

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan fase kehidupan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang dimulai semenjak usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja merupakan tahap yang unik dalam perkembangan individu. Terjadi perubahan dan pertumbuhan fisik, kognitif, serta psikososial yang cepat selama masa remaja. Hal ini memengaruhi cara mereka merasakan, berpikir, membuat keputusan, dan berinteraksi dengan dunia di sekitarnya.¹

Berdasarkan profil remaja *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2024, terdapat 17% atau 46 juta remaja dari total populasi penduduk Indonesia dengan 51% diantaranya adalah remaja dengan rentang usia 10-14 tahun.² Di Kota Padang sendiri, pada tahun 2022 terdapat 72.179 penduduk di kelompok usia 10-14 tahun dan 71.869 di kelompok usia 15-19 tahun dari total 919.145 jiwa penduduk. Ini menunjukkan bahwa sebanyak 15,6% penduduk di Kota Padang merupakan kelompok usia remaja.³ Populasi remaja yang besar menuntut perlunya intervensi pendidikan yang tepat agar mereka dapat melewati masa pubertas dengan pemahaman yang baik mengenai perubahan fisik yang dialami.⁴

Pubertas merupakan proses maturasi fisik pada anak usia remaja dimana tercapainya maturitas seksual dan kemampuan untuk bereproduksi. Pubertas kerap dianggap sebagai penanda paling penting untuk awal masa remaja. Pubertas adalah proses neuroendokrin otak yang terjadi di awal masa remaja yang memberikan stimulasi untuk perubahan fisik yang cepat.⁵ Pubertas dimulai dari usia 8 hingga 13 tahun pada perempuan dan 9 hingga 14 tahun pada laki-laki. Pubertas berkaitan dengan perubahan emosional dan hormonal, disertai dengan perubahan fisik seperti perkembangan payudara pada perempuan (telarke), tumbuhnya rambut pubis (pubarke), perubahan genital bagi laki-laki, perubahan suara, kenaikan tinggi badan, dan menstruasi pertama (menarke).^{1,5}

Terdapat 5 tahap dalam pubertas, biasa disebut *Tanner Stage*, dimulai dari tahap prapubertas hingga tahap maturasi penuh atau dewasa.⁶ Perubahan pada tahapan ini disebabkan oleh produksi hormon seks dari kelenjar endokrin dan dibawa ke seluruh tubuh oleh aliran darah. Dua jenis hormon ini memiliki konsentrasi yang sangat berbeda pada laki-

laki dan perempuan. Hormon androgen sebagai hormon seks utama laki-laki dan estrogen sebagai hormon seks utama pada perempuan.⁵

Testosteron merupakan hormon androgen yang berperan utama dalam perkembangan pubertas pada laki-laki. Testosteron disekresikan oleh testis. Selama pubertas, peningkatan kadar testosteron diasosiasikan dengan perubahan fisik pada remaja laki-laki, termasuk perkembangan genitalia eksterna, pertumbuhan badan, dan pemberatan suara. Sementara estradiol merupakan hormon estrogen yang berperan pada perkembangan pubertas perempuan yang disekresikan oleh ovarium. Seiring dengan meningkatnya kadar estradiol, maka terjadi pula perkembangan payudara, uterus dan perubahan skeletal. Kelenjar hipofisis juga mensekresikan *growth hormone* yang menyebabkan pertumbuhan dan maturasi skeletal atau dikenal dengan *growth spurt*.⁵

Remaja merespons perubahan fisik yang mereka alami dengan berbagai cara. Banyak dari mereka yang mengalami peningkatan kesadaran diri dan fokus pada perubahan fisik mereka. Remaja perempuan cenderung lebih sering membangun citra tubuh negatif dibandingkan remaja laki-laki, yang dapat berdampak pada menurunnya kepercayaan diri mereka pada masa awal pubertas. Remaja juga dapat merasakan perubahan *mood* dan emosi yang ekstrim disebabkan oleh penyesuaian terhadap perubahan hormon. Penampilan fisik berpengaruh sangat besar pada kepercayaan diri remaja di masa pubertas.⁵

Kurangnya pengetahuan tentang perubahan fisik di masa pubertas dapat berdampak negatif pada remaja. Tanpa pemahaman yang tepat, remaja dapat merasakan kecemasan, kebingungan dan tekanan atas perubahan yang terjadi dalam tubuh mereka. Berdasarkan penelitian gambaran faktor yang memengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja, faktor yang paling dominan memengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas adalah pengetahuan yang baik.⁷ Kurangnya pengetahuan dapat mengakibatkan miskonsepsi, yang berpotensi mengakibatkan perilaku berisiko atau keputusan yang kurang sehat. Informasi yang tidak memadai juga berkontribusi kepada citra tubuh yang negatif dan kepercayaan diri yang rendah, terutama pada masa awal pubertas. Selain itu, kurangnya pengetahuan seksual dan reproduksi dapat menimbulkan hal yang tidak diinginkan seperti perilaku seksual yang tidak sehat, penyebaran penyakit-penyakit infeksi menular seksual (IMS), hingga aborsi ilegal yang juga dapat menyebabkan masalah kesehatan mental remaja.⁸ Menyediakan informasi yang akurat dan komprehensif kepada remaja sangat

penting untuk mendorong perkembangan fisik dan psikologis yang sehat selama periode kritis ini.⁵

Penelitian oleh Subekti juga menyebutkan bahwa pengetahuan mengenai pubertas sangat penting bagi remaja yang akan mengalaminya.⁷ Dengan pemahaman dan pengetahuan terkait pubertas, remaja akan lebih siap menghadapi perubahan fisik yang akan dialami. Pemahaman remaja tentang pubertas seringkali terhambat akibat kurangnya informasi yang akurat dari sumber yang benar. Peran sekolah sebagai penyedia pendidikan formal memiliki kontribusi penting dalam menyampaikan informasi tentang pubertas, dan hal ini menjadi aspek utama dalam mempersiapkan remaja untuk menghadapi perubahan fisik di masa pubertas.⁷

Pemerintah Indonesia juga telah menyadari pentingnya edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja. Salah satu program yang dijalankan adalah Program Generasi Berencana (GenRe) oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), yang menysasar remaja usia sekolah melalui pembentukan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) di sekolah. Kementerian Kesehatan juga menginisiasi program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang memberikan layanan kesehatan dan edukasi terkait pubertas melalui puskesmas dan Unit Kesehatan Sekolah (UKS)

Hasil penelitian di SMP Negeri 4 Baubau menunjukkan bahwa 72,8% responden masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai perubahan fisik di masa pubertas⁹, menunjukkan bahwa sekolah belum menjalankan perannya sebagai penyalur informasi mengenai pubertas. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian serupa di SMP Negeri 1 Baubau yang menyatakan bahwa 60% dari 55 orang responden di SMP Negeri 1 Baubau memiliki pengetahuan rendah mengenai perubahan fisik di masa pubertas.¹⁰ Kedua sekolah ini telah terakreditasi A berdasarkan Badan Akreditasi Sekolah Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, yang seharusnya memiliki kualitas pendidikan yang unggul.¹¹

Sekolah Islam Terpadu (SIT) merupakan sebuah model pendidikan yang mengintegrasikan pendidikan agama dengan pendidikan modern dalam satu kurikulum yang holistik.¹² Berdasarkan Data Sekolah Pada Jenjang SMP Kota Padang, pada tahun 2021 terdapat sembilan Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu (SMPIT) di Kota Padang.¹³ Dalam konteks SIT, pendidikan kesehatan reproduksi dengan pendekatan konservatif,

termasuk pengetahuan mengenai perubahan fisik selama pubertas, seringkali terbatas atau terhambat oleh stigma sosial serta norma budaya dan agama yang menganggap pembahasan kesehatan reproduksi sebagai hal yang tabu. Hal ini dapat mengakibatkan ketidakcukupan informasi yang diterima oleh siswa, sehingga mereka tidak memiliki pemahaman yang komprehensif tentang kesehatan reproduksi^{14,15}

Hal ini dibuktikan dengan penelitian mengenai pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa SMPIT Bina Adzkia Depok menunjukkan bahwa hanya 38,2% responden memiliki pengetahuan baik mengenai menstruasi dan hal tersebut berpengaruh pada perilaku *personal hygiene* saat menstruasi, dimana hanya 32,7% responden yang menunjukkan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik.¹⁶ Penelitian mengenai pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Pondok Pesantren Nurul Haramain Narmada juga menyatakan bahwa hanya 23% dari seluruh responden yang memiliki pengetahuan reproduksi yang baik.¹⁷

Sekolah Menengah Pertama Swasta Islam Terpadu (SMPSIT) Darel Iman merupakan salah satu SMPIT terbesar di Kota Padang. SMPIT Darel Iman sudah berdiri selama 10 tahun dan merupakan SMPIT dengan peserta didik terbanyak di Kota Padang, dengan total 483 siswa per tanggal 25 Februari 2025.¹¹ SMPIT Darel Iman telah mendapat akreditasi A berdasarkan Surat Keputusan yang dikeluarkan oleh Badan Akreditasi Sekolah Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah dengan nomor 116/BAN-PDM/SK/2023. Hal ini menjadikan SMPIT Darel Iman memiliki kualitas pendidikan unggul serta fasilitas yang memadai untuk melaksanakan proses pendidikan secara komprehensif.

Berdasarkan penjelasan di atas, perubahan fisik pada masa pubertas dapat menyebabkan rasa cemas dan ketidaknyamanan pada remaja sehingga diperlukan pengetahuan yang tepat untuk mempersiapkan remaja menghadapi perubahan tersebut. Stigma sosial, norma budaya, dan agama di SMPIT juga menjadi hambatan dalam penyampaian pengetahuan bagi siswa remaja. Hingga saat ini, masih sangat sedikit penelitian mengenai tingkat pengetahuan mengenai perubahan fisik selama pubertas di SMPIT. Oleh karena itu, perlu diadakan penelitian mengenai tingkat pengetahuan siswa SMPIT Darel Iman mengenai perubahan fisik selama pubertas sebagai langkah awal dalam

menyusun program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih efektif dan sesuai dengan nilai-nilai agama serta kebutuhan siswa.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana karakteristik siswa SMPIT Darel Iman yang mengalami perubahan fisik selama pubertas?
2. Bagaimana tingkat pengetahuan siswa SMPIT Darel Iman mengenai perubahan fisik selama pubertas?
3. Bagaimana sumber informasi mengenai perubahan fisik selama pubertas pada siswa SMPIT Darel Iman?
4. Bagaimana peran guru dan sekolah dalam memberikan informasi dan dukungan terkait pubertas?
5. Sejauh mana siswa memahami perubahan fisik yang dialami oleh lawan jenisnya selama pubertas?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan siswa SMPIT Darel Iman mengenai perubahan fisik selama pubertas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik siswa SMPIT Darel Iman yang mengalami perubahan fisik selama pubertas.
2. Mengetahui tingkat pengetahuan siswa SMPIT Darel Iman mengenai perubahan fisik selama pubertas.
3. Mengetahui sumber informasi mengenai perubahan fisik selama pubertas pada siswa SMPIT Darel Iman.
4. Mengetahui peran guru dan sekolah dalam memberikan informasi dan dukungan terkait pubertas.
5. Mengetahui pemahaman siswa mengenai perubahan fisik yang dialami oleh lawan jenisnya selama pubertas

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat terhadap Peneliti

Penelitian ini akan memberikan peneliti wawasan mendalam mengenai tingkat pengetahuan remaja mengenai perubahan fisik selama pubertas, terutama dalam konteks sekolah Islam terpadu.

1.4.2 Manfaat terhadap Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur mengenai pengetahuan remaja mengenai perubahan fisik selama pubertas, terutama di sekolah-sekolah Islam terpadu yang masih kurang tereksplorasi dalam penelitian sebelumnya.

1.4.3 Manfaat terhadap Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat pengetahuan remaja tentang pubertas, yang bisa menjadi masukan bagi pihak sekolah, terutama dalam meningkatkan program pendidikan kesehatan reproduksi di SMPIT Darel Iman.

1.4.4 Manfaat terhadap Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai perubahan fisik selama pubertas, serta membantu mereka menghadapi perubahan fisik yang akan mereka alami selama pubertas secara positif.

