

Skripsi

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI
TERHADAP PERUBAHAN FISIK PADA MASA PUBERTAS DI SMP
PGRI KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA TAHUN 2016**



**Disusun Oleh:
Sarini Rasyid
120100257**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2016**

HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI TERHADAP PERUBAHAN FISIK PADA MASA PUBERTAS DI SMP PGRI KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA TAHUN 2016

Sarini Rasyid¹, Lia Endriyani², Nindita K Santoso³

Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Alma Ata Yogyakarta
Jalan Ring Road Barat Daya No. 1 Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta
e-mail: sarinirasyid94@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Konsep diri pada remaja lebih menekankan pada penampilan yang mengakibatkan remaja menilai buruk terhadap dirinya. Kecemasan seringkali diakibatkan karena remaja tidak mampu beradaptasi dan berpikir secara realitas terhadap perubahan yang terjadi seperti perubahan bentuk tubuh, perkembangan ciri-ciri seks sekunder.

Tujuan: Mengetahui hubungan konsep diri dengan kecemasan remaja putri di SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian kuantitatif, rancangan penelitian adalah *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Instrumen penelitian berupa kuisioner konsep diri dan kuisioner kecemasan remaja putri terhadap perubahan fisik pada masa pubertas. Sampel penelitian adalah siswi kelas VII SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta sebanyak 43 responden.

Hasil: Konsep diri responden sebagian besar dalam kategori konsep diri yang positif yaitu sebanyak 24 responden (55,8%) dan konsep diri negatif yaitu sebanyak 19 responden (44,2%). Kecemasan responden sebagian besar dalam kategori sedang yaitu sebanyak 26 responden (60,6%), dalam kategori ringan sebanyak 13 responden (30,2%) dan kategori berat sebanyak 4 responden (9,2%). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan responden ($p > 0.7$).

Kesimpulan: Kecemasan yang dialami remaja putri pada saat mengalami masa pubertas, tidak dipengaruhi oleh Konsep diri dan diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi remaja putri yang sedang mengalami masa pubertas.

Kata Kunci: Remaja Putri, konsep diri, kecemasan, pubertas, perubahan fisik

¹Mahasiswi Universitas Alma Ata Yogyakarta

^{2,3}Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

The Association Between Self-Concept and The Level Of Anxiety For Physical Changes During Puberty Among Female Teenagers In SMP PGRI Kasihan Bantul Yogyakarta

Sarini Rasyid¹, Lia Endriyani², Nindita K Santoso³

Nursing Program Health Science Department
Alma Ata University
Ring Road Barat Daya Street No 1 Tamantirto, Kasihan Bantul Yogyakarta
e-mail: sarinirasyi94@gmail.com

ABSTRACT

Background: Self-concept in teenagers gives more emphasis on appearance. That cause teenagers to have bad views about themselves Anxiety often occurs due to inability to adapt and think realistically to the changes such as physical changes, development of secondary sexual characteristics.

Objective: To identify the association between self-concept and anxiety in female teenagers in SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta.

Method: This study was quantitative study with cross sectional design. It used total sampling technique. Research used in this study questionnaires of self-concept and anxiety in female teenager about the physical changes during puberty. Samples consisted of 43 students of grade VII SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta.

Result: Self-concept of respondents is mainly belonged to positive category (24 respondents or 55,8%) and Self-concept of respondents is to negative category (19 respondents or 44,2%). Anxiety of respondents mainly belonged to medium category (26 responden or 60,6%), lightly category mainly (13 respondents or 30,2%) and severe category mainly (4 respondents or 9,2%). There Was no significant association between self-concept and anxiety of female teenagers (p-value 0,7).

Conclusion: Female teenagers anxiety during puberty is not influenced by their concept of self and is expected to be a source of information for female teenagers who are going through puberty.

Keywords: female teenagers, self-concept, anxiety, puberty, physical change.

¹The student of Alma Ata Yogyakarta University

^{2,3}The lecturer of Alma Ata Yogyakarta University

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja usia 10-19 tahun. Dari data BKKBN tahun 2011 sekitar 900 juta jiwa berada di negara berkembang, sementara di Indonesia sendiri terdapat sekitar 60 juta jiwa penduduk adalah remaja². Populasi remaja di Provinsi Yogyakarta yaitu kelompok usia 10-14 tahun pada tahun 2012 terdapat 1.969.000 jiwa, sementara pada tahun 2013 terdapat 1.994.000 dan 2.006.000 jiwa pada tahun 2014. Pada kelompok usia 15-19 tahun pada tahun 2012 terdapat 2.344.000 jiwa, sementara pada tahun 2013 terdapat 2.249.000 jiwa dan 2.141.000 jiwa pada tahun 2014³.

Remaja adalah suatu masa ketika individu yang berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya saat ia mencapai kematangan seksual¹. Secara demografi, populasi terbesar dari suatu negara adalah kelompok remaja. Masa remaja dikenal sebagai salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia yang memiliki beberapa keunikan sendiri. Keunikan tersebut bersumber dari kedudukan masa remaja sebagai periode transisional antara masa kanak-kanak dan masa dewasa atau yang lebih kita kenal dengan masa pubertas⁴.

Masa pubertas adalah proses kematangan dan pertumbuhan yang terjadi ketika organ-organ reproduksi mulai berfungsi dan karakteristik seks sekunder mulai

muncul⁵. Masa ini sikap individu mengalami berbagai perubahan baik fisik, maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, dimana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif⁵.

Akibat adanya perubahan fisik, proporsi tubuh remaja juga berubah, dimana proporsi tubuh menjadi lebih besar dan tidak seimbang, sehingga sering membuat remaja menjadi canggung dengan tubuhnya sendiri dan menyebabkan remaja ingin mengubahnya⁶. Terjadinya perubahan fisik pada remaja yang berkaitan dengan fisik dan seksualitas mempunyai dampak terbesar terhadap gambaran diri remaja dibandingkan dengan aspek lainnya dari konsep diri⁴.

Konsep diri merupakan suatu skema diri, yaitu pengetahuan tentang diri yang mempengaruhi cara seseorang mengolah informasi dan mengambil tindakan. Konsep diri terbentuk melalui bagaimana orang lain menilai diri kita dan bagaimana diri kita menilai diri kita sendiri⁷. Hirarki kebutuhan Maslow menyatakan bahwa tingkat yang paling tinggi dalam kebutuhan manusia adalah tercapainya aktualisasi diri. Untuk mencapai aktualisasi diri diperlukan konsep diri yang sehat. Konsep diri belum ada sejak lahir, konsep diri dipelajari melalui kontak sosial dan pengalaman berinteraksi dengan orang lain. Pandangan individu tentang dirinya dipengaruhi oleh bagaimana individu mengartikan pandangan orang lain tentang dirinya⁸.

Konsep diri sangat mempengaruhi tingkat kecemasan remaja khususnya pada saat pubertas. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nasrawati tahun

2003 menunjukkan bahwa sebagian besar anak yang sedang berada pada masa pubertas mengalami kecemasan⁹.

Kecemasan timbul karena remaja relatif belum mencapai tahap kematangan mental dan sosial sehingga remaja harus menghadapi tekanan emosi dan sosial yang selaluh bertentangan. Perubahan yang paling jelas adalah perubahan yang diakibatkan perkembangan sistem reproduksi yang ditandai oleh *menarche* pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki¹⁰. Tingkat kecemasan antara remaja laki-laki dan perempuan berbeda. Remaja putri kurang menyukai perubahan fisik ketika beranjak remaja, khususnya mengenai penambahan lemak tubuh. Berbeda dengan remaja putra yang menyukai peningkatan masa otot yang mereka alami selama pubertas⁵.

Remaja putri akan merasa lebih cemas bila dirinya tidak menarik atau bila penampilannya tidak sesuai dengan yang semestinya. Adanya perubahan penampilan fisik pada anak laki-laki dan perempuan menimbulkan kecemasan yang berbeda tentang kenormalan ciri-ciri fisik mereka⁵.

Berdasarkan penelitian Fatwiany (2010) mengenai perubahan fisik remaja pada masa pubertas, yang melibatkan siswa SLTP di Medan dengan jumlah sampel 117 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri pada masa pubertas memiliki penerimaan yang positif terhadap perubahan fisik dan dari hasil uji korelasi didapatkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri terhadap penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas¹¹ dan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Purnama pada tahun 2010, mengenai perilaku remaja dalam menghadapi pubertas yang melibatkan Siswi SMP di Padang Pariaman

dengan jumlah 124 respon menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara keemasan dan perubahan perilaku remaja dalam menghadapi pubertas¹².

Dari studi pendahuluan yang dilakukan di Daerah Kabupaten Sleman (Kecamatan Ngaglik) pada tanggal 9 Desember 2015, peneliti melakukan wawancara kepada 9 remaja dengan pertanyaan mengenai konsep diri yang terdiri dari citra tubuh, ideal diri, harga diri, peran dan identitas diri dan kecemasan terhadap perubahan fisik yang dialami pada masa pubertas. Perubahan-perubahan yang dimaksud adalah seperti mendapat menstruasi pertama, tumbuhnya bulu pada daerah ketiak dan kemaluan, munculnya jerawat dan payudara yang semakin membesar. Hasil wawancara pada 9 remaja putri di dapatkan bahwa 7 remaja putri memiliki konsep diri negatif dan 2 remaja putri mengalami konsep diri positif. Remaja putri yang mengalami kecemasan sebanyak 5 remaja dan 4 remaja putri tidak mengalami kecemasan. Pada remaja putri yang mengalami konsep diri negatif semuanya mengalami kecemasan. Sedangkan hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di SMP PGRI Kasihan Bantul Yogyakarta yang mewawancarai 8 orang siswi didapatkan hasil bahwa 7 siswi mengalami konsep diri negatif dan 1 orang siswi mengalami konsep diri positif serta siswi yang mengalami kecemasan sebanyak 4 orang dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 4 orang.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Konsep Diri pada Remaja dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Perubahan Fisik pada Masa Pubertas”

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan “Apakah ada Hubungan Konsep Diri Remaja Putri dengan Kecemasan terhadap Perubahan Fisik pada Masa Pubertas di SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta ? “.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri remaja putri dengan tingkat kecemasan terhadap perubahan fisik pada masa pubertas di SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kecemasan remaja putri terhadap perubahan fisik pada masa pubertas
- b. Mengetahui hubungan konsep diri dengan kecemasan remaja putri terhadap perubahan fisik.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan informasi dalam perkembangan ilmu yang berhubungan dengan konsep diri dan tingkat kecemasan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta.

Menjadi bahan masukan dalam pemberian materi dan bimbingan konseling (BK) agar bisa diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satunya yaitu konseling tentang penjelasan perubahan fisik pada masa pubertas.

b. Bagi Ilmu Pengetahuan Keperawatan Anak

Menjadi bahan referensi bagi perawat dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang perubahan-perubahan pada masa masa remaja yang terkait dengan hal konsep diri remaja dan tingkat kecemasan remaja terhadap perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas.

c. Bagi Peneliti

Memberikan pengetahuan tambahan tentang hubungan konsep diri dengan tingkat kecemasan terhadap perubahan fisik pada masa pubertas.

E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian telah dilakukan yang masih ada kaitannya dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti antara lain:

1. Syamsuddin, dkk (2011) mengenai Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan pada Remaja Putri di SMP Negeri 4 Depok. Jenis penelitian adalah kuantitatif, rancangan penelitian deskriptif dengan studi korelasi, desain penelitian adalah *cross sectional*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan pada remaja putri dengan nilai *p-value* 0,001. Persamaan penelitian dengan yang akan peneliti lakukan adalah *variabel dependent, variabel independent*, jenis penelitian dan desain penelitian,

sedangkan untuk perbedaannya adalah tempat penelitian dan jumlah sampel penelitian.

2. Mardiyah S. (2009) mengenai “Hubungan antara Tingkat Pengetahuan tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas dengan Konsep Diri Remaja SMP Negeri 6 Yogyakarta”. Jenis penelitian ini adalah *deskriptif analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional*. Dari hasil perhitungan statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan konsep diri remaja dengan $p\text{-value} > 0,05$. Persamaan penelitian dengan yang akan peneliti lakukan adalah *variabel independent*, jenis penelitian dan desain penelitian sedangkan untuk perbedaannya terletak pada *variabel dependent*, tempat penelitian dan jumlah sampel penelitian.
3. Sumarmi. (2008) yang berjudul “Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan pada Masa Pubertas Remaja Putri di Madrasah Tsanawiyah Ali Maksum Krpyak Yogyakarta. Jenis penelitian yang digunakan *deskriptif analitik non eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional*. Dari hasil penelitian menunjukkan angka $p\text{ value } 0,037$ dan nilai korelasi $r = -0,281$ yang berarti ada hubungan yang bermakna antara konsep diri dengan kecemasan pada masa pubertas remaja putri di MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta. Persamaan penelitian dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah *variabel dependen, variabel independen*, jenis penelitian dan desain penelitian sedangkan perbedaannya adalah tempat penelitian dan jumlah sampel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asrori, M & Ali, M. *Psikologi Remaja. Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara; 2008.
2. BKKBN. “Prevalensi Remaja” dalam <http://bkkbn.go.id>; 2011. Diakses pada hari selasa, 8 desember 2015, pukul 22.34 WIB.
3. BPS DIY. “Prevalensi Remaja di Indonesia Berdasarkan Provinsi”. 2014 diakses pada Selasa, 8 Desember 2015, pukul 23.12 WIB melalui <http://yogyakarta.bps.go.id/download/pdf/312.pdf.2014>.
4. Agustiani. H. *Psikologi Perkembangan pendekatan Ekologi kaitannya dengan konsep diri*. Bandung : PT. Refika Aditama; 2006.
5. Al-Mighwar. M. Ag. *Psikologi Remaja*. Bandung : CV. Pustaka Setia; 2006.
6. Santrok. J. & Sundeen WL. *Adolescence. Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga; 2007.
7. Sarwono. S.W & Eko A.M. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Salemba Medika; 2009.
8. Sunaryo. *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC; 2004.
9. Erwindasari. N. *Hubungan Penerimaan Perubahan Fisik pada Masa Pubertas Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja pada Siswi di SMP Negeri 5 Sragen. Naskah Publikasi*. Yogyakarta : Program Study Bidan Pendidik. STIKES Aisyiyah; 2015.
10. Hurlock. E. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Edisi 5. Jakarta : Erlangga; 2004.
11. Fatwiany. “Hubungan antara Konsep Diri Terhadap Penerimaan Perubahan Fisik pada Remaja Putri pada Masa Pubertas di SLTP Kemala Bhayangkari 1 Medan”. KTI Mahasiswa Program D-IV Bidan Pendidik Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara. 2011. Dalam <http://usu.repository>. Kamis 31 Desember 2015, Pukul 19.21 WIB.
12. Direja, AHS. *Buku Asuhan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta : Medical Book; 2011.
13. Effendi. F dan Makhfudi. *Keperawatan Kesehatan Komunitas ; Teori dan Praktek dalam Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika; 2013.
14. Sarwono. S.W. *Psikologi Remaja*. 2013. Depok : PT Rajagrafindo Persada; 2013.
15. Batubara. J. L. *Adolescence Development ; Perkembangan Remaja*.

Sari Pediatri Universitas Indonesia, Vol 1. 12 No. 1; 2010.

16. Dariyo, A. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia; 2004.
17. Pappalia dkk. *Human Development ; Psikologi Perkembangan*, Edisi Kesembilan. Jakarta : Kencana; 2011.
18. Hawari, D. *Psikiater Manajemen Stress Cemas dan Depresi*, Edisi 2. Jakarta : FKUI; 20011.
19. Stuart. GW & Sundeen. SJ. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi 5. Jakarta: Erlangga; 2007.
20. Carpenito. *Proses Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC; 2004.
21. Penelitian Lutfa, R & Amalia, S. *Kecemasan, Bagaimana mengatasi Penyebabnya* : Jakarta : Bina Rupa Aksara. 2003.
22. Muzfir. Al-Zahrani. *Konseling Terapi*. Jakarta : Hikmah Publishing House; 2005.
23. Rufaidah. ER. *Efektifitas Terapi Kognitif Kecemasan pada Penderita Asma di Surakarta* : Yogyakarta : UGM; 2009.
24. Hardy. *Psikologi Kehidupan Remaja*. Surabaya; 2006.
25. Kusumawati. F dan Yudi H. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika; 2010.
26. Saam. Z dan Sri W. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta : PT Raja grafindo Persada. 2012.
27. Calhoun. F dan Acocelle. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan, Edisi ke tiga*. Semarang : IKIP Semarang Press; 1990.
28. Gunarsa. S.D & Gunarsa. Y.D. *Psikologi Anak dan dan Remaja*. Jakarta : BPK Gunung Mulia; 2003.
29. Panuju. P dan Ida U. *Psikologi Remaja*. Yogyakarta : Tiara Wacana Yogyakarta; 2005.
30. Machfoed. I. *Metode Penelitian (Kuantitatif & Kualitatif)*. Yogyakarta : Fitramaya; 2014.
31. Notoatmodjo. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta; 2012.

32. Hidayat, A.A. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
33. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2011
34. Syamsuddin. *Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Pada Remaja Putri di SMP N 4 Depok. Naskah Publikasi*. Yogyakarta : Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Respati Yogyakarta: 2011
35. Gita K. *Faktor-fakto yang Mempengaruhi Konsep Diri pada Remaja di SMPN 13 Yogyakarta*. Skripsi Mahasiswa Program Studi Keperawatan. Stikes Alma Ata Yogyakarta. 2015
36. Oktaviani. AE & Budiarti A. *Perbedaan Konsep Diri antara Remaja Laki-Laki dan Remaja Perempuan pada Masa Pubertas. Naskah publikasi*. Pekalongan: Program Studi Ilmu Keperawatan. STIKES Muhammadiyah Pekajangan: 2013
37. Pitaloka A. *Menelusuri Kecemasan Pada Remaja*. Dalam <http://www.epsikologi.com/epsi/search>. diakses pada tanggal 20 maret. 2016
38. Yusuf, S.L.N.2002.*Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung. Remaja Rosdakarya:
39. Mardiyah Siti.Juli 2011. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas Dengan Konsep Diri Remaja SMP Negeri 6 Yogyakarta. *Jurnal KesMaDasK*, Vol 2 No. 2.
40. Notoatmodjo, S. 2007.*Pendidikan dan Perilaku kesehatan*.Cetakan 2 Jakarta:PT. Rineka Cipta.
41. Nilawati Ida, dkk.Desember 2013.*Hubungan Dukungan Ibu dengan Kecemasan Remaja dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri Lomanis 01Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap*. *Jurnal Imiah Kebidanan*, Vol.4 No.1 Edisi
42. Kuntjoro.2013.*Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta. Rajawali Press: 2002.
43. Ulfa E, dkk. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di MI Salafiyah Simbang Kulon 02 Kabupaten Pekalongan*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Stikes Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Vol 2. No.1.

44. Soetjiningsih. 2004. *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto. Jakarta.
45. Crhristina T. 2014. *Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Kecemasan Remaja Putri pada Masa Pubertas dalam Menghadapi Perubahan Fisik di SMP Swasta Betania Medan*. Skripsi Mahasiswa Keperawatan. Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara.