

## EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PUBERTAS TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA REMAJA DESA GEMBLEGAN KALIKOTES KLATEN

Y.Wahyunti Kristiningtyas<sup>1</sup>, Sri Widayatni<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup> Akademi Kebidanan Giri Satria Husada Wonogiri  
[ywahyunti\\_k@yahoo.com](mailto:ywahyunti_k@yahoo.com)

### ABSTRACT

*Puberty is the period dividing childhood and adolescence. For women, physical sexual maturity is marked by the presence of menstruation for the first time and for men it is marked by the beginning of the release of sperm or the beginning of wet dreams. In adolescence, usually adolescents will experience physical changes and psychological changes. This situation causes them to be afraid and confused in overcoming it. One way to prepare these adolescents is by providing education or counseling to adolescents about puberty in schools. By providing this information, their knowledge will increase. So, teenagers will know how they will deal with it. The purpose of this study was to determine the effectiveness of health education about puberty on increasing adolescent knowledge in Desa Gemblegan Kalikotes Klaten. This type of research is a pre-experiment with One Group Pre-test and Post-test research designs. The population in this study were 219 teenagers who attended Junior High School (SMP) in Gemblegan Village. The sample in this study were 67 adolescents. The sampling technique is simple random sampling. The research instrument used a questionnaire. Bivariate data analysis used paired T test. Based on the results of the research, the majority of adolescent knowledge before being given health education was in the poor category (65.67%), and after being given health education, the majority of adolescent knowledge was in the good category (52.24%). From the analysis, it was found that the average knowledge before being given health education was 51.19 with a standard deviation of 12.063 and the average knowledge after being given health education was 73.21 with a standard deviation of 11.339. The mean value of the difference between knowledge before and after being given health education was 22.015 with a standard deviation of 17.168. The statistical test results obtained p value = 0.0001, it can be concluded that there is a significant difference in the average knowledge of adolescents before and after being given health education about puberty, which means that health education about puberty is proven to be effective in increasing adolescent knowledge in Gemblegan Village, Kalikotes, Klaten.*

*Keywords: effectiveness; health education; knowledge*

### ABSTRAK

Pubertas adalah periode pembagi antara masa kanak-kanak dengan masa remaja. Bagi perempuan kematangan seksual secara fisik ditandai adanya menstruasi pertama kali dan laki-laki ditandai dengan awal keluarnya sperma atau saat awal mimpi basah. Pada masa remaja ini biasanya remaja akan mengalami perubahan fisik dan perubahan psikologis. Keadaan ini menyebabkan mereka takut dan bingung dalam mengatasinya. Salah satu cara untuk mempersiapkan remaja tersebut adalah dengan memberikan pendidikan atau penyuluhan kepada remaja tentang pubertas di sekolah-sekolah. Dengan memberikan penyuluhan tersebut, maka pengetahuan mereka akan bertambah. Sehingga, remaja akan tahu bagaimana mereka akan menghadapinya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan tentang pubertas terhadap peningkatan pengetahuan remaja di Desa Gemblegan Kalikotes Klaten. Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen dengan rancangan penelitian *One Group Pre-test* dan *Post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang duduk di Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Desa Gemblegan sebanyak 219 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 67 remaja. Teknik sampling dengan simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan

kuesioner. Analisa data bivariat menggunakan uji T berpasangan. Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan mayoritas berada dalam kategori kurang (65,67%), dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan remaja mayoritas berada dalam kategori baik (52,24%). Dari hasil analisis diperoleh rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 51,19 dengan standar deviasi 12,063 dan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 73,21 dengan standar deviasi 11,339. Nilai mean perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 22,015 dengan standar deviasi 17,168. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,0001$  maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas yang artinya pendidikan kesehatan tentang pubertas terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja di Desa Gemblegan Kalikotes Klaten.

Kata kunci: efektifitas; pendidikan kesehatan; pengetahuan

## PENDAHULUAN

Pubertas adalah periode pembagi antara masa kanak-kanak dengan masa remaja. Bagi perempuan kematangan seksual secara fisik ditandai adanya menstruasi pertama kali dan laki-laki ditandai dengan awal keluarnya sperma atau saat awal mimpi basah. Dan secara psikososialnya yaitu terjadinya perubahan sikap dan perilaku yang terjadi pada masa pubertas antara lain ingin menyendiri, ada rasa kebosanan, antagonis sosial, hilangnya rasa percaya diri, pola sikap sederhana dan terjadi perubahan emosi (Pieter. H. Z, dkk, 2010: 145).

Perubahan psikologis selama masa pubertas berhubungan dengan sikap dan perilaku. Terjadinya perubahan psikologis yang terjadi adalah keinginan ingin menyendiri dengan sikap sering melamun terhadap perlakuan yang tidak baik, ketidakinginan berkomunikasi dan malas berhubungan sosial. Selain itu, ada rasa kebosanan akibat perubahan psikologisnya yaitu malas menyelesaikan tugas-tugas sekolah atau kegiatan sosial, malas bekerja, belajar sehingga prestasinya menurun (Pieter. H. Z, dkk, 2010: 151).

Perubahan emosi yang terjadi pada masa pubertas, remaja suka murung atau merajuk sehingga mudah menangis, marah, sedih, gelisah dan cemas. Setelah

itu, hilangnya rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas dan takut adanya kritikan-kritikan dari orang tua maupun teman-temannya. Serta, ada rasa antagonis sosial yang tinggi dengan tidak mau bekerja sama, sering membantah dan menantang (Pieter. H. Z, dkk, 2010: 152).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Masa ini sering disebut dengan masa pubertas. Namun demikian menurut beberapa ahli, selain istilah digunakan juga istilah adolesens (dalam bahasa Inggris: adolescence). Para ahli merumuskan bahwa istilah pubertas digunakan untuk menyatakan perubahan biologis baik bentuk maupun fisiologis yang terjadi dengan cepat dari masa anak-anak ke masa dewasa, terutama perubahan alat reproduksi. Perkembangan pada masa remaja sangat pesat. Perkembangan yang pesat ini berlangsung pada usia 11-16 tahun pada laki-laki dan 10-15 tahun pada perempuan. Sedangkan, istilah adolesens lebih ditekankan pada perubahan psikososial atau kematangan yang menyertai masa pubertas (Depkes, 2010: 1).

Pada masa remaja ini biasanya remaja akan mengalami perubahan fisik dan perubahan psikologis. Keadaan ini

menyebabkan mereka takut dan bingung dalam mengatasinya. Salah satu cara untuk mempersiapkan remaja tersebut adalah dengan memberikan pendidikan atau penyuluhan kepada remaja tentang pubertas di sekolah-sekolah. Dengan memberikan penyuluhan tersebut, maka pengetahuan mereka akan bertambah. Sehingga, remaja akan tahu bagaimana mereka akan menghadapinya. Pengetahuan adalah merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu subyek tertentu melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoadmodjo, 2003: 11).

Dalam perkembangan sosial yang mempengaruhi pengetahuan tentang pubertas menurut E. Kusmiran (2012), diketahui bahwa pengalaman dapat berpengaruh pada orang lain dan kegiatan saling tergantung yang diarahkan pada tujuan-tujuan bersama interaksi kelompok. Dan faktor yang mempengaruhi atau yang harus diperhatikan pada masa remaja adalah informasi tentang kesehatan reproduksi (Lestari. T. W, dkk 2011: 30).

Dari beberapa penelitian tentang remaja ternyata masih banyak remaja yang kurang mengerti tentang perubahan yang terjadi pada masa pubertas, akhirnya remaja sering melakukan tindakan yang sangat beresiko terhadap kesehatannya, salah satunya seks bebas dan aborsi yang dilakukan remaja, terutama remaja putri. Hampir 50% remaja perempuan di Indonesia melakukan hubungan seksual di luar nikah. Hasil survey Perkumpulan Keluarga Besar Indonesia (PKBI) Tahun 2003 yang dilakukan di 5 kota di

Indonesia antara lain Jakarta, Bandung dan Yogyakarta. Hasilnya 85% remaja berusia 13-15 tahun mengaku telah berhubungan seksual dengan pacar mereka. Ironisnya, hubungan seksual tersebut dilakukan di rumahnya sendiri saat orang tua mereka tidak ada di rumah (Supriyanto A. & Afra A, 2007: 10).

Menurut WHO (World Health Organisation) penduduk laki-laki atau perempuan yang mengalami masa pubertas berusia 15-24 tahun, sedangkan menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) penduduk laki-laki atau perempuan remaja yang mengalami pubertas berusia 10-19 tahun dan belum menikah (BKKBN, 2003). Dari data yang didapatkan di Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten tahun 2017, jumlah remaja usia 10 – 14 tahun sebanyak 81.741 yang terdiri dari laki laki sebanyak 42.201 dan perempuan sebanyak 39.540. Sedangkan remaja golongan usia 15 – 19 tahun sebanyak 86.418 yang terdiri dari laki laki sebanyak 44.384 dan perempuan sebanyak 42.034. Berdasarkan data dari Kecamatan Kalikotes tahun 2017 jumlah remaja usia 10 – 14 sebanyak 2.652 yang terdiri dari laki laki sebanyak 1.377 dan perempuan sebanyak 1.275, sedangkan jumlah remaja usia 15 – 19 tahun sebanyak 2.753 yang terdiri dari 1.406 remaja laki laki dan 1.347 remaja perempuan. Menurut data dari Desa Gemblegan jumlah remaja usia 10 – 14 tahun sebanyak 462 yang terdiri dari 243 remaja laki laki dan 219 remaja perempuan, sedangkan jumlah remaja usia 15 – 19 sebanyak 486 yang terdiri dari 243 remaja laki laki dan 243 remaja perempuan.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 20 remaja di desa Karangnom , wawancara, hasilnya 4

remaja berpengetahuan baik, 5 remaja berpengetahuan cukup dan 11 remaja berpengetahuan kurang. Menurut hasil wawancara diperoleh fakta bahwa saat remaja putri mengalami menstruasi untuk pertama kalinya membuat mereka takut pada darah dan bingung bagaimana cara mengatasinya. Begitu pula adanya perubahan pada payudara menimbulkan rasa tidak nyaman pada remaja. Sedangkan, pada laki-laki yang sudah memasuki akil baliq dan mengalami mimpi basah untuk pertama kali membuat sikap remaja tersebut bingung apa yang harus dilakukan.

Melihat fenomena yang terjadi pada remaja maka sangat diperlukan pendidikan kesehatan tentang pubertas sehingga remaja siap menghadapi pubertas dan dapat melakukan tindakan yang baik dalam menyikapi datangnya pubertas tersebut.

### Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana efektifitas pendidikan kesehatan tentang pubertas terhadap peningkatan pengetahuan remaja di Desa Gemblegan Kalikotes Klaten?

### Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan tentang pubertas terhadap peningkatan pengetahuan remaja di Desa Gemblegan Kalikotes Klaten.

### Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian pra eksperimen yaitu rancangan penelitian yang memanipulasi variabel bebas untuk mempengaruhi variabel terikat, tidak ada variabel kontrol dalam penelitian ini (Sani, 2016). Rancangan penelitian menggunakan *One Group Pre-test* dan *Post-test* yaitu jenis penelitian eksperimen untuk menentukan hubungan antar variabel dengan melakukan

intervensi kemudian diamati sebelum dan sesudah dilakukan intervensi (Sani, 2012). Penelitian dilakukan mulai bulan Maret – September 2018 dengan mengambil lokasi penelitian di Desa Gemblegan Kalikotes Klaten. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang duduk di Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Desa Gemblegan sebanyak 219 orang. Berdasarkan perhitungan besar Sampel maka dalam penelitian ini sampel yang digunakan sebanyak 67 remaja. Teknik sampling dengan simple random sampling. Variabel penelitian meliputi variabel Independen yaitu pendidikan kesehatan dan variabel dependen adalah pengetahuan remaja. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa kuesioner mengenai pubertas untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja. Teknik pengambilan data dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum diberikan pendidikan kesehatan (pre test) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (post test). Analisa data dalam penelitian ini adalah analisis bivariat. Teknik analisis data yang digunakan yaitu dengan uji beda dua mean dependen atau uji T berpasangan.

### HASIL

Berdasarkan hasil penelitian maka hasilnya dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas

Pengetahuan	Sebelum diberi pendidikan kesehatan		Sesudah diberi pendidikan kesehatan	
	Frekuensi	Prosentase (%)	Frekuensi	Prosentase (%)
Kurang	44	65,67	6	8,96
Cukup	22	32,83	26	38,80
Baik	1	1,5	35	52,24
Jumlah	67	100	67	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan mayoritas

berada dalam kategori kurang (65,67%), dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan remaja mayoritas berada dalam kategori baik (52,24%). Dapat diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan remaja sebelum diberi pendidikan kesehatan dengan pendidikan kesehatan sesudah diberi pendidikan kesehatan.

Dalam penelitian ini analisis bivariat menggunakan uji T berpasangan. Tujuan pengujian ini adalah untuk menguji perbedaan mean antara dua kelompok data dependen. Dalam penelitian ini dua kelompok data yang diuji adalah pengetahuan yang diukur sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan pengetahuan yang diukur setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil analisis data dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi rata-rata pengetahuan responden yang diukur sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas

Variabel	Mean	SD	SE	<i>p</i> value	N
<b>Pengetahuan</b>					
Pre-tes	51,19	12,063	1,474	0,0001	67
Post-test	73,21	11,339	1,385		

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 51,19 dengan standar deviasi 12,063 dan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 73,21 dengan standar deviasi 11,339. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa nilai mean perbedaan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 22,015 dengan standar deviasi 17,168. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,0001$  maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas yang artinya pendidikan kesehatan tentang pubertas terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja.

## PEMBAHASAN

Berdasar hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan berada pada kategori kurang. Hal ini berkaitan dengan tingkat pendidikan remaja. Menurut pendapat Notoatmojo.S, (2012) Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.

Sesudah diberikan pendidikan kesehatan mayoritas pengetahuan remaja berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan antara sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Sejalan dengan pendapat Notoatmojo.S, (2012) Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*). Sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Dalam menyampaikan informasi, sebagai tugas pokoknya adalah media massa yang membawa pula pesan-pesan berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan.

Menurut hasil analisis data dan hasil uji statistik dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan remaja sebelum dan sesudah

diberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas yang artinya pendidikan kesehatan tentang pubertas terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Hal ini didukung oleh pendapat S. Notoadmodjo (2005) bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi dengan cara memahami. Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar. Orang yang telah paham terhadap obyek atau materi terus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari baik melalui sumber-sumber yang diketahui dari buku ataupun media-media elektronik seperti internet atau televisi. Seperti dikemukakan Notoatmojo (2012) Promosi kesehatan bertujuan untuk mengunggah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan bagi dirinya sendiri, keluarganya maupun masyarakatnya. Disamping itu, dalam konteks promosi kesehatan juga memberikan pengertian tentang tradisi, kepercayaan masyarakat dan sebagainya, baik yang merugikan maupun yang menguntungkan kesehatan. Bentuk promosi ini dilakukan dengan penyuluhan kesehatan, pameran kesehatan, iklan-iklan layanan kesehatan, *billboard*, dan sebagainya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Susilo Rini (2017) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang masa pubertas terhadap pengetahuan remaja awal. Sejalan pula dengan penelitian Benita.N.R (2012) yang menyatakan terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang bermakna setelah dilakukan penyuluhan. Penyuluhan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja

## KESIMPULAN

Berdasar hasil penelitian mayoritas pengetahuan remaja sebelum diberi pendidikan kesehatan adalah kurang. Mayoritas pengetahuan remaja sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah baik. Hasil analisis dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pubertas. Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang pubertas terbukti efektif dapat meningkatkan pengetahuan remaja Desa Gemblegan Kalikote Klaten.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afra, A., & Supriyanto, A. 2007. *Bisik-bisik Soal Sex*. Surakarta: Afra Publishing
- Ahmadi, A. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Edisi Revisi. Cetakan kedua. Jakarta: Rineka Cipta Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi VI)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Benita. N.R. 2012. Pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja siswa smp kristen gergaji. Karya Tulis Ilmiah.
- Dewi M. & Wawan A. 2010. *Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Hidayat, A. A. A. 2007. *Metodologi Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Mubarak, W. I. (2011). *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_ (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Pieter, H. Z. & Lubis N. L. (2011). *Psikologi Untuk Kebidanan*. Jakarta: Kencana

Sandjaja B. & A. Heriyanto. (2011).  
*Panduan Penelitian*. Jakarta: Prestasi  
Pustaka Raya  
Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi Remaja*.  
Jakarta: Rajawali Pers  
Sugiyono. (2010). *Statistika Untuk  
Penelitian*. Bandung: Alfabeta  
\_\_\_\_\_, (2013). *Statistika Untuk  
Penelitian*. Bandung: Alfabeta  
Susilo Rini. 2017. Pengaruh pendidikan  
kesehatan tentang masa

pubertas terhadap pengetahuan  
remaja awal di SMP Negeri 1  
Baturaden. *Viva Medika: Jurnal  
Ilmiah Kesehatan, Kebidanan  
dan Keperawatan*. Vol.10 No.2  
2017.

Syamsyu Y. L. N. (2012). *Psikologi  
Perkembangan Anak & Remaja*.  
Bandung: Remaja Rosdakarya