

**Naskah Publikasi**

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

**Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana  
Keperawatan di Program Studi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas  
Alma Ata**



**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

Sarini Rasyid<sup>1</sup>, Lia Endriyani<sup>2</sup>, Nindita K Santoso<sup>3</sup>

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](mailto: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 kuisisioner konsep diri dan kuisisioner 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

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2,3</sup>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 Rasyid<sup>1</sup>, Lia Endriyani<sup>2</sup>, Nindita K Santoso<sup>3</sup>

Nursing Program Health Science Department  
Alma Ata University  
Ring Road Barat Daya Street No 1 Tamantirto, Kasihan Bantul Yogyakarta  
e-mail: [sarinirasyi94@gmail.com](mailto: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. The study used two 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 was mainly belonged to positive category (24 respondents or 55,8%) and Self-concept of respondents was in negative category (19 respondents or 44,2%). Anxiety of respondents mainly belonged to medium category (26 responden or 60,6%), lightly category (13 respondents or 30,2%) and severe category (4 respondents or 9,2%). There was no significant relationship 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.

---

<sup>1</sup>The student of Alma Ata Yogyakarta University

<sup>2,3</sup>The lecturer of Alma Ata Yogyakarta University

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami berbagai perubahan, perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik dan disertai berkembangnya kapasitas reproduktif<sup>1</sup>. Perubahan yang terjadi mempengaruhi remaja dalam memandang dirinya. Konsep diri pada remaja lebih menekankan pada penampilan. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas seringkali menimbulkan kecemasan. Pada penelitian Syamsuddin (2011)<sup>2</sup> menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki konsep diri positif dengan tingkat kecemasan sedang.

Kecemasan masa pubertas berhubungan dengan perubahan-perubahan yang terjadi selama masa pubertas, seperti: perubahan fisik pada ciri-ciri seks sekunder yang tidak berkembang dengan baik menjadi sumber keprihatinan yang besar. 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 mereka<sup>3</sup>.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP PGRI Kasih Bantul Yogyakarta pada tanggal 17 desember 2015, peneliti melakukan wawancara kepada 8 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 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.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, Rancangan penelitian ini menggunakan *cross sectional*<sup>4</sup>. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 maret 2016 pada siswi kelas VII SMP PGRI Kasihan, Bantul, Yogyakarta. Metode pengambilan sampel yaitu *menggunakan total sampling*<sup>5</sup>. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 43 responden. Sebelum dilakukan pengambilan data penelitian instrument yang digunakan dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih

dahulu. Nilai validitas instrumen yaitu  $\geq 0,361$  dan nilai Reliabilitas 0,741. Instrumen yang digunakan diadopsi dari peneliti sebelumnya yaitu Kania Gita (2015) dan Christina Titin (2014).

Variabel dalam penelitian ini menggunakan skala pengukuran nominal untuk variabel bebas dan skala ordinal untuk variabel terikat. Dalam proses pengolahan data terdapat langkah-langkah yang harus ditempuh yaitu: *editing, coding, scoring, dan tabulating*. Kemudian dilanjutkan dengan analisa *univariat* (frekuensi dan persentase) dan *bivariat* yang menggunakan rumus *ujistatistic pearson Product Moment*<sup>33</sup>.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari penelitian hubungan konsep diri dengan kecemasan remaja putri terhadap perubahan perubahan fisik pada masa pubertas di SMP PGRI Kasihan, Bantul Yogyakarta adalah sebagai berikut:

### A. Analisis Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

Responden penelitian ini adalah siswi kelas VII SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta dengan jumlah 43 responden. Karakteristik responden dapat dilihat dibawah ini:

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

Karakteristik (Usia)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
12 tahun	9	20,9
13 tahun	14	32,6
14 tahun	16	37,2
15 tahun	4	9,3

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa responden yang duduk dibangku kelas VII rata-rata usia 12 tahun - 14 tahun. Hasil ini sesuai dengan data BPS Daerah Yogyakarta bahwa prevalensi remaja dengan kelompok usia 10-14 tahun setiap tahun meningkat<sup>6</sup>.

#### 1. Konsep Diri Responden

Data konsep diri dikategorikan dalam skala nominal yaitu positif dan negatif. Distribusi frekuensi konsep diri dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Konsep Diri**

Kategori	frekuensi	%
Negatif	19	44,2
Positif	24	55,8
Total	43	100

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan table 2 dapat diketahui bahwa 24 responden memiliki konsep diri positif yaitu dengan presentase 55,8%. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Syamsuddin tentang Konsep Diri dengan kecemasan Remaja Putri (2011) di SMP N 4 Depok Yogyakarta, ditemukan bahwa dari 130 responden terdapat 108 responden (83,1%) yang memiliki konsep diri positif<sup>2</sup>. Hal ini dimungkinkan karena banyak faktor yang mendukung, seperti pola asuh orang tua yang bersifat situasional, teman sebaya<sup>7,8</sup>. Konsep Diri positif mampu menerima diri dengan baik yaitu menerima kelemahan maupun kelebihan baik itu berupa fisik, pandangan terhadap cita-cita, penghargaan, dihargai dan saling menghargai.

Hasil penelitian diatas tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ade Erma Oktaviani dan Amelia Budiarti (2013) tentang “perbedaan konsep diri remaja putra dan remaja putri” di SMP N 1 Siwalan Kabupaten Pekalongan menyebutkan bahwa responden remaja putri pada saat terjadi perubahan fisik memiliki konsep diri positif yaitu 43,4% dan memiliki konsep diri negatif sebanyak 56,6%<sup>9</sup>. Remaja laki-laki dan perempuan mempunyai sikap, karakter, dan pertumbuhan badan yang berbeda. Dibandingkan dengan laki-laki, perempuan cenderung mengekspresikan kekhawatiran dan ketidakpuasan lebih banyak terhadap tubuh dan penampilan fisik.

## 2. Kecemasan Responden

Data kecemasan dikategorikan dalam skala ordinal yaitu, ringan, sedang dan berat. Distribusi frekuensi kecemasan responden dapat dilihat pada table berikut ini:

**Table 3 Distribusi Frekuensi Kecemasan Responden**

Kategori	Frekuensi	%
Ringan	13	30,2
Sedang	26	60,6
Berat	4	9,2
Total	43	100

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan table 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 26 responden (60,6%).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Syamsuddin (2011) menyatakan bahwa dari 130 responden, yang mengalami cemas sedang sebanyak 100 responden (76,9%). Hal ini menunjukkan bahwa masa remaja merupakan masa transisi yang membutuhkan kemampuan remaja untuk terus beradaptasi. Remaja yang tidak dapat mampu beradaptasi dapat mengalami suatu kecemasan. Remaja putri umumnya sangat memperhatikan perubahan pada organ-organ seks maupun perubahan fisik yang terjadi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Al-Mighwar (2006)<sup>3</sup> menyatakan bahwa kekhawatiran yang dirasakan dan dialami oleh remaja salah satunya adalah mengenai organ-organ fisik yaitu anak puber sering khawatir bila organ-organ seksnya membesar akan terlihat melalui pakaian atau bila keluarnya haid akan meninggalkan bekas apada pakaiannya.

**B. Analisis Bivariat**

3. Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Responden

Analisis *bivariat* digunakan untuk mengetahui hubungan konsep diri dengan kecemasan responden dengan menggunakan uji statistik *pearson* dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

**Table 4 Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Responden**

Konsep Diri	Kecemasan			Total p
	Ringan	Sedang	Berat	
	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)
Positif	5 11,7	17 39,5	2 4,6	24 0,7
Negatif	8 18,6	9 21,0	2 4,6	19
Total	13 30,3	26 60,5	4 9,2	43(100)

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa responden yang mengalami konsep diri positif sebagian besar mempunyai kecemasan sedang yaitu sebanyak 17 responden (39,5%), sedangkan responden yang memiliki konsep diri negatif mempunyai kecemasan dalam kategori sedang sebanyak 9 responden (21,0%). Hubungan konsep diri dengan kecemasan dianalisis menggunakan uji *Pearson Product Moment*. Hasil analisis diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,7 sehingga dapat diinterpretasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan pada remaja putri di SMP PGRI Kasihan Bantul, Yogyakarta.

Hasil penelitian di atas didukung oleh penelitian Mardiyah Siti (2011) yang menyatakan bahwa pengetahuan tentang perubahan fisik tidak memiliki hubungan yang signifikan pada masa pubertas<sup>10</sup>. Penelitian Mardiyah Siti (2011) diperkuat oleh teori Yusuf (2002)<sup>11</sup> mengemukakan bahwa kemajuan teknologi sangat memudahkan seseorang termasuk remaja mendapatkan informasi. Saat ini informasi tersaji dalam bentuk yang lebih beraneka ragam dan mudah diakses, salah satunya adalah dari internet.

Penelitian di atas juga didukung oleh teori Notoatmodjo (2010)<sup>12</sup> bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: 1) pendidikan, 2) media massa, 3) status

ekonomi, 4) lingkungan, 5) pengalaman, 6) usia. Selain pengetahuan, kecemasan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: 1) dukungan Ibu, 2) dukungan keluarga, 3) peran teman sebaya.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nilawati, dkk tentang Dukungan Ibu dengan Kecemasan Remaja dalam Menghadapi *Menarche* yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara dukungan ibu dengan tingkat kecemasan remaja saat *menarche*<sup>13</sup>. Dukungan Ibu adalah dukungan sosial yang diberikan ibu terhadap kecemasan remaja putri dalam menghadapi masa pubertas dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh terhadap tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Nilawati sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulva, dkk mengenai Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*<sup>14</sup>. Adanya dukungan dari keluarga dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada remaja. Hal ini



dikarenakan orang tua secara lebih dini sudah memberikan penjelasan tentang masa pubertas (*menarche*) pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche*.

Penelitian diatas ditambahkan dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Christina Titin (2014) tentang Peran Teman Sebaya dengan Kecemasan Remaja Putri pada Masa Pubertas dalam Menghadapi Perubahan Fisik menyatakan ada hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan kecemasan remaja dalam menghadapi perubahan fisik masa pubertas<sup>15</sup>. Pada umumnya kebanyakan remaja akan menghabiskan waktu bersama teman sebayanya dibandingkan bersama orang tuanya untuk mendiskusikan masalah kesehatan reproduksi yang terkait pada masa pubertas.

#### **KESIMPULAN**

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kecemasan remaja terhadap perubahan fisik pada masa pubertas.
2. Diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi remaja yang sedang mengalami masa pubertas, memahami bahwa perubahan fisik yang terjadi pada dirinya merupakan

hal fisiologis sehingga kecemasan yang dialami dapat berkurang.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

1. Agustiani. H. *Psikologi Perkembangan pendekatan Ekologi kaitannya dengan konsep diri*. Bandung : PT. Refika Aditama; 2006.
2. 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
3. Al-Mighwar. M. Ag. *Psikologi Remaja*. Bandung : CV. Pustaka Setia; 2006.
4. Notoatmodjo. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta; 2012.
5. Hidayat, A.A. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika; 2011.
6. 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>.

7. Dariyo, A. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia; 2004.
8. Gita K. *Faktor-fakto yang Mempengaruhi Konsep Diri pada Remaja di SMPN 13 Yogyakarta*. Skripsi Mahasiswa Program Studi Keperawatan. Stikes Alma Ata Yogyakarta. 2015
9. 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.
10. Mardiyah Siti. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas Dengan Konsep Diri Remaja SMP Negeri 6 Yogyakarta*. Jurnal KesMaDasK, Vol 2 No. 2, Juli 2011
11. Yusuf, S.L.N. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung. Remaja Rosdakarya: 2002
12. Notoatmodjo, S. *Pendidikan dan Perilaku kesehatan*. Cetakan 2 Jakarta:PT. Rineka Cipta. 2007.
13. Nilawati Ida, dkk. *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 Desember 2013.
14. 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. 2013
15. Crhristina T. *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. 2014