

## **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWI SD KELAS 4 DAN 5 TENTANG PERUBAHAN FISIK MENJELANG MASA PUBERTAS DI SD INPRES SAMBUNG JAWA 3 MAKASSAR**

<sup>1)</sup>Hastuti Husain, <sup>2)</sup>Fitriati Sabur

<sup>1)</sup>Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Makassar sebagai penulis 1  
Email: hastutihusain16@gmail.com

<sup>2)</sup>Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Makassar sebagai penulis 2  
Email: fitriatisabur@gmail.com

### **ABSTRACT**

*The puberty period usually begins at age 12 - 15 years in women. At the end of the process, girls will reach maturity of the reproductive organs. The problems that arise when facing puberty include the problem of sexuality, depression, stress, anxiety, eating disorders, and substance abuse. General purpose in this research is to know the effect of health education to increase knowledge and attitude of 4th and 5th grade elementary school student in facing physical change before puberty at SD Inpres Sambung Jawa 3 Makassar. This research uses Quantitative research method with experimental research design in the form of pre experiment design that is one group pretest posttest design. The study was conducted from August to September 2017 at SD. Inpres Sambung Jawa 3 Makassar with total population of 52 people and Samples of 45 students of grade 4 and 5. Sampling is done by Probability sampling method is Simple Random sampling that meets inclusion and exclusion criteria. The process of collecting data in this study is to hold a pretest by using a questionnaire and then give the treatment of health education then held a posttest using the same questionnaire. The process of data analysis using Paired T test. The result of the research shows that there is influence of health education to the increase of students' knowledge with p value 0,000, and the attitude change of student with p value 0,000. It is expected that the school and health services in the area can work together to provide regular counseling about puberty so that students are better prepared to face the period of puberty.*

*Keywords: Physical changes, Puberty, elementary school students.*

### **1. PENDAHULUAN**

Pubertas adalah masa yang relative singkat (yaitu, dua sampai empat tahun) di mana pemuda mengalami perkembangan fisik, termasuk mencapai kematangan rangka (yaitu, percepatan pertumbuhan), pengembangan karakteristik primer dan sekunder seksual (misalnya, payudara dan pertumbuhan penis), dan mencapai kemampuan reproduksi (Rogol, Roemmich, & Clark, 2008).

Masa pubertas biasanya dimulai pada usia 8– 3 tahun pada perempuan dan pada usia 9–14 tahun pada laki-laki. Pada akhir proses, anak perempuan akan mencapai kematangan organ reproduksi. Dengan adanya pubertas, seorang anak yang semula aseksual akan menjadi makhluk seksual (Verawaty & Rahayu, 2011). Masa puber sering di anggap penanda yang paling penting bagi awal masa remaja (John W

Santrock 2007). Masalah–masalah yang timbul saat menghadapi masa pubertas antara lain masalah seksualitas, depresi, stress, cemas, gangguan makan, dan penyalahgunaan zat–zat terlarang (Verawaty & Rahayu, 2011).

Masalah–masalah yang timbul pada saat menghadapi usia pubertas ini adalah hasil dari perubahan fisik dan hormonal. Pada inti yang paling dalam, kepribadian anak gadis pada masa pra-pubertas itu memang masih kekanak-kanakan. Bahkan juga pada masa pubertas yang sebenarnya masih banyak terdapat unsure–unsure kanak-kanak. Sekalipun anak gadis pra-pubertas itu sering menghayati kelemahan–kelemahan dan ketidakmantapan diri, namun sekaligus dengan rasa "terheran-heran" ia merasa menemukan suatu kekuatan baru pada diri sendiri. Dia menemukan kepercayaan diri, keberanian dan tanggung jawab yang baru (Kartono, 2006). Sehubungan dengan peristiwa

ini, ia mengalami suatu osilasi (*oscillation* = ayunan, bergerak dari suatu situasi kesituasi lainnya). Maka muncullah pada saat itu banyak kegelisahan, kebingungan, kecemasan, kebingungan, kekecewaan, frustrasi - fustasi, penolakan, kepedihan – kepedihan hati, kesakitan jasmani dan rokhani dan anak gadis tersebut harus belajar mengatasi semua rintangan dan kedukaan yang tidak kunjung hentinya itu, menuju pada kedewasaan (Kartono, 2006).

Berdasarkan uraian diatas didapat bahwa pengetahuan tentang perubahan pada masa pubertas sangat mempengaruhi perilaku seseorang. Oleh karena itu peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang hal tersebut. Hal ini penting karena dengan mengetahui bagaimana perilaku yang benar dalam menghadapi pubertas akan menimbulkan hal yang positif bagi siswi tersebut.

## 2. BAHAN DAN METODE

### Lokasi, Populasi dan Sampel Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Kuantitatif* dengan desain penelitian *eksperimen* dalam bentuk *pre experiment design* yakni *one group pretest posttest design*. Tahapan dalam penelitian ini adalah: mengadakan *pretest* terlebih dahulu dengan membagikan kuesioner untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan awal dan sikap siswa tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas kemudian mengadakan perlakuan yakni mengadakan pendidikan kesehatan tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang pubertas. Setelah itu, dilakukan *posttest* yakni membagikan kuesioner dengan soal yang sama pada saat *pretest*.

Penelitian ini akan dilaksanakan di SD Inpres Sambung Jawa 3 Makassar yang terletak di Jalan Tanjung Rangas No. 1, Kelurahan Sambung Jawa, Kec. Mamajang

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi SD Inpres Sambung Jawa 3 yang berada pada kelas 4 dan 5 yang berumur 9–10 tahun sebanyak 52. siswa

Sampel penelitian ini sebanyak 45 orang siswi kelas 4 dan 5. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *nonprobability sampling* yaitu *Purposive sampling* yang memenuhi criteria *inklusi* dan *eksklusi*.

### Pengumpulan dan Pengolahan Data

Prosedur dalam pelaksanaan pengumpulan data adalah:

- a. Melakukan *pretest* dengan cara membagi kuesioner kepada siswi yang menjadi subjek penelitian
- b. Melakukan pendidikan kesehatan tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas.
- c. Membagikan *pamflet* dan modul tentang Pubertas sebagai bahan bacaan siswi.
- d. Melakukan *pottest* dengan cara membagi kuesioner yang sama dengan *pretest* kepada siswi yang menjadi subjek penelitian.
- e. Prosedur Pengolahan data dengan menggunakan komputer dengan tahap pengolahan data sebagai berikut: Penyuntingan data (*Editing*), Pemberian kode (*coding*), Pemasukan data dalam komputer (*Entry data*), Pembersihan data (*Cleaning*), Tabulasi (*Tabulating*)

### Analisis Data

- a. Analisis univariat menggambarkan karakteristik responden dalam tabel distribusi dan frekuensi.
- b. Analisa bivariat dilakukan pada dua variable yang diduga berhubungan atau berkorelasi antara variable independen dan variable dependent. Analisis *bivariat* dalam penelitian ini menggambarkan hasil *pretest* dan *posttest* siswa setelah diberi perlakuan yakni pendidikan kesehatan tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas dengan menggunakan Uji *Paired T test* yaitu uji beda parametris pada dua data yang berpasangan.

## 3. HASIL PENELITIAN

### a. Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Siswi Menurut Umur dan Kelas di SD Inpres Sambung Jawa 3

Karakteristi k siswa	N = 45	Persentase (%)
<b>Umur siswa</b>		
9 tahun	19	42,22 %
10 tahun	26	57,78%
<b>Kelas</b>		
Kelas 4	20	44,44 %
Kelas 5	25	55,56 %

Sumber data primer tahun 2017

Pada tabel 1 diatas, menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur dan kelas. Jumlah siswi yang menjadi responden sebanyak 45 orang. Pada kategori umur, sebanyak 19 (42,22%) siswi berumur 9 tahun dan 26 (57,78%) siswi berumur 10 tahun. Sedangkan, pada kategori kelas sebanyak 20 (44,44%) siswi berada pada kelas 4 dan 25 (55,56%) siswi berada pada kelas 5.

Tabel 2. Hasil *Pretest* siswi di SD Inpres Sambung Jawa 3

Jawaban Pretest	N = 45	Persentase (%)
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	13	28,89 %
Kurang	32	71,11 %
<b>Sikap</b>		
Baik	1	2,22 %
Kurang	44	97,78%

Sumber data primer tahun 2017

Pada tabel 2 diatas, menunjukkan hasil *pretest* siswi tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas. Pada kategori pengetahuan, sebanyak 13 (28,89%) siswi dengan pengetahuan baik dan 32 (71,11%) siswi dengan pengetahuan kurang. Sedangkan, pada kategori sikap sebanyak 1 (2,22%) siswi dengan sikap baik dan 44 (97,78%) siswi dengan sikap kurang.

Tabel 3. Hasil *Posttest* Siswi di SD Inpres Sambung Jawa 3

Jawaban Pretest	N = 45	Persentase (%)
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	45	100 %
Kurang	0	0 %
<b>Sikap</b>		
Baik	43	95,56 %
Kurang	2	4,44 %

Sumber data primer tahun 2017

Pada tabel 3 diatas, menunjukkan hasil *posttest* siswi tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas. Pada kategori pengetahuan, sebanyak 45 (100%) siswi dengan pengetahuan baik dan 0 (0%) siswi dengan pengetahuan kurang.

Sedangkan, pada kategori sikap sebanyak 43 (95,56%) siswi dengan sikap baik dan 2 (4,44%) siswi dengan sikap kurang

## b. Analisis Bivariat

Tabel 4. Hasil Analisis Peningkatan Pengetahuan Responden

Pengetahuan	Mean	p value
Pretest	- 3.133	0.000
Posttest		

Berdasarkan hasil analisa pada table 4 diatas, nilai korelasi antara pretest dan posttest adalah 0.614 artinya hubungan antara kedua variable kuat dan positif. Sedangkan pada selisih mean variable bernilai negative yakni - 3.133, berarti nilai mean variable pengetahuan sebelum sosialisasi lebih rendah daripada nilai *mean* setelah sosialisasi. Hasil analisis t hitung sebesar -27.774, dengan *p value* sebesar 0.000 pada *degree of freedom (df)* 44. Karena nilai  $0.000 < 0.05$ , maka keputusan hipotesis adalah menerima H1 yakni terdapat pengaruh signifikan kegiatan pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan responden.

Tabel 5. Hasil analisis perubahan sikap responden

Sikap	Mean	p value
Pretest	- 3.358	0.000
Posttest		

Berdasarkan hasil analisa pada table 5. diatas, nilai korelasi antara pretest dan posttest adalah 0,282 artinya hubungan antara kedua variable positif. Sedangkan pada selisih mean variable bernilai negative yakni -3.358, berarti nilai *mean variable* pengetahuan sebelum sosialisasi lebih rendah daripada nilai mean setelah sosialisasi. Hasil analisis t hitung sebesar - 20.644, dengan *p value* sebesar 0.000 pada *degree of freedom (df)* 44. Karena nilai  $0,000 < 0,05$ , maka keputusan hipotesis adalah menerima H1 yakni terdapat pengaruh signifikan kegiatan pendidikan kesehatan terhadap perubahan sikap responden.

#### 4. PEMBAHASAN

##### a. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan siswa

Pada hasil analisis data dengan menggunakan *uji paired t sample* pada tabel 5.5 diatas, dapat diketahui bahwa  $p$  value  $0.000 < 0.05$  yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan siswi SD umur 9–10 tahun tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas di SD Inpres Sambung Jawa 3 Makassar.

Hasil penelitian senada didapatkan oleh Nurul Amanda Fitria (2013), di SMA PGRI 3 Purwakarta yang menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan/pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Hasil penelitian yang sama juga didapatkan oleh Rilla Novitasari (2013), di SMPN 24 Surakarta yang menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Eva Susanti (2015) di SMPN 14 Yogyakarta juga menemukan hasil yang sama.

Pengetahuan merupakan domain yang penting terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan diperoleh seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap objek tertentu (Notoatmodjo, 2007). Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah: pendidikan, informasi/media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman dan usia. Salah satu cara memperoleh pengetahuan melalui informasi yang didapatkan dari pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh orang yang ahli atau paham di bidang kesehatan.

Menurut WHO (1954) pendidikan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku orang atau masyarakat dari perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat. Seperti kita ketahui bila perilaku tidak sesuai dengan prinsip kesehatan maka dapat menyebabkan terjadinya gangguan terhadap kesehatan. Salah satu cara melakukan pendidikan kesehatan adalah melalui penyuluhan atau memberikan bahan

bacaan seperti modul atau leaflet sebagai bahan bacaan kepada seseorang.

Seorang anak perempuan harus mempunyai pengetahuan yang cukup tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas agar bila waktu pubertas datang, maka dia dapat menyesuaikan diri dan dapat menghadapi semua perubahan yang terjadi. Salah satu cara siswi mendapatkan pengetahuan adalah mengikuti pendidikan kesehatan yang diberikan oleh seseorang yang ahli di bidang kesehatan melalui penyuluhan atau membaca bahan bacaan seperti modul atau *leaflet* yang berisi semua hal tentang pubertas.

Pengetahuan yang harus dimiliki remaja awal tentang pubertas adalah pengetahuan tentang perubahan-perubahan biologis, psikologis dan psikososial sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan manusia serta pengetahuan tentang fungsi organ reproduksi (Miqdad, 2001).

Pengetahuan remaja tentang pubertas sangat penting karena dengan pengetahuan yang remaja peroleh tentang pubertas akan berpengaruh pada sikapnya.

##### b. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan sikap siswi

Pada hasil analisis data dengan menggunakan *uji paired t sample* pada tabel 5.57 diatas, dapat diketahui bahwa  $p$  value  $0.000 < 0.05$  yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan sikap siswi SD umur 9–10 tahun dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas di SD Inpres Sambung Jawa 3 Makassar.

Hasil penelitian senada didapatkan oleh Septi Ismawati (2010), di SMP Muhammadiyah 2 Gamping Sleman Yogyakarta yang menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan/pendidikan kesehatan terhadap perubahan sikap siswa.

Proses perubahan sikap merupakan keberlanjutan dari perubahan pengetahuan. Sikap yang ditunjukkan seseorang lebih

positif jika berdasarkan pengetahuan yang dimilikinya. Seseorang dapat bertindak atau merubah sikapnya terhadap stimulus jika mengetahui makna dari stimulus yang diterimanya.

Sikap seseorang terhadap suatu obyek menunjukkan pengetahuan orang tersebut terhadap obyek yang bersangkutan (Walgito, 2003). Sikap dapat pula bersikap positif dan dapat pula bersifat negative (Azwar S, 2005). Kematangan seksual walaupun bersifat biologis namun dapat menentukan sikap pada remaja, yaitu faktor psikis anak terhadap diri sendiri dan konstitusi tubuhnya (Zein, 2005). Perubahan fisik dapat berpengaruh pada sikap remaja. Sikap yang ditunjukkan remaja tergantung dari pengetahuan yang ia miliki. Remaja yang mendapat informasi yang benar tentang pubertas maka mereka akan mampu menerima setiap perubahan yang dialami dengan positif. Sebaliknya Remaja yang kurang memperoleh informasi, akan merasakan pengalaman yang negatif (Soetjiningsih, 2007).

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### a. Kesimpulan

- 1) Jumlah siswi yang menjadi responden sebanyak 45 orang. Pada kategori umur, sebanyak 19 (42,22%) siswi berumur 9 tahun dan 26 (57,78%) siswi berumur 10 tahun. Sedangkan, pada kategori kelas sebanyak 20 (44,44%) siswi berada pada kelas 4 dan 25 (55,56%) siswi berada pada kelas 5.
- 2) Pendidikan kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan anak perempuan usia 9–10 tahun tentang perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas dengan pvalue 0.000.
- 3) Pendidikan kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan sikap anak perempuan usia 9–10 tahun dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis menjelang masa pubertas.

### b. Saran

- 1) Bagi Dinas Pendidikan Kota Makassar  
Diharapkan agar pemerintah dapat bekerjasama dengan petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan rutin terhadap siswi mengenai kesehatan reproduksi khususnya perubahan fisik dan psikologis menjelang pubertas
- 2) Bagi Sekolah  
Diharapkan dapat memperhatikan murid yang akan mengalami pubertas khususnya pada siswi kelas 4 dan 5 sehingga dapat bekerjasama dengan orang tua murid dan dapat membantu murid tersebut dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis masa pubertas.
- 3) Bagi Puskesmas, RS dan BPM  
Diharapkan Puskesmas, RS maupun BPM mempunyai program yang secara rutin memberikan pendidikan kesehatan di sekolah SD, SMP, maupun SMA terkait Kesehatan Reproduksi khususnya tentang pubertas.
- 4) Bagi Poltekkes Makassar  
Diharapkan dapat memfasilitasi dosen dan pegawai agar rutin melakukan pendidikan kesehatan di sekolah sekolah dan melatih mahasiswa agar mampu memberikan pendidikan kesehatan di masyarakat.

## REFERENSI

- AL- Mighwar, Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia.
- Dahlan Djahwat. 2001. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rusdakarya.
- Depkes RI. 2007. *Modul Pelatihan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Jakarta: Depkes RI.
- Dinas Kesehatan Kota Makassar. 2014. *Profil Dines Kesehatan Kota Makassar Tahun 2013*, Makassar.

## Media Kebidanan

Dinas Kesehatan propinsi Sulawesi Selatan, 2014, *Profil Dines Kesehatan Kota Makassar Tahun 2013*, Makassar.

Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

Elida Prayitno. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang:Angkasa Raya.

Hurlock. Elizabeth. 1994. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi 5)*. Jakarta: Erlangga.

Jafar, Nurhaedan. 2014. *Pertumbuhan Remaja*. Skripsi tidak diterbitkan . Universitas Hasanudin

John W. Santrock. 2009. *Psikologi Remaja (Edisi 11)*. Jakarta: Erlangga.

Kohlberg .1995.*Kematangan Moral*. Bandung: Pustaka Setia

Kemenkes,2010. *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010*, badan penelitian dan pengembangan kesehatan repoblik indonesia, jakarta

Notoatmodjo Soekidjo, 2010. *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta. Penerbit Rineka Cipta.

Notoatmodjo, 2012. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Prilaku*, Rineka Cipta, Jakarta.

Santrock, johnW. 2007 *Perkembangan Anak*. Edisi Kesebelas. Jakarta: Erlangga.

Sufyanti.Yuni. 2009. *Pertumbuhan dan Perkembangan Moral Anak*. Jurnal Perkembangan. Vol 3 No 6. Hal 8

Yanti, M. keb. 2012. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.