Kemampuan Mengatasi Kecemasan Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Remaja Putri" ini bertujuan untuk menguji pengaruh dukungan orang tua terhadap kemampuan remaja putri dalam mengatasi kecemasan akibat perubahan fisik pada masa pubertas. Penelitian ini dilakukan di SMPN 148 Jakarta. Desain penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan pendekatan asosiatif. Populasi penelitian ini adalah siswi kelas VII, VIII, dan IX SMPN 148 Jakarta, dengan jumlah sampel sebanyak 184 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster* dan *proportionate random sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner, yang mencakup

instrumen untuk mengukur kecemasan perubahan fisik masa pubertas dan instrumen untuk mengukur dukungan orang tua. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji prasyarat analisis (uji normalitas dan linearitas) dan uji hipotesis (uji korelasi Koefisien Product Moment, uji signifikansi korelasi, uji koefisien determinasi, uji persamaan regresi sederhana, dan uji signifikansi regresi). Hasil uji korelasi menunjukkan nilai r sebesar $-0,487$, yang mengindikasikan adanya pengaruh sedang antara kedua variabel. Hasil uji signifikansi menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara dukungan orang tua dengan kecemasan. Besarnya koefisien determinasi dukungan orang tua sebesar $23,71\%$ terhadap kecemasan, sedangkan $76,29\%$ sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

2. (Juwita, 2019) yang berjudul “Dukungan Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan ibu dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif analitik. Pendekatan yang diterapkan adalah cross sectional study. Populasi dari penelitian ini terdiri dari remaja putri di suatu daerah (detail spesifik mengenai lokasi tidak disertakan dalam kutipan). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling dengan jumlah sampel 258 siswi. Data diperoleh melalui kuesioner yang diisi langsung oleh responden yang disebarkan oleh peneliti dan anggotanya. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur dukungan ibu dan kesiapan remaja putri. Data dianalisis secara univariat dan bivariat. Dalam analisis bivariat, hubungan antara dukungan ibu dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche diuji dengan nilai p .

Persamaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian sebelumnya Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif analitik. Pendekatan yang diterapkan adalah cross sectional study.

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan peneliti sebelumnya peneliti sebelumnya “Dukungan Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi

Menarache" dengan sampel yang digunakan adalah total sampling sedangkan penelitian yang akan di lakukan “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas” dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

3. (Chasanah & Sekarwati, 2023) “Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Siswi SMP Negeri 1 Depok Sleman Yogyakarta". Desain penelitian yang digunakan adalah desain cross-sectional, yang memungkinkan pengukuran variabel independen (dukungan orang tua) dan variabel dependen (kecemasan remaja putri) secara bersamaan dalam waktu yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa perempuan di SMP Negeri 1 Depok Sleman Yogyakarta, dengan total populasi sebanyak 112 siswa. Jumlah sampel yang diambil untuk penelitian ini adalah 53 siswa perempuan, yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kuesioner yang dirancang untuk mengukur dukungan orang tua dan tingkat kecemasan remaja. Data dianalisis menggunakan metode Pearson product moment untuk mengukur hubungan antara dukungan orang tua dengan kecemasan remaja putri.

Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan di lakukan judul dengan variabel yang sama

4. (Kurniawati & Nurmayanti, 2021) dengan judul "HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PUBERTAS DENGAN SIKAP MENGHADAPI PERUBAHAN FISIK PADA REMAJA AWAL". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap remaja dalam menghadapi perubahan fisik yang mereka alami. Penelitian ini bertujuan untuk memberi wawasan mengenai bagaimana pengetahuan memengaruhi sikap dalam situasi perkembangan yang penting ini. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan rancangan *cross-sectional*. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengamati hubungan antara variabel

pengetahuan dan sikap pada satu titik waktu tanpa mengubah atau mengintervensi kondisi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 5 di SD N Kedunglo, yang berjumlah sebanyak 43 responden. Penentuan populasi dilakukan untuk memastikan bahwa sampel yang diambil dapat mewakili karakteristik yang ingin diteliti, yaitu remaja di tahap awal pubertas. Teknik sampling yang digunakan adalah *Total Sampling*, artinya seluruh populasi yang ada diambil sebagai sampel. Dalam penelitian ini, semua 43 siswa kelas 5 dijadikan sebagai sampel untuk analisis. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang disusun untuk mengumpulkan data mengenai tingkat pengetahuan siswa tentang pubertas dan sikap mereka terhadap perubahan fisik yang dihadapi. Kuesioner ini berfungsi sebagai alat utama dalam pengumpulan data dan mendapatkan respon yang relevan dari para responden. Untuk menganalisis data yang dikumpulkan, peneliti menggunakan Uji Chi-Square. Uji ini digunakan untuk menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel, yaitu tingkat pengetahuan dan sikap para remaja dalam menghadapi perubahan fisik yang berhubungan dengan pubertas. Hasil analisis menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut .

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan peneliti sebelumnya peneliti sebelumnya "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Dengan Sikap Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja Awal" dengan Teknik sampling yang digunakan adalah *Total Sampling*, artinya seluruh populasi yang ada diambil sebagai sampel. Dalam penelitian ini, semua 43 siswa kelas 5 SD. Sedangkan Penelitian yang akan di lakukan berjudul "Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas" dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel 100 pada siswi kelas 7 SMP.