



Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas Pada Remaja Usia 12-13 Tahun Di SMP Negeri 1 Limboto

Relationship Between Knowledge Level about Reproductive Health and Readiness to Face Puberty in Adolescents Aged 12-13 Years At SMP Negeri 1 Limboto

Safriany Ikhlasia Kasim¹, Ridha Hafid^{2*}, Rini Wahyuni Mohamad³

¹Universitas Negeri Gorontalo, safrianykasim28@gmail.com

²Universitas Negeri Gorontalo, ridha.hafid@ung.ac.id

³Universitas Negeri Gorontalo, nersrini@ung.ac.id

*Corresponding Author: E-mail: ridha.hafid@ung.ac.id

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 09 Feb, 2025

Revised: 18 Mar, 2025

Accepted: 21 Mar, 2025

Kata Kunci:

Pengetahuan, Kesehatan Reproduksi, Kesiapan Pubertas, Remaja

Keywords:

Knowledge, Reproductive Health, Puberty Readiness, Adolescents

Doi: 10.56338/jks.v8i4.7177

ABSTRAK

Masa pubertas merupakan fase penting dalam perkembangan remaja yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi dapat membantu remaja lebih siap dalam menghadapi perubahan ini. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, dengan populasi 195 responden dan sampel sebanyak 66 responden usia 12-13 tahun di SMP Negeri 1 Limboto. Instrumen penelitian berupa kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesiapan menghadapi masa pubertas. Analisa data menggunakan uji *Chi-Square*, dengan hasil *p-value* 0,002 menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi masa pubertas pada remaja usia 12-13 tahun di SMP Negeri 1 Limboto. Kesimpulannya, semakin tinggi tingkat pengetahuan, semakin siap remaja menghadapi pubertas. Oleh karena itu, tenaga pendidik atau pihak sekolah diharapkan menyelenggarakan penyuluhan untuk menambah wawasan tentang kesehatan reproduksi agar remaja lebih siap menghadapi perubahan pubertas.

ABSTRACT

Puberty is an important phase in adolescent development marked by physical, emotional, and social changes. Good knowledge of reproductive health can help adolescents be more prepared to face these changes. This study used a descriptive correlation design with a *cross-sectional* approach. The sampling technique used *simple random sampling*, with a population of 195 respondents and a sample of 66 respondents aged 12-13 years at SMP Negeri 1 Limboto. The research instrument was a questionnaire to measure the level of knowledge of reproductive health and readiness to face puberty. Data analysis using the *Chi-Square* test, with a *p-value* of 0.002 indicating that there is a relationship between the level of knowledge about reproductive health and readiness to face puberty in adolescents aged 12-13 years at SMP Negeri 1 Limboto. In conclusion, the higher the level of knowledge, the more prepared adolescents are to face puberty. Therefore, educators or schools are expected to provide counseling to increase insight into reproductive health so that adolescents are better prepared to face puberty changes.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang memiliki peran penting dalam menciptakan perubahan positif di masa depan. World Health Organization (WHO, 2022) mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10 hingga 19 tahun, sementara Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2023) memperluas definisi ini hingga usia 24 tahun bagi mereka yang belum menikah. Berdasarkan data WHO (2022), terdapat sekitar 1,2 miliar remaja di dunia, yang mencakup 18% dari populasi global. Di Indonesia, Badan Pusat Statistik (2019) melaporkan bahwa 44,20 juta remaja Indonesia berada dalam rentang usia remaja berusia 10-19, dengan 51,4% di antaranya adalah laki-laki dan 48,6% adalah perempuan (Suwarsih et al., 2022). Di Provinsi Gorontalo, Kabupaten Gorontalo memiliki populasi remaja tertinggi, yakni 57.225 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2023).

Pada tahap remaja, individu mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang menandai masa transisi menuju kedewasaan. Salah satu perubahan paling signifikan dalam fase ini adalah pubertas, yaitu periode di mana terjadi perkembangan biologis yang mencakup perubahan seks primer dan sekunder. Pubertas umumnya terjadi pada usia 13–20 tahun dan ditandai dengan peningkatan dinamika emosional serta psikososial (Dzaky & Lestari, 2021).

Selama masa pubertas, remaja dihadapkan pada berbagai tantangan, termasuk masalah kesehatan mental, kecemasan, stres, penyalahgunaan zat, serta persoalan seksualitas. Kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dapat menyebabkan ketidaksiapan dalam menghadapi pubertas, yang berakibat pada perasaan cemas dan kebingungan terhadap perubahan biologis yang terjadi, seperti menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki (Hamdani dkk., 2021). Minimnya pemahaman ini juga dapat meningkatkan risiko perilaku menyimpang, seperti seks bebas yang berujung pada kehamilan tidak diinginkan (KTD), aborsi, serta penyebaran penyakit menular seksual (PMS), termasuk HIV/AIDS (Akbar dkk., 2021).

Kesiapan menghadapi pubertas sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Remaja yang memiliki pemahaman yang baik mengenai kesehatan reproduksi cenderung lebih siap secara fisik dan emosional dalam menghadapi perubahan pubertas (Arfah & Yarni, 2023). Sebaliknya, kurangnya informasi dapat menyebabkan ketidakmampuan remaja dalam mengelola perubahan tubuhnya, yang berdampak pada kesehatan mental dan sosial mereka. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pengetahuan lebih baik tentang kesehatan reproduksi lebih percaya diri dalam menghadapi masa pubertas (Subekti dkk., 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara terhadap lima remaja putri di SMP Negeri 1 Limboto pada bulan September 2024, ditemukan bahwa dua di antaranya mengaku siap menghadapi pubertas karena telah mendapatkan informasi dari orang tua. Sementara itu, tiga lainnya merasa malu dan tidak nyaman dengan perubahan yang terjadi, karena tidak pernah memperoleh edukasi mengenai pubertas.

Melihat pentingnya kesiapan remaja dalam menghadapi masa pubertas serta pengaruh tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap kesiapan tersebut, maka peneliti merasa tertarik dan berminat mengadakan penelitian tentang “Hubungan tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja dengan kesiapan menghadapi masa pubertas pada remaja usia 12-13 tahun di SMP Negeri 1 Limboto”

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Limboto pada 17 Januari tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *simple random sampling* dengan populasi 195 responden dan untuk sampel dalam penelitian ini sebanyak 66 siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Kategori	N	%
Usia Responden		
13 Tahun	29	43,9
12 Tahun	22	56,1
Jenis Kelamin		
Perempuan	39	59,1
Laki-laki	27	40,9
Sumber Pengetahuan		
Keluarga	30	45,5
Guru	20	30,3
Media Cetak	10	15,2
Media Elektronik	6	9

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa responden dalam penelitian ini sebagian besar berusia 12 tahun berjumlah 37 responden (56,1%). Berdasarkan jenis kelamin siswa dengan jumlah terbanyak yaitu berjenis kelamin perempuan berjumlah 39 responden (59,1%). Berdasarkan sumber pengetahuan responden sebagian besar mendapat pengetahuan tentang reproduksi dari guru berjumlah 30 responden (45,5%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Analisis Univariat

Analisis Univariat	Jumlah	
	(N)	(%)
Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi		
Tinggi	17	25,7
Sedang	44	66,7
Rendah	5	7,6
Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas		
Siap	53	80,3
Tidak Siap	13	19,7

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 66 responden yang diteliti, didapatkan memiliki tingkat pengetahuan sedang tentang kesehatan reproduksi 44 responden (66,7%) dan yang memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 5 responden (7,6%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 66 responden yang diteliti, didapatkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori siap yaitu sebanyak 53 responden (80,3%) dan yang responden yang berada dalam kategori tidak siap sebanyak 13 responden (19,7%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas Pada Remaja Usia 12-13 Tahun Di SMP Negeri 1 Limboto

No.	Pengetahuan	Kesiapan Menghadapi Pubertas				Total		P Value
		Siap		Tidak Siap		Jumlah	Persentase (%)	
		N	%	N	%			
1.	Tinggi	15	22,7	2	3,0	17	25,7	0,002
2.	Sedang	37	56,1	7	10,6	44	66,7	
3.	Rendah	1	1,5	4	6,1	5	7,6	
Jumlah		53	80,3	13	19,7	66	100	

Sumber: Data SPSS Versi 26

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil analisa data dengan uji chi-square menggunakan program SPSS versi 26 diperoleh nilai p Value 0,002 yang berarti kurang dari ($\alpha = 0,05$) sehingga dapat disimpulkan H_1 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi masa pubertas pada remaja usia 12-13 tahun di SMP Negeri 1 Limboto.

Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Usia 12-13 Tahun Di SMP Negeri 1 Limboto

Berdasarkan hasil penelitian pada 66 responden, didapatkan hasil responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori sedang yaitu sebanyak 44 responden (66,7%). Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian dimana responden mengetahui apa yang dimaksud kesehatan reproduksi, organ bagian reproduksi, mengetahui tentang menstruasi dan mimpi basah.

Menurut teori Notoadmodjo (2010) dalam Lukmana dan Yuniarti (2019) pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan remaja mengenai pengertian kesehatan reproduksi pada penelitian ini didapati bervariasi namun sebagian besar remaja sepakat bahwa kesehatan reproduksi adalah ilmu yang mempelajari semua hal yang terkait dengan sehat secara reproduksi dan bukan hanya mempelajari penyakit kelainan sistem reproduksi. Organ reproduksi terdiri dari berbagai bagian yang berperan dalam proses reproduksi, seperti ovarium dan uterus pada wanita serta testis dan penis pada pria. Menstruasi dan mimpi basah merupakan suatu kondisi normal yang akan dialami oleh remaja perempuan dan laki-laki. Siklus menstruasi akan dialami remaja perempuan satu kali setiap bulan. Sedangkan remaja laki-laki akan mengalami mimpi basah yang menandakan perkembangan dari sistem reproduksi sekunder. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mareti dan Nurasa (2022) di Kota Pangkalpinang memberikan gambaran mengenai tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi. Dalam penelitian tersebut, dari 110 responden, pengetahuan remaja tentang menstruasi dan mimpi basah berada dalam kategori sedang, dengan persentase 66,6%.

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa faktor usia memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan responden. Mayoritas responden berusia 12 tahun (43,9%), dan dari kelompok usia ini, sebanyak 28 siswa (42,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup sedangkan responden yang berusia 13 tahun sebanyak 16 siswa (24,2%). Hal ini menunjukkan bahwa pada usia ini, siswa mulai memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi. Karakteristik responden

dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar berada dalam masa peralihan dari anak-anak ke remaja awal, di mana rasa ingin tahu terhadap perubahan tubuh dan reproduksi mulai meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2003) dalam Putri dkk. (2023), bahwa usia merupakan salah satu hal yang mempengaruhi pengetahuan. Dengan bertambahnya usia seseorang maka dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suprayitna dkk. (2022) semakin meningkat usia seseorang, maka semakin matang fungsi inderanya dan semakin banyak pula pengalaman.

Hasil penelitian pada 66 responden, didapatkan hasil responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi kategori tinggi sebanyak 17 responden (25,7%). Hal ini dapat dilihat dari kuesioner hasil penelitian sebagian besar responden mengetahui apa yang dimaksud kesehatan reproduksi, bagian-bagian organ genitalia, gizi yang dibutuhkan remaja, mengetahui tentang menstruasi dan mimpi basah, bagaimana cara memelihara organ reproduksi, masalah kesehatan reproduksi yang dapat terjadi serta bagaimana cara mendapatkan akses informasi kesehatan reproduksi.

Hasil kuesioner menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kategori tinggi memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap berbagai aspek kesehatan reproduksi dibandingkan responden dengan kategori sedang atau rendah. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Nursalam (2020), pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu yang berkaitan dengan proses pembelajaran, dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi bervariasi, tetapi sebagian besar memahami bahwa kesehatan reproduksi mencakup lebih dari sekadar penyakit sistem reproduksi. Mereka juga mengetahui peran organ reproduksi, seperti ovarium dan uterus pada wanita serta testis dan penis pada pria. Dalam hal gizi, remaja sadar bahwa perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi akibat menstruasi, sementara laki-laki memerlukan lebih banyak kalori untuk tumbuh kembang. Menstruasi dan mimpi basah dipahami sebagai proses alami dalam perkembangan reproduksi. Memelihara organ reproduksi dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan, menerapkan pola hidup sehat, mengonsumsi makanan bergizi, serta menghindari perilaku berisiko. Masalah kesehatan reproduksi yang dapat terjadi meliputi infeksi menular seksual, gangguan menstruasi, serta ketidakseimbangan hormon yang dapat memengaruhi kesuburan. Mayoritas responden menyatakan bahwa akses informasi kesehatan reproduksi tidak hanya melalui rumah sakit, tetapi juga dari buku dan internet, meskipun informasi tentang mimpi basah jarang diakses melalui kedua sumber tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lukmana dan Yuniarti (2019) di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta, yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi. Dari 90 responden, hasil penelitian menunjukkan bahwa 15 siswa (16,7%) memiliki pengetahuan yang baik.

Karakteristik responden yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi menunjukkan bahwa pengalaman berperan penting dalam peningkatan pemahaman mereka. Pada usia 13 tahun, responden sudah mulai mendapatkan lebih banyak informasi dari berbagai sumber, baik dari lingkungan sekolah, keluarga, maupun media, yang mendukung peningkatan pengetahuan mereka mengenai kesehatan reproduksi. Jerome Bruner (1966) dalam Lestari dkk. (2023), berpendapat bahwa seseorang belajar dengan cara membangun sendiri pengetahuan berdasarkan pengalaman dan interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Dengan kata lain, semakin banyak pengalaman dan sumber informasi yang diperoleh remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manase dkk. (2022), yang menyatakan pengetahuan baik yang dimiliki responden tentang kesehatan reproduksi disebabkan oleh latar belakang usia siswa-siswi, responden dalam penelitian ini berusia rata-rata 13 tahun yang mana tentunya responden telah memperoleh pengetahuan dan pengalaman.

Hasil penelitian yang dilakukan pada 66 responden, didapatkan hasil responden memiliki pengetahuan rendah sebanyak 5 responden (7,6%), Hal ini dikarenakan responden belum mengetahui apa yang dimaksud kesehatan reproduksi, bagian-bagian organ reproduksi, belum mengetahui tentang mimpi basah, belum mengetahui bagaimana cara merawat organ reproduksi dan kurang mengakses informasi tentang kesehatan reproduksi.

Menurut teori Ajzen (1991) dalam Sartika (2020) menjelaskan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh niat yang didasarkan pada sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol terhadap perilaku tersebut. Jika remaja memiliki sikap yang kurang positif terhadap pembelajaran kesehatan reproduksi atau merasa bahwa topik ini tabu, maka mereka cenderung menghindari mencari informasi, yang menyebabkan rendahnya pengetahuan mereka. Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa masih ada remaja yang belum memiliki pemahaman yang cukup tentang kesehatan reproduksi. Mereka belum mengetahui konsep dasar kesehatan reproduksi, termasuk pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi. Selain itu, mereka belum mengenal bagian-bagian organ reproduksi beserta fungsinya, sehingga kurang memahami bagaimana sistem reproduksi bekerja. Kurangnya pengetahuan tentang mimpi basah juga menunjukkan bahwa sebagian remaja belum memahami tanda-tanda perubahan biologis dalam tubuh mereka. Selain itu, mereka belum mengetahui cara yang tepat untuk merawat organ reproduksi, seperti menjaga kebersihan dan menerapkan pola hidup sehat. Hal ini bisa disebabkan oleh minimnya akses mereka terhadap informasi kesehatan reproduksi, baik dari buku, internet, maupun sumber terpercaya lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gustiawan, Mutmainnah, dan Kamariyah (2021) bahwa tingkat pengetahuan yang rendah berpengaruh terhadap perilaku remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi mereka. Remaja yang memiliki pemahaman terbatas cenderung kurang memperhatikan kebersihan organ reproduksi dan tidak menyadari pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini.

Karakteristik responden menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin berperan dalam menentukan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi. Perempuan cenderung memiliki pengetahuan yang lebih tinggi karena lebih sering mendapatkan edukasi dari lingkungan keluarga, sekolah, serta media. Sementara itu, laki-laki mungkin kurang mendapatkan informasi yang cukup atau kurang tertarik untuk mencari informasi terkait kesehatan reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan dengan tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi. Perbedaan jenis kelamin dapat membentuk persepsi yang berbeda sehingga mempengaruhi tingkat pengetahuan antara laki-laki dan perempuan. Menurut teori Moekijat (1998) dalam Rosa dan Hermawati (2022), faktor jenis kelamin mempunyai keterkaitan langsung maupun tidak langsung dengan tingkat pengetahuan seseorang terhadap suatu hal. Diketahui bahwa jenis kelamin laki-laki cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas, mampu bersosialisasi lebih baik dan peluang mendapatkan informasi lebih besar akibat aktivitas yang menyertainya. Hal ini sejalan dengan penelitian Ernawati (2020), dalam penelitiannya menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja adalah jenis kelamin. Pada responden dengan jenis kelamin laki-laki menunjukkan hasil yang lebih rendah daripada responden jenis kelamin perempuan.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan teori yang mendukung maka peneliti berasumsi bahwa usia berhubungan erat dengan pengalaman dan paparan terhadap berbagai sumber informasi, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan seseorang. Seiring bertambahnya usia, seseorang memiliki lebih banyak kesempatan untuk memperoleh informasi melalui pendidikan formal, media, dan interaksi sosial. Pada usia yang lebih dewasa, seseorang cenderung lebih sadar akan pentingnya informasi kesehatan, termasuk kesehatan reproduksi, sehingga lebih aktif mencari pengetahuan tersebut. Oleh karena itu, usia dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, dimana semakin bertambahnya usia maka bertambah pula pengetahuan seseorang tentang kesehatan reproduksi.

Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas Pada Remaja Usia 12-13 Tahun Di SMP Negeri 1 Limboto

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.5, menunjukkan sebagian besar responden siap menghadapi masa pubertas yakni sebanyak 53 responden (80,3%). Kesiapan ini berhubungan dengan adanya pengetahuan mereka yang baik mengenai kesehatan reproduksi. Hal ini dibuktikan dengan hasil kuesioner dimana sebagian besar responden memiliki pemahaman tentang pubertas, rasa nyaman dan kesiapan menghadapi perubahan dalam masa pubertas.

Menurut teori Oemar (2008) dalam Susanti dan Mulyoto (2020), kesiapan adalah tingkatan atau keadaan yang harus dicapai dalam proses perkembangan perorangan pada tingkatan pertumbuhan mental, fisik, sosial, dan emosional. Sebagian besar responden memiliki pemahaman yang baik tentang pubertas, termasuk perubahan fisik, emosional, dan sosial yang terjadi selama masa pubertas. Mereka menyadari bahwa pubertas adalah bagian alami dari pertumbuhan dan menunjukkan sikap yang positif dalam menghadapinya. Selain itu, mayoritas responden merasa nyaman dengan perubahan yang mereka alami, baik dalam hal pertumbuhan fisik maupun perkembangan psikologis. Mereka juga menunjukkan kesiapan dalam menghadapi masa pubertas dengan cara mencari informasi, berdiskusi dengan teman atau keluarga,

Pemahaman yang baik tentang pubertas ini menunjukkan bahwa remaja memiliki kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi dan kesiapan mental dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada tubuh mereka. Hal ini juga mengindikasikan bahwa sumber informasi yang mereka akses, baik dari pendidikan formal maupun media lainnya, membantu mereka dalam memahami dan menerima perubahan selama masa pubertas. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Indrianita (2019), dalam penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan antara kesiapan diri dengan kejadian perubahan fisik. Kesiapan diri pada diri seseorang sangat dibutuhkan agar ia mampu dan siap dalam mengalami kondisi perubahan perilaku pada perubahan fisik yang dialaminya.

Karakteristik responden dalam penelitian ini, yang sebagian besar berusia 12-13 tahun, menunjukkan bahwa mereka berada dalam masa peralihan yang penting dalam perkembangan fisik dan emosional. Usia ini adalah usia yang seringkali dihadapkan pada perubahan tubuh yang signifikan, seperti pertumbuhan fisik dan perubahan hormon yang menjadi bagian dari masa pubertas. Responden yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang kesehatan reproduksi merasa lebih siap untuk menghadapi perubahan tersebut karena mereka sudah memahami apa yang terjadi pada tubuh mereka dan bagaimana menghadapinya.

Menurut Piaget (1952) dalam (Marinda, 2020), anak-anak berusia 12-13 tahun berada dalam tahap operasional formal, di mana mereka mulai berpikir secara abstrak dan logis. Pada tahap ini, mereka mulai memahami konsep yang lebih kompleks, termasuk kesehatan reproduksi dan perubahan fisik yang terjadi selama pubertas. Dengan pengetahuan yang cukup, mereka dapat lebih siap menghadapi perubahan tersebut dan menyesuaikan diri dengan lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irawati, Budiono, dan Setyoboedi (2021), dimana mengkaji hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* dengan respon psikologis mereka saat mengalaminya. Ditemukan bahwa rata-rata *menarche* terjadi pada usia 12-13 tahun, dan remaja dengan pengetahuan yang memadai cenderung memiliki respon psikologis yang lebih positif dalam menghadapi *menarche*.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian kecil responden belum siap menghadapi masa pubertas yakni 13 responden (19,7%). Hal ini karena sebagian kecil dari mereka memiliki pengetahuan yang rendah mengenai kesehatan reproduksi dan tidak nyaman dengan perubahan fisik yang terjadi. Berdasarkan kuesioner, responden yang menunjukkan kesiapan rendah lebih sering mengungkapkan bahwa mereka tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai perubahan fisik dan emosional yang terkait dengan pubertas. Kurangnya pemahaman ini menyebabkan mereka merasa

kurang nyaman atau bahkan khawatir terhadap perubahan tersebut. Responden ini juga menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dalam menghadapi perubahan yang tidak mereka pahami dengan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Spielberger (1983) dalam Setyananda, Indraswari, dan Prabamurti (2021), Spielberger membagi kecemasan menjadi kecemasan *trait* (cenderung menetap) dan kecemasan *state* (situasional). Dalam konteks pubertas, remaja yang kurang memiliki pengetahuan tentang perubahan tubuh mereka cenderung mengalami kecemasan situasional, yang muncul sebagai respons terhadap perubahan yang tidak mereka pahami. Responden yang menunjukkan kesiapan rendah dalam menghadapi pubertas umumnya merasa tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama masa ini. Kurangnya pemahaman menyebabkan mereka merasa bingung, tidak nyaman, atau bahkan cemas terhadap perubahan yang dialami tubuh mereka.

Hal ini membuat mereka merasa tidak siap dan sulit menyesuaikan diri dengan perkembangan tubuh mereka sendiri. Selain itu, ketidaktahuan tentang perubahan emosional seperti perubahan suasana hati dan meningkatnya sensitivitas juga membuat mereka lebih rentan terhadap kecemasan dan stres. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Harlia, Reynita, dan Fujiana (2023), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kecemasan pada remaja dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan tentang perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama pubertas.

Karakteristik jenis kelamin berperan besar dalam menentukan kesiapan remaja menghadapi pubertas. Secara tradisional, perempuan lebih sering dibimbing mengenai perubahan fisik dan emosional terkait pubertas, baik oleh orang tua maupun di sekolah, yang membuat mereka lebih siap menghadapi masa tersebut. Sementara itu, laki-laki cenderung tidak diberi informasi yang cukup atau terbuka tentang masalah kesehatan reproduksi, yang mengarah pada perasaan kurang siap menghadapi masa pubertas.

Menurut teori Santrock (1998) dalam Maryati dan Rezanita (2018) menjelaskan bahwa remaja laki-laki dan perempuan memiliki tingkat pemahaman dan kesiapan yang berbeda dalam menghadapi pubertas. Perempuan cenderung lebih cepat mengalami pubertas dibandingkan laki-laki dan sering kali mendapatkan informasi lebih awal tentang perubahan tubuh mereka, terutama melalui keluarga atau teman sebaya. Sementara itu, remaja laki-laki lebih cenderung menghadapi pubertas dengan tingkat ketidaktahuan yang lebih tinggi, yang dapat menyebabkan kecemasan dan kurangnya kesiapan. Hal ini sejalan dengan penelitian Payangan dan Arswimba (2024), menemukan bahwa remaja perempuan lebih siap menghadapi pubertas dibandingkan remaja laki-laki. Hal ini dikarenakan remaja perempuan lebih sering mendapatkan informasi sejak dini tentang perubahan tubuh mereka, sementara remaja laki-laki cenderung kurang mendapatkan edukasi formal mengenai kesehatan reproduksi.

Maka dari hasil penelitian, teori dan penelitian sebelumnya dapat diasumsikan bahwa kesiapan diri remaja dalam menghadapi pubertas sangat penting agar mereka dapat memahami dan menerima perubahan fisik yang terjadi tanpa rasa cemas atau ketidaknyamanan. Dengan kesiapan diri yang baik, remaja dapat merespons perubahan tubuhnya secara positif dan menghindari rasa takut atau kebingungan yang berlebihan. Selain aspek fisik, kesiapan diri juga mencakup kesiapan mental dan emosional agar remaja dapat mengelola perubahan hormon yang dapat memengaruhi suasana hati dan perilaku mereka. Oleh karena itu, kesiapan diri dibutuhkan agar remaja siap dalam mengalami kondisi perubahan perilaku pada perubahan fisik yang dialaminya.

Hubungan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas Pada Remaja Usia 12-13 Tahun Di SMP Negeri 1 Limboto

Berdasarkan hasil uji statistika menggunakan uji *Person Chi-square*, diperoleh nilai p Value - 0,002 yang berarti kurang dari ($\alpha=0,05$) sesuai dengan syarat-syarat uji *Person Chi-square* dimana satunya ada *cell* dengan nilai frekuensi kurang dari 5 menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan

pada penelitian ini. Dimana H_0 di tolak, H_1 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas pada remaja usia 12-13 tahun di SMP Negeri 1 Limboto.

Hasil penelitian diperoleh pengetahuan sedang yang siap menghadapi pubertas sebanyak 37 responden (56,1%). Hal ini dibuktikan dengan hasil kuesioner yang diberikan menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan yang cukup mengenai berbagai indikator kesehatan reproduksi, seperti organ reproduksi, menstruasi, mimpi basah, dan pemeliharaan alat reproduksi. Sebagian besar responden memahami apa itu kesehatan reproduksi, mengetahui organ bagian reproduksi, serta mengetahui apa itu menstruasi dan mimpi basah. Beberapa juga memiliki pengetahuan tentang masa subur dan kehamilan, serta cara menjaga kebersihan organ reproduksi.

Meskipun pengetahuan mereka tergolong sedang, dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah membantu mereka merasa lebih siap. Kesiapan mereka untuk menghadapi perubahan fisik dan emosional selama pubertas banyak dipengaruhi oleh pemahaman mereka tentang masa pubertas dan kenyamanan yang mereka rasakan dengan perubahan yang terjadi pada tubuh mereka. Mereka merasa lebih nyaman dan siap karena sudah memiliki pemahaman dasar tentang apa yang terjadi dalam tubuh mereka, seperti menstruasi dan mimpi basah, serta bagaimana cara merawat organ reproduksi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Erikson (1968) dalam Arfah dan Yarni (2023), yang mengatakan pada tahap *Identity vs. Role Confusion*, yang biasanya dialami oleh remaja, individu berusaha membentuk identitas dan memahami peran mereka dalam masyarakat. Dukungan sosial sangat penting dalam membantu remaja memahami perubahan yang terjadi selama pubertas, termasuk aspek kesehatan reproduksi seperti organ reproduksi, menstruasi, mimpi basah, dan pemeliharaan kebersihan. Orang tua yang mendukung dapat membantu remaja menerima perubahan fisik dan emosional sebagai bagian dari pembentukan identitas mereka, sehingga mereka merasa lebih nyaman dan siap menghadapi masa pubertas. Dukungan teman sebaya juga membantu remaja merasa diterima dalam kelompok sosial meskipun mereka mengalami perubahan yang berbeda-beda. Dengan adanya dukungan sosial, remaja dapat lebih memahami dan menerima perubahan dalam tubuh mereka, sekaligus mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi. Hal ini didukung dengan penelitian Ali dkk. (2020), dimana diperoleh hasil yang signifikan antara persepsi dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas.

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa sumber pengetahuan seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah berperan besar dalam mempengaruhi kesiapan remaja menghadapi pubertas. Remaja yang mendapatkan informasi yang jelas dan tepat mengenai kesehatan reproduksi dari orang tua dan guru cenderung lebih siap menghadapi perubahan tubuh dan psikologis selama pubertas.

Menurut teori Green dan Kreuter (2005) dalam Mayasari, Ikalius, dan Aurora (2021) menjelaskan bahwa faktor predisposisi, seperti pengetahuan, sikap, dan sumber informasi, akan mempengaruhi seseorang dalam membentuk perilaku sehat. Pengetahuan yang diperoleh dari sumber yang akurat akan membantu remaja mengadopsi perilaku yang lebih sehat, seperti menjaga kebersihan organ reproduksi dan memahami perubahan pubertas. Hal ini sejalan dengan penelitian Baharuddin (2019), menemukan bahwa remaja yang memiliki komunikasi terbuka dengan orang tua mengenai kesehatan reproduksi lebih cenderung memiliki pemahaman yang baik dan sikap positif terhadap perubahan tubuh mereka. Penelitian ini juga sejalan dengan Bagas dan Lubis (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki pemahaman dasar tentang kesehatan reproduksi. Salah satu faktor yang dapat berkontribusi terhadap tingkat pengetahuan ini adalah peran guru dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan responden dengan pengetahuan kesehatan reproduksi tinggi dan siap menghadapi pubertas sebanyak 15 responden (22,7%), hal ini dibuktikan dengan sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, organ-organ

reproduksi, menstruasi dan mimpi basah, cara memelihara alat reproduksi dan akses informasi kesehatan reproduksi. Sedangkan hasil dari kuesioner kesiapan menunjukkan sebagian besar memiliki pengetahuan tentang pubertas, kenyamanan menghadapi pubertas dan kesiapan.

Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2011) dalam Henni dkk. (2023), menyatakan bahwa pengetahuan sangat mempengaruhi bagaimana anak untuk bertindak dan mencari solusi, orang yang mempunyai pengetahuan yang baik maupun cukup biasanya akan bertindak lebih rasional, sehingga akan lebih mudah untuk menerima gagasan baru. Pemahaman yang cukup ini berperan penting dalam membentuk kesiapan remaja menghadapi pubertas. Mereka tidak hanya mengetahui perubahan fisik yang akan terjadi, seperti pertumbuhan payudara, perubahan suara, menstruasi, dan mimpi basah, tetapi juga memahami perubahan emosional yang menyertai proses tersebut. Dengan demikian, mereka lebih siap menerima perubahan dalam tubuhnya dan tidak merasa cemas berlebihan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manase dkk. (2022), yang menyatakan pengetahuan baik yang dimiliki responden tentang kesehatan reproduksi maka semakin siap remaja dalam menghadapi masa pubertas.

Dalam penelitian ini, usia remaja berperan penting dalam membentuk pengetahuan mereka mengenai kesehatan reproduksi. Remaja yang lebih tua, dalam hal ini sekitar usia 13 tahun, lebih mungkin untuk mendapatkan informasi yang lebih lengkap dan memahami perubahan yang terjadi selama pubertas. Usia yang lebih matang memungkinkan mereka untuk mengakses informasi dari berbagai sumber, seperti keluarga, teman sebaya, dan media, yang semuanya dapat memperkaya pengetahuan mereka.

Menurut Rosenstock (1974) dalam Purnama dan Yulistiani (2022) menyatakan bahwa pemahaman seseorang tentang kesehatan dipengaruhi oleh kesadaran akan manfaat dan risiko serta paparan informasi. Seiring bertambahnya usia, remaja lebih menyadari pentingnya memahami perubahan pubertas dan menjaga kesehatan reproduksi, sehingga mereka lebih siap menghadapi masa pubertas. Penelitian ini sejalan dengan Subekti, Prasetyanti, dan Nikmah (2020), menunjukkan bahwa usia berhubungan erat dengan kesiapan menghadapi pubertas, karena semakin bertambah usia, semakin banyak pengalaman dan informasi yang diperoleh dari sekolah, teman sebaya, dan media.

Hasil penelitian diperoleh juga pengetahuan siswa kurang dan siap menghadapi pubertas sebanyak 1 responden (1,5%). Hal ini dibuktikan dengan hasil kuesioner menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan kurang pada kesehatan reproduksi. Namun, tingkat kesiapan responden dibuktikan dengan jawaban responden yang merasa percaya diri, tidak takut untuk bercerita pada orang tua atau guru, bersedia mencari informasi, dan merasa percaya diri dalam menghadapi perubahan pubertas. Kesiapan remaja sering kali lebih dipengaruhi oleh sikap mereka terhadap pubertas dibandingkan dengan tingkat pengetahuan.

Menurut Rogers (1959) dalam Kartikasari dkk. (2023), individu yang memiliki konsep diri positif lebih mungkin untuk mengatasi perubahan tubuh selama pubertas dengan sikap yang lebih terbuka dan siap. Mereka yang merasa baik tentang diri mereka lebih cenderung menerima dan menghadapi perubahan tubuh selama pubertas dengan lebih percaya diri. Tingkat kesiapan responden dalam menghadapi pubertas ditunjukkan melalui rasa percaya diri, keterbukaan berbicara dengan orang tua atau guru, serta kemauan mencari informasi tentang perubahan yang terjadi. Kesiapan ini lebih dipengaruhi oleh sikap positif terhadap pubertas dibandingkan dengan tingkat pengetahuan semata, sehingga dukungan sosial dan edukasi yang baik berperan penting dalam membantu remaja menghadapi masa pubertas dengan nyaman dan percaya diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siagian (2024), dimana diperoleh hubungan yang signifikan antara konsep diri yang positif dan sikap yang positif, menunjukkan bahwa remaja dengan konsep diri yang positif memiliki kemungkinan lebih besar untuk menunjukkan sikap yang mendukung terhadap perubahan fisik dibandingkan dengan mereka yang memiliki konsep diri negatif.

Tingkat kesiapan menghadapi pubertas sering kali dipengaruhi oleh jenis kelamin, yang dapat memengaruhi cara remaja melihat diri mereka sendiri dan sikap mereka terhadap perubahan yang

terjadi. Remaja perempuan, terutama yang berada dalam masa pubertas, mereka cenderung lebih malu atau cemas dalam mendiskusikan topik-topik seperti menstruasi, perubahan tubuh, atau mimpi basah. Hal ini menyebabkan mereka lebih mungkin merasa tidak siap meskipun memiliki pengetahuan yang cukup atau sedang. Sebaliknya, remaja laki-laki cenderung lebih terbuka dalam membicarakan perubahan fisik mereka, yang dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesiapan mereka.

Menurut teori Kohlberg (1958) dalam Ibda (2023) menjelaskan bahwa perkembangan moral seseorang dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan pengalaman individu. Dalam konteks pubertas, remaja laki-laki yang memiliki rasa percaya diri tinggi mungkin tidak merasa perlu mencari banyak informasi tentang kesehatan reproduksi, karena mereka lebih mengandalkan pengalaman sosial dan nilai-nilai yang mereka pelajari dari lingkungan. Mereka bisa tetap siap menghadapi pubertas meskipun tidak memiliki banyak informasi akademik tentang kesehatan reproduksi. Hal ini sejalan dengan penelitian Irmayanti dkk. (2022), bahwa laki-laki sering kali memiliki pengetahuan lebih rendah dibandingkan perempuan, tetapi mereka cenderung memiliki sikap lebih positif terhadap perubahan fisik yang terjadi selama pubertas.

Hasil penelitian diperoleh pengetahuan sedang yang tidak siap menghadapi pubertas sebanyak 7 responden (10,6%). Hal ini dibuktikan responden masih merasa takut dan tidak nyaman dengan perubahan pada masa pubertas. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Becker (1963) dalam Jones dkk. (2016), mengatakan bahwa stigma atau pelabelan yang diberikan oleh lingkungan dapat memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri. Jika seorang remaja dilabeli secara negatif, misalnya dianggap "tidak sopan" saat bertanya tentang pubertas, mereka mungkin merasa malu atau takut untuk mencari informasi lebih lanjut. Ketakutan ini dapat muncul karena kurangnya pemahaman tentang pubertas, seperti menstruasi, mimpi basah, perubahan suara, atau pertumbuhan payudara. Mereka mungkin menganggap perubahan tersebut sebagai sesuatu yang aneh atau bahkan menakutkan karena belum mendapatkan informasi yang cukup. Faktor lain yang memperkuat rasa takut dan ketidaknyamanan ini adalah kurangnya dukungan sosial. Remaja yang tidak memiliki tempat untuk bertanya atau berbagi pengalaman, baik dengan orang tua, guru, maupun teman sebaya, cenderung merasa lebih sendirian dan tidak tahu bagaimana menghadapi perubahan ini. Mereka mungkin enggan berbicara tentang pubertas karena merasa malu atau takut dihakimi, sehingga akhirnya mengalami pubertas dengan perasaan cemas dan kurang percaya diri. Hal ini didukung dengan penelitian Wahyuni dan Indriani (2020), dimana di peroleh hasil yang signifikan antara pengetahuan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi masa pubertas.

Sebagian besar responden yang merasa tidak siap menghadapi pubertas dan cemas yaitu responden dengan usia 12 tahun sebanyak 5 orang. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mereka mungkin sudah memiliki pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi, mereka cenderung merasa tidak nyaman dengan perubahan tubuh mereka. Faktor usia dapat mempengaruhi cara mereka merespons perubahan, di mana remaja yang lebih muda mungkin merasa lebih sensitif atau kurang siap.

Menurut teori Goleman (1995) dalam Chintya dan Sit (2024), kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kematangan emosi berkaitan erat dengan umur seseorang, yang mana diharapkan emosinya akan lebih matang dan individu akan dapat lebih menguasai atau mengendalikan emosinya. Hal ini sejalan dengan Putri, Romantika, dan Tahiruddin (2021), bahwa usia berhubungan erat dengan kesiapan emosional dalam menghadapi pubertas. Remaja yang lebih muda, meskipun memiliki pengetahuan yang memadai, mungkin belum memiliki kematangan emosional untuk mengelola perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama pubertas.

Hasil penelitian menunjukkan persentase responden yang mempunyai tingkat pengetahuan rendah dan tidak siap menghadapi masa pubertas berjumlah 4 responden (6,1%). Kurangnya

pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi merupakan faktor dalam ketidaksiapan remaja menghadapi masa pubertas. Hal ini ditunjukkan dengan kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dan mimpi basah, tidak mengetahui bagaimana merawat alat reproduksi, tidak mengetahui masalah reproduksi dan kurangnya akses informasi.

Teori Maslow (1943) dalam Bari dan Hidayat (2022), menjelaskan bahwa kebutuhan dasar manusia harus dipenuhi terlebih dahulu sebelum mereka dapat mencapai perkembangan pribadi yang lebih tinggi. Dalam konteks remaja yang mengalami pubertas, kebutuhan psikologis dan emosional mereka sangat penting. Ketidaktahuan tentang menstruasi dan mimpi basah membuat remaja merasa cemas atau takut ketika mengalami perubahan tersebut, karena mereka tidak memahami bahwa hal itu merupakan proses alami dalam perkembangan tubuh. Selain itu, banyak remaja yang belum mengetahui cara merawat organ reproduksi dengan baik, seperti menjaga kebersihan dan menerapkan pola hidup sehat, sehingga meningkatkan risiko masalah kesehatan reproduksi. Akses informasi yang terbatas semakin memperburuk keadaan, karena remaja kesulitan mendapatkan edukasi yang tepat mengenai kesehatan reproduksi. Remaja membutuhkan informasi yang jelas dan akurat mengenai perubahan fisik yang terjadi pada tubuh mereka. Jika informasi ini tidak diberikan atau akses terbatas, remaja bisa merasa terancam dan tidak siap secara emosional menghadapi pubertas. Sebaliknya, dengan pengetahuan yang memadai, mereka akan merasa lebih aman dan lebih siap dalam menghadapi masa pubertas, yang membantu mereka memenuhi kebutuhan emosional dan mencapai kesejahteraan psikologis.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fazira dkk. (2022), yang menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi menarche. Pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi akan berpengaruh positif terhadap sikap dan tindakan dalam menghadapi masa pubertas.

Salah satu penyebab utama ketidaksiapan adalah kurangnya akses terhadap media yang menyediakan informasi terkait kesehatan reproduksi dan pubertas. Responden yang memiliki akses terbatas pada media tradisional maupun modern cenderung memiliki pengetahuan yang lebih rendah dan lebih cemas saat menghadapi pubertas. Mereka tidak mengetahui cara merawat organ reproduksi atau memahami tanda-tanda pubertas. Menurut teori *Uses and Gratifications* yang dikemukakan oleh Katz, Blumler, dan Gurevitch (1973) dalam Karunia, Ashri, dan Irwansyah (2021), Teori ini menitikberatkan pada proses penerimaan dalam komunikasi serta menjelaskan penggunaan media oleh individu. *Uses and Gratification* mengasumsikan bahwa pengguna mempunyai pilihan alternatif untuk memuaskan kebutuhannya. Manusia memiliki hak untuk menilai dan menggunakan media, dalam arti dapat memutuskan apa yang akan dilakukan dengan media tersebut.

Penelitian ini sejalan dengan Susilawati dkk. (2024), menemukan bahwa penyuluhan menggunakan media booklet berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang persiapan menghadapi menarche. Hal ini didukung dengan penelitian Aisyah dan Lestari (2024), menunjukkan bahwa penggunaan media video dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi.

Penelitian ini juga diperoleh hasil responden dengan pengetahuan tinggi tetapi tidak siap menghadapi pubertas sebanyak 2 responden (3%). Berdasarkan hasil kuesioner yang diberikan, meskipun sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi (termasuk organ reproduksi, menstruasi, mimpi basah, serta cara memelihara alat reproduksi), namun mereka tidak merasa percaya diri dan kurang siap untuk menghadapi perubahan yang datang dengan pubertas. Kedua responden mengungkapkan bahwa meskipun mereka tahu apa yang akan terjadi, mereka merasa cemas atau takut untuk menghadapi perubahan fisik dan emosional tersebut.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura (1997) dalam Battu dan Susanto (2022), melalui Teori *Self-Efficacy* menekankan bahwa kepercayaan diri seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan suatu tindakan (*self-efficacy*) sangat berpengaruh terhadap penerapan pengetahuan ke dalam praktik. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak

cukup untuk membangun kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas. Faktor lain, seperti dukungan emosional, pengalaman pribadi, serta sikap terhadap perubahan, berperan penting dalam membentuk kesiapan mereka. Ketakutan dan kecemasan ini dapat disebabkan oleh kurangnya bimbingan dan diskusi terbuka dengan orang tua, guru, atau teman sebaya mengenai cara menghadapi pubertas secara emosional. Jika remaja memiliki pengetahuan tentang pubertas tetapi kurang percaya diri untuk menghadapi perubahan fisik atau emosional yang terjadi, mereka cenderung tidak siap untuk menerapkan apa yang mereka ketahui. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamaru dkk. (2021), dimana diperoleh terdapat hubungan konsep diri dengan penerimaan perubahan fisik remaja awal pada masa pubertas.

Perbedaan jenis kelamin dapat memengaruhi bagaimana remaja merespons pubertas. Remaja laki-laki mungkin merasa malu atau cemas untuk membicarakan perubahan fisik seperti mimpi basah, karena stigma sosial yang menganggap hal tersebut tabu, meskipun mereka memiliki pengetahuan yang cukup. Sebaliknya, remaja perempuan dapat merasa tertekan oleh ekspektasi sosial terkait perubahan tubuh mereka, seperti menstruasi dan perubahan fisik lainnya, yang memengaruhi persepsi diri mereka. Menurut teori Bem (1981) dalam Puspitasari dan Maksun (2020), teori skema gender (*gender schema theory*) mengemukakan bahwa perilaku individu diarahkan untuk menyesuaikan stereotip gender yang ada dalam sosial dan budaya masyarakat. Skema ini memandu perilaku dan persepsi mereka, termasuk bagaimana mereka menghadapi perubahan fisik selama pubertas. Remaja cenderung menilai dan menyesuaikan diri mereka berdasarkan skema gender yang telah terbentuk dalam pikiran mereka.

Penelitian ini sejalan dengan Ardida dan Rahayu (2023), terdapat hubungan antara *body image* dengan kecemasan sosial dikarenakan ada faktor lain yang di pengaruhi *body image*. Selain kecemasan sosial, ada beberapa faktor lain yang dipengaruhi oleh citra tubuh, antara lain sosialisasi budaya, pengalaman interpersonal, dan karakteristik fisik. Hal ini didukung oleh penelitian Carney dkk. (2022), yang menunjukkan bahwa anak laki-laki di Kenya mengalami rasa malu dan kebingungan terkait perubahan yang terjadi pada tubuh mereka, menghadapi tekanan dari ekspektasi sosial yang baru saat mereka beranjak dewasa, serta menjalani masa remaja dengan pengawasan yang minimal, tekanan dari teman sebaya yang meningkat, dan keterlibatan dalam perilaku kesehatan yang lebih berisiko.

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan hasil penelitian sebelumnya, maka peneliti berasumsi pengetahuan dan informasi kesehatan reproduksi sangat penting diajarkan pada anak sekolah menengah pertama mengingat banyak faktor yang dapat menyebabkan ketidaksiapan menghadapi pubertas. Semakin kurang pengetahuan responden tentang kesehatan reproduksi maka, semakin kurang pula menerima perubahan selama masa pubertas. Selain pengetahuan, dukungan orang sekitar berpengaruh dalam kesiapan anak menghadapi masa pubertas. Kurangnya dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya dapat membuat remaja merasa cemas atau tidak percaya diri dalam menghadapi perubahan fisik dan emosional selama pubertas. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif, didukung dengan komunikasi yang terbuka dari lingkungan sekitar, sangat diperlukan untuk membantu remaja lebih siap dan menerima perubahan yang terjadi pada dirinya.

KESIMPULAN

Remaja yang pengetahuan rendah sebanyak 5 orang (7,6%), pengetahuan sedang 44 orang (66,7%), dan terdapat 17 orang (25,7%) yang berpengetahuan tinggi. Remaja yang siap menghadapi masa pubertas sebanyak 53 orang (80,3%) dan 13 orang (19,7%) tidak siap menghadapi masa pubertas. Dan terdapat hubungan antara Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas pada remaja usia 12-13 tahun di SMP Negeri 1 Limboto, berdasarkan

hasil uji statistika menggunakan uji *Chi-square*, diperoleh nilai p Value - 0,002 yang berarti kurang dari ($\alpha=0,05$).

IMPLIKASI

Penelitian ini diharapkan berguna bagi remaja sebagai bacaan dan juga manfaat bagi remaja yang ingin mengetahui lebih lanjut tentang kesehatan reproduksi dan kesiapan menghadapi masa pubertas.

BATASAN

Penelitian ini masih memiliki kelemahan yaitu tidak mengontrol sebagian faktor yang ikut mempengaruhi kesiapan menghadapi pubertas yaitu pengalaman pribadi, dukungan orang tua, media massa, emosional. Keterbatasan penelitian ini juga terletak pada penggunaan kuesioner sebagai satu-satunya instrumen, yang meskipun memberikan gambaran umum, tidak dapat menggali persepsi mendalam remaja terkait kesiapan menghadapi pubertas. Selain keterbatasan, penelitian ini juga memiliki yaitu topik kesehatan reproduksi yang masih dianggap tabu oleh sebagian siswa serta terkait izin dari guru pengajar di beberapa kelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, P., & Lestari, N. C. A. (2024). Efektivitas Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di SMP Negeri 3 Pekanbaru. *Zona Kebidanan*, 15(1), 1–7.
- Akbar, H., Qasim, M., Hidayani, W. R., Ariantini, N. S., Ramli, Gustirini, R., Simamora, J. P., Alang, H., Handayani, F., & Paulus, A. Y. (2021). *Teori Kesehatan Reproduksi* (H. Marlina (ed.); 1st ed.). Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Ali, M. (2020). Dukungan Keluarga Bagi Remaja dalam Menghadapi Pubertas di SMP Negeri 1 Kota Bima. *Bima Nursing Journal*, 1(2), 97-99.
- Ardida, N. I., & Rahayu, M. N. M. (2023). Hubungan Antara Citra Tubuh (Body Image) Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(3), 1–8.
- Arfah, M., & Yarni, L. (2023). Kesiapan Anak Menghadapi Masa Puber. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 7611-7612.
- Bagas, M., & Lubis, N. (2023). Hubungan Peran Guru Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Pubertas. *Midwifery: Jurnal Kebidanan Dan Sains*, 1(1), 15–22.
- Baharuddin. (2019). Pentingnya Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Perkembangan Pubertas Remaja. *An Nisa: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 12(1), 611–612.
- Bari, A., & Hidayat, R. (2022). Teori Hirarki Kebutuhan Maslow Terhadap Keputusan Pembelian Merek Gadget. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(2), 8–10.
- Battu, A. S., & Susanto, A. H. (2022). Pengaruh Self Efficacy Dan Locus of Control Terhadap Kinerja Karyawan Magang. *Jurnal Ilmiah Manajemen, Bisnis Dan Kewirausahaan*, 2(3), 61–77.
- Carney, A., Mulei, T., Kurao, D., Hagstrom, C., & Sommer, M. (2022). “When I woke up I was so worried and ashamed, I thought it was a disease”: Adolescent boys’ transitions through puberty in Kenya. *Frontiers in Reproductive Health*, 4(11), 1–11.
- Chintya, R., & Sit, M. (2024). Analisis Teori Daniel Goleman dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini. *ABSORBENT MIND: Journal of Psychologi and Child Development*, 4(1), 159–168.
- Dzaky, R. D., & Lestari, S. H. (2021). Pubertas dan permasalahannya. *Prosiding FK: Gerakan Anak Muda Lindungi Reproduksi Indonesia*, 1(1), 1-2.
- Ernawati, H. (2020). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Daerah Pedesaan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 58–64.

- Gustiawan, R., Mutmainnah, M., & Kamariyah, K. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Religiusitas dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 2(2), 89–98.
- Hamdani, A., Derullisa, J., & Muhanan, S. (2021). Peran Orang Tua dalam Memberikan Pemahaman Kesehatan Reproduksi. *Prosiding SEMNAS BIO 2021 Universitas Negeri Padang*, 381-383.
- Harlia, T. P., Reynita, F. H., & Fujiana, F. (2023). Karakteristik Remaja Yang Mengalami Kecemasan Di Masa Pubertas. *Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(2), 281–290.
- Henni Purnasari, Ardayani, T., & Triana, H. (2023). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Akseptor KB Dalam Penggunaan Alat Kontrasepsi IUD Di Desa Babakan Ciparay. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 6(1), 88–99.
- Ibda, F. (2023). Perkembangan Moral Dalam Pandangan Lawrence Kohlberg. *Intelektualita: Journal of Education Sciences and Teacher Training*, 12(1), 63–64.
- Indra Lukmana, C., & Ani Yuniarti, F. (2019). Gambaran tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja pada siswa SMP di Yogyakarta. *Indonesian Journal of Nursing Practices*, 1(3), 120–121.
- Indrianita, V. (2019). Hubungan Kesiapan Diri Terhadap Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 32 Surabaya. *NersMid Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 2(2), 1–10.
- Irawati, N. L. M., Budiono, B., & Setyoboedi, B. (2021). Correlation Knowledge With Psychology Response of Teenage Girls in Confront Menarche. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(4), 354–361.
- Irmayanti, N., Lusianti, N., Derman, Y., & Dhei, B. (2022). Perbedaan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Ditinjau Dari Gender. *Prosiding Seminar Nasional Pengarusustamaan Gender Dan Inklusi Sosial Untuk Pembangunan Berkelanjutan*, 9(1), 143–149.
- Jones, P., Bradbury, L., & Boutillier, S. Le. (2016). *Pengantar Teori-teori Sosial (Edisi Revisi)*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Kamaru, W., Katuuk, H., & Wahyuni, S. (2021). Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Awal Pada Masa Pubertas Di Kelurahan Singkil I Kecamatan Singkil Kota Manado. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 6(1), 16–24.
- Kartikasari, R. I., Primindari, R. S., Nurafifah, D., Kusumaningrum, A. T., & Mauliyah, I. (2023). Konsep Diri Remaja Perempuan Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas (The Self-Concept of Adolescent Girls Regarding Physical Changes During Puberty). *Jurnal Surya: Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 12(02), 70–76.
- Karunia, H., Ashri, N., & Irwansyah, I. (2021). Fenomena Penggunaan Media Sosial : Studi Pada Teori Uses and Gratification. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(1), 92–104.
- Lestari, D. A., Lastari, Rahmawati, I. A., & Fauzi, M. R. (2023). Penerapan Teori Belajar Bruner Dalam Pembelajaran Matematika Siswa Kelas Vi Sd It Salsabila 8 Pandowoharjo. *Al-Ihtirafiah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 3–4.
- Manase, P., Nurbaya, S., & Sumi, S. S. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 424–432.
- Mareti, S., & Nurasa, I. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Kota Pangkalpinang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 9(2), 25–32.
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *An-Nisa' : Jurnal Kajian Perempuan Dan Keislaman*, 13(1), 116–152.
- Maryati, L. I., & Rezanisa, V. (2018). *Buku Psikologi Perkembangan : Sepanjang Kehidupan Manusia* (1st ed.). Sidoarjo: UMSIDA Press.

- Mayasari, O. P., Ikalius, & Aurora, W. I. D. (2021). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Masyarakat Dalam Pencegahan Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Besar Kecamatan Alam Barajo. *MEDIK*, 4(1), 147–149.
- Nursalam, F. E. (2020). *Pendidikan Dalam Keperawatan*. Jakarta Selatan: Penerbit Salemba.
- Payangan, M. E., & Arswimba, B. A. (2024). Perbedaan Tingkat Penerimaan Diri pada Siswa Kelas 7 di SMP Negeri 1 Yogyakarta Dalam Masa Pubertas Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Arjuna : Publikasi Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Matematika*, 2(5), 51–59.
- Purnama, P., & Yulistiani, M. (2022). Hubungan antara Komponen Health Belief Model dengan Perilaku Pencegahan Covid-19 pada Masyarakat. *Faatehan Health Journal*, 9(02), 165–166.
- Puspitasari, A., & Maksun, A. (2020). Perbedaan Pengaruh Olahraga Bela Diri Dan Non-Bela Diri Terhadap Kecenderungan Sifat Androgini Siswi. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 8(2), 29–34.
- Putri, I. I. A., Romantika, I. W., & Tahiruddin. (2021). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Menarchedi SMPN 1 Sawa. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 1(2), 61–70.
- Putri, R. Y., Neherta, M., Sari, I. M., & Adab, P. (2023). *Promosi Kesehatan Kebersihan Organ Reproduksi (Remaja Putri Tuna Grahitita Ringan)*. Jawa Barat: Penerbit Adab.
- Rosa, K., & Hermawati, H. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Covid-19 Di Desa Trasan Klaten. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 1(4), 579–590.
- Sartika, D. (2020). Melihat Attitude and Behavior Manusia Lewat Analisis Teori Planned Behavioral. *Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 4(1), 51–70.
- Setyananda, T. R., Indraswari, R., & Prabamurti, P. N. (2021). Tingkat Kecemasan (State-Trait Anxiety) Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 251–263.
- Siagian, S. H. (2024). Hubungan Konsep Diri dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perubahan Fisik pada Masa Pubertas di SMPN 13 Mandau. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(2), 55–60.
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., & Nikmah, A. N. (2020). Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan dalam Menghadapi Pubertas pada Remaja. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), 63–64.
- Suprayitna, M., Fatmawati, B. R., & Albayani, M. I. (2022). Gambaranpengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Hiv/Aids Di Pondok Pesantren Assulami Lombok Barat. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 10(2), 17–22.
- Susanti, R., & Mulyoto, M. (2020). Kesiapan Kerja Siswa BLK Ditinjau Dari Kemandirian Belajar, Motivasi Kerja dan Pengalaman On The Job Training. *Media Manajemen Pendidikan*, 3(1), 1-3.
- Susilawati, S., Ratni, N., Nur, M., & Barokah, S. (2024). Upaya Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Melalui Media Booklet Persiapan Menarche. *Jurnal Abdimas PHB: Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 7(4), 1073–1079.
- Suwarsih, S., Windayanti, H., & Aulia, P. L. (2022). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(8), 193-194.
- Wahyuni, R. T., & Indriani. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Masa Pubertas Di SMP Negeri 130 Jakarta Barat. *Journal of Health, Education, and Literacy (J-Healt)*, 3, 1–13.