

**HUBUNGAN PERSEPSI TENTANG PERUBAHAN FISIK MASA  
PUBERTAS DENGAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA  
DI SMP NEGERI 10 SAMARINDA**

**SKRIPSI**



**DISUSUN OLEH**

**Dhita Rizky Amalia**

**1211308230453**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH**

**SAMARINDA**

**2016**

## Motto

*-Belajarl原因 karena ilmu itu lebih menghias pemuda dalam berkata, daripada sekedar pakaian yang mempesona orang yang melihatnya-  
[ Imam Syafi'i ]*

## Hubungan antara Persepsi tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas dengan Kepercayaan Diri Remaja di SMP Negeri 10 Samarinda

Dhita Rizky Amalia<sup>1</sup>, Edi Sukanto<sup>2</sup>, Yuliani Winarti<sup>2</sup>

### INTISARI

**Latar belakang:** Masa pubertas dan remaja sangat erat kaitannya dengan perubahan fisik, emosi dan kognitif. Terdapat fase dimana remaja akan lebih sering memperhatikan keadaan tubuhnya. Perubahan fisik yang berbeda-beda dan keadaan diri yang belum siap menerima membuat remaja kebingungan hingga menimbulkan rasa kurang percaya diri yang mempengaruhi terhadap pandangan tentang perubahan fisik itu bisa positif maupun negatif.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah *non eksperimental* dan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *analitik korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel yang digunakan yaitu siswa kelas VII SMP Negeri 10 Samarinda. Teknik pengambilan sampel dengan *stratified random sampling* dan jumlah sampel sebanyak 76 responden. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan 0.05.

**Hasil:** Hasil penelitian didapatkan responden dengan kategori yang memiliki persepsi positif sebanyak 30 orang (71.4%) dengan kepercayaan diri tinggi dan yang memiliki persepsi negatif 26 orang (76.5%) dengan kepercayaan diri rendah.

**Kesimpulan:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara persepsi dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda dengan *p value* persepsi dan kepercayaan diri 0.000

**Kata Kunci:** Persepsi perubahan fisik, Masa pubertas, Kepercayaan diri

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Muhammadiyah Samarinda

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Program B STIKES Muhammadiyah Samarinda

<sup>3</sup> Dosen Keperawatan STIKES Muhammadiyah Samarinda

**The Correlation between Perceptions about Physical Changes at Puberty with  
Self Confidence of Teenagers in SMP Negeri 10 Samarinda**

**Dhita Rizky Amalia<sup>1</sup>, Edi Sukamto<sup>2</sup>, Yuliani Winarti<sup>3</sup>**

**ABSTRACT**

**Background** : puberty and adolescence is closely associated with changes in physical, emotional and cognitive. There are phases where teens would be more likely to pay attention to the state of their body. Different physical changes and circumstances that are not ready to accept making a teenage confusion to inflict a sense less confident that influence against the view of physical changes that can be positive or negative.

**Objective** : The objective of this research is to determine the correlation between perceptions about physical changes at puberty with self confidence of teenagers in SMP Negeri 10 Samarinda.

**Method**: The type of the research was non experimental research, using analytical correlation method. The time approach was using cross sectional, the sampling technique are stratified random sampling. The respondent of this research are 70 student . data analysis used chi square with the level of significance 0.05.

**Result** : The research results showed that most respondents have positive perception of the physical changes as many as 30 people (71.4%) with high confidence and have negative perception of physical changes as many as 26 people (76.5%) with low confidence.

**Summary** : The research result showed that have correlation between perceptions about physical changes at puberty with self confidence of teenagers in SMP Negeri 10 Samarinda with p value the perceptions and self confidence 0.000.

**Keyword** : Perception about Physical Changes, Puberty Stage, Self Confidence

---

<sup>1</sup> Bachelor in Nursing Student STIKES Muhammadiyah Samarinda

<sup>2</sup> Lecturer of Nursing Science Program B STIKES Muhammadiyah Samarinda

<sup>3</sup> Lecturer of Nursing Academy Program STIKES Muhammadiyah Samarinda

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji dan syukur bagi Allah SWT karena atas petunjuk serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul: "Hubungan Persepsi Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas dengan Kepercayaan Diri Remaja di SMP Negeri 10 Samarinda Tahun 2016".

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan serta bimbingan, ucapan terima kasih penulis sampaikan setinggi-tingginya kepada:

1. Ghozali MH., M. Kes, selaku ketua STIKES Muhammadiyah Samarinda yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan.
2. Siti Khoiroh, M.Kep, selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Samarinda.
3. Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep., M.Kes, selaku Koordinator Mata Ajar Skripsi I.
4. Ns. Mukhsin, S.Kep, M.Adm.Kes, selaku Penguji I yang menjadi inspirasi, memberikan bimbingan, masukan serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. H. Edi Sukanto M.Kep, selaku Pembimbing I sekaligus sebagai Penguji II yang selalu sabar memberikan pemahaman, bimbingan, masukan serta

semangat maupun kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Yuliani Winarti, S.KM, MPH., selaku Pembimbing II sekaligus Penguji III yang memberikan pemahaman, bimbingan, masukan serta semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Nur Fatria, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 10 Samarinda yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
8. Dori Novita, S.Pd, selaku Waka Kurikulum SMP Negeri 10 Samarinda yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian, memberikan dukungan dan mendampingi selama proses penelitian.
9. Kasran D, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 40 Samarinda yang telah memberi kesempatan untuk melakukan uji validitas.
10. Seluruh Dosen dan petugas Perpustakaan STIKES Muhammadiyah Samarinda yang telah banyak membantu penulis dalam penyelesaian skripsi penelitian ini.
11. Seluruh Guru dan Staff serta Siswa SMP Negeri 10 Samarinda terutama yang ikut serta dalam penelitian sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
12. Seluruh Guru dan Staff serta Siswa SMP Negeri 40 Samarinda terutama yang ikut serta dalam penelitian sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
13. Orang tua saya bapak Dadan Hamdani dan ibu Marlina. Terima kasih atas segala doa, semangat, nasehat, dukungan moril dan materi, serta

ketulusan kasih sayang kalian yang tiada henti selama ini. Skripsi ini ku persembahkan untuk bapak dan ibu yang kuat, sabar, penuh cinta, kasih sayang, dan pengertian yang selalu mengingatkan arti keikhlasan dalam hidup. Semoga Allah SWT selalu memberikan bapak dan ibu umur, rezeki dan kesehatan yang berkah.

14. Adik-adik saya Nathzwa Yauma dan Salwa Aulia yang menjadi motivasi saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Sahabat terbaik saya Dede RA, terima kasih sudah sering membantu dalam bentuk dukungan maupun materiil dalam penyelesaian skripsi ini.
16. Sahabat-sahabat saya Vina, Umi, Anita, Tami, Riska, Ratna yang selalu menemani dan memberikan warna-warni hidup seperti pelangi. Terima kasih sudah menjadi bagian terbaik di hidupku.
17. Teman saya Indah Komala yang selalu membantu saya dan memberikan semangat dalam penyelesaian skripsi ini.
18. Teman-teman STIKES Muhammadiyah angkatan 2012 khususnya dari program studi S-1 Ilmu Keperawatan kelas B. Terima kasih untuk kebersamaan dan dukungannya selama ini.
19. Teman-teman alumni SMK TI Airlangga, Multimedia 2, yang selalu memberikan semangat.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala budi baik yang telah diberikan. Penulis telah berusaha semaksimal mungkin untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini, namun masih banyak terdapat

kekurangan, untuk itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan.

Penulis berharap agar skripsi penelitian ini dapat bermanfaat secara maksimal untuk semua pihak dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Wassalammu'alaikum Wr.Wb

Samarinda, 28 Juni 2016

Penulis



## DAFTAR ISI

Halaman Sampul	
Halaman Judul	
Halaman Pernyataan Keaslian Penelitian.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Motto.....	iv
Kata Pengantar.....	v
Daftar Isi.....	ix
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar.....	xii
Daftar Lampiran.....	
	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Telaah Pustaka.....	9
B. Penelitian Terkait.....	29

C. Kerangka Teori Penelitian.....	31
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	33
E. Hipotesis.....	34

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian.....	36
B. Populasi dan Sampel.....	37
C. Waktu dan Tempat.....	40
D. Definisi Operasional.....	41
E. Instrumen Penelitian.....	42
F. Uji validitas dan Reliabilitas.....	45
G. Tehnik Pengumpulan Data.....	49
H. Tehnik Analisa Data.....	51
I. Etika Penelitian.....	56
J. Jalannya Penelitian.....	58
K. Jadwal Penelitian.....	61

### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	62
B. Hasil Penelitian.....	63
C. Pembahasan.....	66
D. Keterbatasan Penelitian.....	73

### BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan.....	75
--------------------	----

B. Saran.....

76

Daftar Pustaka

Lampiran

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel ciri-ciri seks primer dan sekunder.....	22
Tabel 3.1 Tabel Pembagian Besar Sampel.....	39
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	41
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kuisisioner Independen.....	43
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Kuisisioner Dependen.....	44
Tabel 3.5 Tabel Jadwal Penelitian.....	61
Tabel 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan usia.....	63
Tabel 4.2 Karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin.....	63
Tabel 4.3 Karakteristik Responden berdasarkan persepsi.....	64
Tabel 4.4 Karakteristik Responden berdasarkan kepercayaan diri.....	64
Tabel 4.5 Persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri.....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Teori penelitian.....	32
Gambar 2.2 Bagan Kerangka Konsep Penelitian.....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Biodata Peneliti

Lampiran 2: Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 3: Petunjuk Kuisisioner

Lampiran 4: Kuisisioner Penelitian

Lampiran 5: Surat Balasan dari SMP Negeri 40 Samarinda

Lampiran 6: Surat Balasan dari SMP Negeri 10 Samarinda

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Masa ini merupakan masa kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu. Tahap remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*), timbul ciri - ciri seks sekunder, tercapai fertilitas, dan terjadi perubahan - perubahan psikologis serta kognitif (Mansur, 2012).

Kata remaja yang bahasa latinnya *adolescence* yang artinya tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja merupakan masa yang khusus dan penting karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut masa pubertas (Bahiyatun, 2011).

Menurut BKKBN (2010), tahap perkembangan pada remaja dibagi atas 3 tahapan yakni : remaja awal (10- 14 tahun), remaja tengah (15 – 16 tahun) dan remaja akhir ( 17 – 19 tahun). *World Health Organization* (WHO, 2014), mengatakan bahwa jumlah remaja berusia 10 - 19 tahun di dunia sekitar 18% dari jumlah penduduk atau sekitar 1,2 miliar penduduk. Di Indonesia jumlah remaja menurut sensus penduduk ada sebanyak 43,5 juta jiwa. kelompok umur 10 - 19 tahun adalah 22 %, yang terdiri dari 50,9 % remaja laki - laki dan 49,1 % remaja perempuan

(Kemenkes RI, 2015).

Salah satu tugas perkembangan remaja menurut Havighurst, (1961) dalam (Hurlock 2004) yaitu menerima keadaan fisiknya, dan menerima peranannya sebagai pria atau wanita. Pada usia remaja awal, remaja putri mengalami perubahan fisik yang terkadang belum mencapai taraf proporsional, seperti perubahan payudara dan bertambahnya berat badan. Hal ini menyebabkan mereka kurang percaya diri terhadap penampilannya, penampilan mempunyai arti besar pada kepercayaan diri mereka. Remaja putri akan merasa lebih percaya diri jika cara berpakaian dan berdandan mereka sesuai dengan model teman-teman seusianya sehingga tidak merasa minder atau malu jika mereka berkumpul dengan teman sebaya (Fatimah, 2010).

Menurut Irawan (2010) sikap yang ditunjukkan oleh remaja yaitu mereka merasa malu dengan perubahan yang terjadi seperti perubahan payudara, haid pertama, bertambahnya berat badan, adanya jerawat yang membuat mereka kurang percaya diri.

Menurut Yusi (2001), seiring potensi yang dimilikinya remaja dihadapkan pada berbagai tantangan baik yang datang dari diri sendiri maupun lingkungan di sekitarnya. Pandangan dan pemahaman remaja tentang perubahan diri terutama fisiknya saat masa pubertas mempengaruhi cara dan pola perilaku remaja, khususnya kepercayaan diri remaja tersebut. Pemahaman dan pandangan yang positif akan menempatkan remaja dalam penilaian diri yang positif. Sebaliknya jika



pemahaman dan pandangan remaja yang tidak tepat akan menjadi salah satu sumber permasalahan yang dirasakan oleh remaja (Terry Kyle dan Susan Carman, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 10 Samarinda pada tanggal 16 November 2015, didapatkan 3 dari 5 orang remaja mengalami tidak percaya diri terhadap perubahan fisiknya seperti suara yang berubah menjadi lebih besar, serak dan berat, peningkatan berat badan, terutama pada remaja putri dan adanya jerawat yang membuat wajah mereka tidak semulus dan bersih seperti waktu duduk di sekolah dasar. Mereka memandang perubahan fisik yang dialaminya merupakan hal yang baru dan mengganggu dalam penampilannya sehingga terkadang membuat mereka merasa malu.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti ingin mengetahui lebih jauh tentang persepsi dan kepercayaan diri dengan judul hubungan antara persepsi terhadap perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan ringkasan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda tahun 2016?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Secara umum tujuan penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (Usia dan jenis kelamin) di SMP Negeri 10 Samarinda.
- b. Mengidentifikasi gambaran persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas di SMP Negeri 10 Samarinda.
- c. Mengidentifikasi gambaran kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 samarinda.
- d. Menganalisis hubungan persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

#### 1. Bagi ilmu pengetahuan

- a. Diharapkan berdasarkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumbangan untuk pengembangan penelitian.
- b. Sebagai informasi yang dapat memberikan wawasan berfikir pada penelitian selanjutnya.

## 2. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan tambahan dalam proses pembelajaran bagi mahasiswa yang masih menjalani proses pendidikan yang dapat diaplikasikan dipraktik keperawatan.

## 3. Bagi siswa

Untuk mempersepsikan tentang perubahan fisik masa pubertasnya sebagai bentuk positif yang berguna untuk meningkatkan kepercayaan diri.

## 4. Bagi guru

Sebagai masukan dimana guru dapat memberikan informasi atau pendidikan kesehatan tentang pubertas agar remaja lebih memahami tentang perubahan fisik yang terjadi saat masa pubertas, sehingga remaja tetap percaya diri dengan perubahan yang dialaminya.

## 5. Bagi peneliti

Merupakan pengalaman yang baik dan sangat bermakna bagi peneliti serta dapat digunakan sebagai data dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja.

### **E. Keaslian penelitian**

1. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Istiqomah, 2010). Dengan judul "*Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas dengan Gambaran Diri Remaja Putra*" di SLTP Negeri 29 Semarang. Jenis penelitian ini menggunakan

deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Berdasarkan hasil pengujian statistik didapatkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan dan sikap tentang perubahan fisik masa pubertas dengan gambaran diri remaja putra. Perbedaan penelitian terletak pada responden yaitu remaja putra dan putri, tempat di SMP Negeri 10 Samarinda pada tahun 2016.

2. Dian Irawan (2010) dengan judul "*Hubungan antara Pengetahuan tentang Perubahan Fisik pada Pubertas dengan Citra Tubuh Remaja Putri*" di SMP Nasima Semarang. Didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan citra tubuh remaja putri di SMP Nasima Semarang. Perbedaan terletak pada responden yang digunakan yaitu remaja putra dan putri, tempat penelitian di SMP Negeri 10 Samarinda tahun 2016.
3. Siti Nina Inayah (2014) dengan judul "Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas" di Pondok Pesantren AL-BAQIYATUSSHOLIHAT dengan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan teknik analisis data *univariat* dan mengambil sampel dengan teknik *total sampling* dengan hasil 47.8% berpengetahuan baik dan 52.2% berpengetahuan buruk. Sedangkan putri yang bersikap positif 46.7% dan bersikap negatif 53.3%. Perbedaan terletak pada responden yang digunakan yaitu remaja putra dan putri,

tempat penelitian di SMP Negeri 10 Samarinda tahun 2016 dan teknik sampling yang digunakan yaitu *Stratified Propotionate Random Sampling*.

4. Puspita (2010) dengan judul "*Hubungan antara Pengetahuan Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas dengan Rasa Percaya Diri*" Di MTs NU Ungaran Semarang dengan menggunakan desain penelitian *analitik korelasi* dan menggunakan teknik sampel jenuh kemudian dianalisa menggunakan uji statistik *Kendal tau*. Kesimpulannya adalah ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas dengan rasa percaya diri remaja putri di MTs NU Ungaran.

Perbedaan terletak pada responden yang digunakan yaitu remaja putra dan putri, tempat penelitian di SMP Negeri 10 Samarinda tahun 2016 dan teknik sampling yang digunakan yaitu *Stratified Propotionate Random Sampling*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah pustaka**

##### **1. Konsep Kepercayaan Diri**

###### **a. Pengertian kepercayaan diri**

Menurut Lauster (2002) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kekurangan dan kelebihan diri sendiri.

Sedangkan menurut Rahmat (2009) kepercayaan diri dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap diri sendiri yang dimiliki oleh setiap orang dalam kehidupannya serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep diri. Berdasar pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan adanya sikap individu yang yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkan sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab terhadap tindakannya dan tidak terpengaruh oleh orang lain.

Jadi kesimpulan dari kepercayaan diri yaitu merupakan suatu keyakinan pada diri seseorang akan kemampuan dirinya, tidak selalu tergantung kepada orang lain, mampu berfikir positif sehingga ia dapat mempertanggung jawabkan apa yang dilaksanakannya serta dapat melihat kenyataan secara obyektif, selain itu keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki berguna untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain kepercayaan diri adalah bagaimana kita merasakan tentang diri kita sendiri, dan perilaku kita akan merefleksikannya tanpa kita sadari. Hal ini diungkapkan dengan angket kepercayaan diri. Dimana semakin tinggi skor semakin tinggi kepercayaan dirinya.

#### b. Karakteristik Penilaian Kepercayaan Diri

Beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional menurut (Rini, 2002) diantaranya adalah :

- 1) Percaya akan kompetensi/ kemampuan diri hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan ataupun penghormatan orang lain.
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis (mengorbankan hal-hal yang prinsip) demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain (tidak jatuh mental), berani menjadi diri sendiri.

- 4) Punya pengendalian diri yang baik dan emosinya stabil.
- 5) Memandang keberhasilan atau kegagalan dari usaha sendiri, tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung atau mengharapkan bantuan orang lain.
- 6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya
- 7) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, seseorang tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Adapun karakteristik yang kurang percaya diri menurut Fatimah (2010), diantaranya adalah sebagai berikut :

- 1) Berusaha menunjukkan sikap konformitas, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
- 2) Menyimpan rasa takut atau kekhawatiran terhadap penolakan
- 3) Sulit menerima realita diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri
- 4) Pesimis, tidak mudah menilai sesuatu dari segi positif
- 5) Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
- 6) Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara halus
- 7) Selalu menempatkan atau memosisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu



c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufron, 2011) :

1) Faktor Internal, meliputi :

a) Konsep Diri

Terbentuknya percaya diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan sesuatu kelompok.

b) Harga Diri

Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Individu yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.

Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima dirinya sendiri. Akan tetapi individu yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, dan kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.

c) Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada percaya diri, dan menjadi penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

d) Pengalaman Hidup

Hampir semua individu yang memiliki kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi timbulnya rasa rendah diri. Apalagi jika ada dasarnya individu memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

e) Pengetahuan

Kepercayaan diri dipengaruhi oleh pengetahuan. Pengetahuan itu sendiri juga dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut semakin luas pula pengetahuannya.

2) Faktor Eksternal, meliputi :

a) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi pendidikan individu, karena dengan tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang berpendidikan lebih tinggi cenderung mereka

akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

b) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Lebih lanjut dikemukakan bahwa rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

c) Lingkungan

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi.

2. Konsep remaja

a. Pengertian remaja

Remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual yaitu antara usia 11 atau 12 tahun samapai 20 tahun, yaitu menjelang masa dewasa muda (Soetjiningsih, 2010). Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin

*adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. (Hurlock 1991 dalam Ali, 2006).

Menurut perkembangannya (Depkes RI 2008), masa remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu :

- 1) Masa remaja awal (10-12 tahun), dengan ciri khas antara lain :
  - a) lebih dekat dengan teman sebaya
  - b) ingin bebas
  - c) lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir abstrak.
- 2) Masa remaja tengah (13 - 15 tahun), dengan ciri khas antara lain:
  - a) mencari identitas diri
  - b) mempunyai rasa cinta yang mendalam
  - c) mengembangkan kemampuan berpikir abstrak
  - d) berkhayal tentang aktivitas seks
- 3) Masa remaja akhir (16-19 tahun), dengan ciri khas antara lain :
  - a) pengungkapan kebebasan diri
  - b) lebih selektif dalam mencari teman sebaya
  - c) mempunyai citra jasmani dirinya
  - d) dapat mewujudkan rasa cinta mampu berpikir abstrak

b. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Marheni dalam Soetjningsih (2010), tugas – tugas perkembangan remaja yaitu :

- 1) Memperluas hubungan antar pribadi dan berkomunikasi secara lebih dewasa dengan teman sebaya dari kedua jenis kelamin.
- 2) Memperoleh peranan sosial.
- 3) Menerima keadaan tubuhnya dan menggunakan secara efektif.
- 4) Memperoleh kebebasan emosional dari orang tua.
- 5) Mencapai kepastian akan kebebasan dan kemampuan diri sendiri.
- 6) Memiliki dan mempersiapkan diri untuk suatu pekerjaan.
- 7) Mempersiapkan diri untuk perkawinan dan kehidupan berkeluarga.
- 8) Mengembangkan dan membentuk konsep-konsep moral.

### 3. Pubertas

#### a. Pengertian Pubertas

Pubertas (*puberty*) adalah sebuah periode di mana kematangan fisik berlangsung pesat, yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh, yang terutama berlangsung di remaja awal (Santrock, 2007).

Pubertas sering digambarkan sebagai permulaan masa remaja, meskipun rata-rata usia awal pubertas pada anak perempuan adalah 11, 2 tahun dengan kisaran antara 8 - 13 tahun. Pada anak laki-laki awal pubertas terjadi pada usia 11, 6 tahun dengan kisaran antara 9,5 - 13,5 tahun (Alpers, 2006).

#### b. Tahapan Pubertas

Proses ini umumnya dibagi dalam tiga tahap, yaitu prapubertas, yaitu periode sekitar 2 tahun sebelum pubertas ketika anak pertama kali mengalami perubahan fisik yang menandakan kematangan

seksual; pubertas, merupakan titik pencapaian kematangan seksual, ditandai dengan keluarnya darah menstruasi pertama kali pada remaja putri sedangkan pada remaja putra, indikasi kematangan seksualnya kurang jelas; dan pasca pubertas, merupakan periode 1 sampai 2 tahun setelah pubertas, ketika pertumbuhan tulang telah lengkap dan fungsi reproduksi terbentuk dengan cukup baik (Wong, 2009).

Kemudian Al-Mighwar (2006) menjelaskan masa pubertas terjadi secara bertahap, yaitu :

#### 1) Tahap prapubertas

Tahap ini disebut juga tahap pematangan yaitu pada satu atau dua tahun terakhir masa kanak-kanak. Pada masa ini anak dianggap sebagai “prapuber”, sehingga ia tidak disebut anak dan tidak pula disebut seorang remaja. Pada tahap ini ciri-ciri seks sekunder mulai tampak, namun organ-organ reproduksinya belum berkembang secara sempurna.

#### 2) Tahap Pubertas

Tahap ini disebut juga tahap matang, yaitu terjadi pada garis antara masa kanak-kanak dan masa remaja. Pada tahap ini, kriteria kematangan seksual mulai muncul. Pada anak perempuan terjadi haid pertama dan pada anak laki-laki terjadi mimpi basah pertama kali serta mulai berkembang ciri-ciri seks sekunder.

### 3) Tahap pascapubertas

Pada tahap ini ciri-ciri seks sekunder sudah berkembang dengan baik dan organ-organ seks juga berfungsi secara matang.

#### c. Ciri-ciri masa Pubertas

Menurut Sarwono (2005), bahwa masa pubertas atau secara umum disebut masa remaja diberi ciri atau tanda yang meliputi tiga kriteria, yaitu:

- 1) Ditinjau dari segi biologis, individu berkembang dari saat pertama kali mereka menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat mereka mencapai kematangan seksualnya.
- 2) Ditinjau dari segi psikologis, individu mengalami perkembangan psikologik dari pola identifikasi masa kanak-kanak menuju dewasa.
- 3) Ditinjau dari segi sosial ekonomi, individu mengalami perubahan dari ketergantungan ekonomi menuju keadaan yang relatif lebih mandiri.

#### D. Perkembangan yang terjadi pada masa pubertas

Menurut Wong (2009), perubahan fisik pada masa pubertas terutama merupakan hasil aktivitas hormonal dibawah pengaruh sistem saraf pusat, walaupun semua aspek fungsi fisiologis berinteraksi secara bersama-sama. Perubahan fisik yang sangat jelas tampak pada pertumbuhan peningkatan fisik dan pada penampakan serta perkembangan karakteristik seks sekunder, perubahan yang

tidak tampak jelas adalah perubahan fisiologis dan kematangan *neurogonad* yang disertai dengan kemampuan untuk bereproduksi. Perbedaan fisik antara kedua jenis kelamin ditentukan berdasarkan karakteristik pembeda; karakteristik seks primer merupakan organ eksternal dan internal yang melaksanakan fungsi reproduktif (misalnya, ovarium, uterus, payudara, penis); karakteristik seks sekunder merupakan hasil dari perubahan hormonal (misalnya, perubahan suara, munculnya rambut pubertas dan bulu pada wajah, penumpukan lemak) tetapi tidak berperan langsung dalam reproduksi. Selain itu, perkembangan biologis dapat dikategorikan menjadi sebagai berikut:

a) Perubahan hormonal

Menurut Santrock (2007) di balik munculnya kumis untuk pertama kalinya pada anak laki-laki dan melebarnya pinggul pada anak perempuan, terdapat juga aliran hormon - hormon (*hormones*), yaitu zat kimia yang kuat yang diciptakan oleh kelenjar endokrin dan dibawa keseluruh tubuh melalui aliran darah.

b) Perubahan fisik

Selama pertumbuhan pesat masa pubertas, terjadi empat perubahan fisik penting dimana tubuh anak mengalami perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, perkembangan ciri-ciri seks primer dan sekunder.



### 1) Perubahan ukuran tubuh

Perubahan fisik utama pada masa puber adalah perubahan ukuran tubuh dalam tinggi dan berat badan. Di antara anak - anak perempuan, rata-rata peningkatan keseluruhan selama dua tahun sebelum haid adalah 5,5 inci. Setelah haid, tingkat pertumbuhan menurun sampai kira – kira 1 inci setahun dan berhenti sekitar 18 tahun.

Bagi anak laki-laki, peningkatan tinggi badan yang terbesar terjadi setahun sesudah dimulainya masa puber. Sesudahnya, pertumbuhan menurun dan berlangsung lambat sampai usia dua puluh atau dua puluh satu. Karena periode pertumbuhan yang lebih lama, anak laki-laki lebih tinggi daripada anak perempuan pada saat sudah matang. Pertambahan berat badan yang paling besar pada anak perempuan terjadi sesaat sebelum dan sesudah haid. Setelah itu pertambahan beratnya hanya sedikit. Bagi anak laki-laki, pertambahan berat maksimum terjadi setahun atau dua tahun setelah anak perempuan dan mencapai puncaknya pada usia enam belas tahun, setelah itu pertambahan berat hanya sedikit (Hurlock, 2004).

### 2) Perubahan proporsi tubuh

Badan yang kurus dan panjang mulai melebar di bagian pinggul dan bahu dipengaruhi oleh kematangan. Tidak lama

sebelum masa puber, tungkai kaki lebih panjang daripada badan dan keadaan ini bertahan sampai usia lima belas tahun. Pola yang sama terjadi pada pertumbuhan lengan, yang pertumbuhannya mendahului pertumbuhan pesat badan, sehingga tampaknya terlalu panjang. Seperti halnya tungkai lengan dipengaruhi oleh usia kematangan (Hurlock, 2004).

3) Perkembangan ciri seks primer dan ciri seks sekunder pada wanita dan laki – laki adalah sebagai berikut:

**Tabel 2.1**  
**Ciri – Ciri Seks Primer dan Sekunder**

	<b>Ciri – ciri seks primer</b>	<b>Ciri – ciri seks sekunder</b>
<b>Wanita</b>	organ kelamin mampu memproduksi sel – sel kelamin. Menghasilkan sel telur di dalam ovarium. ditandai dengan <i>menarche</i> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Membesarnya payudara dan puting susu mulai timbul</li> <li>• pinggul melebar</li> <li>• tumbuh rambut di ketiak dan sekitar organ kelamin</li> <li>• suara lebih nyaring</li> <li>• kadang - kadang terdapat jerawat di daerah muka</li> </ul>
<b>Laki – laki</b>	organ kelamin mampu memproduksi sel – sel kelamin. Menghasilkan sel sperma di dalam testis . ditandai dengan Mimpi basah ( <i>wet dream</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mulai tumbuh jakun</li> <li>• perubahan suara menjadi lebih besar dan berat</li> <li>• tumbuh kumis atau jenggot</li> <li>• otot- otot membesar, bahu melebar melebihi pinggul</li> <li>• kulit lebih kasar dan pori – pori membesar</li> <li>• kadang- kadang muncul jerawat.</li> </ul>

Penjelasan selanjutnya mengenai perubahan fisik yang terjadi pada remaja adalah sebagai berikut :

1) Payudara

Perkembangan payudara merupakan tanda awal bahwa seseorang memasuki masa pubertas (University of Maryland Medical Centre dalam Perry, 2012). Perkembangan kuncup payudara terjadi sekitar usia 10 tahun pada 85% anak perempuan, namun bisa lebih dini pada usia 8 tahun (Jaiyesimi dalam Perry, 2012).

2) Pinggul

Pinggul menjadi bertambah lebar dan bulat sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak dibawah kulit (Sarwono,2005).

3) Kulit

Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat dan lubang pori-pori besar. Kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif. Sumbatan di kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat (Sarwono, 2005).

4) Rambut

Pertumbuhan rambut kemaluan dan rambut ketiak terjadi setelah perkembangan payudara namun pada beberapa anak perempuan (15% - 20%) pertumbuhan rambut ini bisa menjadi tanda pubertas pertama (Jiyesimi dalam Perry, 2012).

5) Berat badan dan bentuk tubuh

Pubertas adalah saat signifikan dimana terjadi penambahan berat badan (Perry,2012). Selain itu bentuk tubuh akan berubah selama pubertas. Pada perempuan pinggul akan melebar dan sedikit mengganggu perkembangan bentuk tubuh akibat tumpukan lemak di bokong, perut, pinggul dan paha (Chandran dalam Perry, 2012).

6) Pertumbuhan

Pertumbuhan terlihat lebih cepat saat fase prapubertas. Pada perempuan terjadi lebih awal namun tidak pada laki-laki. Pertambahan tinggi perempuan kira-kira 8-9 cm per tahun dan meningkat sejak usia 16 tahun (Rogol et al dalam Perry, 2012).

7) Massa tulang

Pada separuh dari massa tulang pada orang dewasa sudah terjadi selama masa remaja. Olahraga teratur dan diet yang cukup memberikan pengaruh yang positif, sedangkan konsumsi alkohol memberikan pengaruh negatif dan mempengaruhi puncak massa tulang (Rogol et al dalam Perry, 2012).

#### 8) Suara

Suara menjadi lebih lembut, merdu dan suara yang pecah terjadi pada perempuan dan memberat serta serak pada laki-laki (Sarwono, 2005).

### 4. Persepsi

#### a. Pengertian Persepsi

Persepsi (*perception*) adalah proses dimana individu mengatur dan menginterpretasikan kesan-kesan sensoris mereka guna memberi arti bagi lingkungan mereka. Namun, apa yang diterima seseorang pada dasarnya bisa berbeda dari realitas objektif. Walaupun seharusnya tidak perlu ada, perbedaan tersebut sering timbul (Robbins, 2007).

Dengan persepsi individu dapat menyadari, dapat mengerti tentang keadaan lingkungan yang ada di sekitarnya, dan juga tentang keadaan diri individu yang bersangkutan (Davidoff, dalam Walgito, 2003). Dengan demikian dapat dikemukakan bahwa dalam persepsi stimulus dapat datang dari luar individu, tetapi persepsi juga dapat datang dari dirinya sendiri. Sebagai obyek persepsi, inilah yang disebut persepsi diri (*self perception*). Karena dalam persepsi itu merupakan aktifitas yang *integrated*, maka seluruh apa yang ada dalam diri individu seperti perasaan, pengalaman, kemampuan berpikir, kerangka acuan, dan aspek-aspek lain yang ada dalam diri individu akan ikut berperan dalam persepsi tersebut. Berdasarkan

atas hal tersebut, dapat dikemukakan bahwa dalam persepsi itu sekalipun stimulusnya sama, tetapi karena pengalaman tidak sama, kemampuan berpikir tidak sama, kerangka acuan tidak sama, adanya kemungkinan hasil persepsi antara individu satu dengan individu yang lain tidak sama. Keadaan tersebut memberikan gambaran bahwa persepsi itu memang bersifat individual (Davidoff, dalam Walgito, 2003).

Menurut Slameto (2010) ada dua bentuk persepsi yaitu yang bersifat positif dan negatif

1) Persepsi positif

Persepsi positif yaitu persepsi atau pandangan terhadap suatu obyek dan menuju pada suatu keadaan dimana subyek yang mempersepsikan cenderung menerima obyek yang ditangkap karena sesuai dengan kepribadiannya.

2) Persepsi negatif

Yaitu persepsi atau pandangan terhadap suatu obyek dan menunjuk pada keadaan dimana subyek yang mempersepsi cenderung menolak obyek yang ditangkap karena tidak sesuai dengan kepribadiannya.

b. Faktor-Faktor yang mempengaruhi persepsi

Menurut Notoatmodjo (2005) faktor penyebab persepsi dibagi 2 bagian besar yaitu faktor eksternal adalah faktor yang melekat pada obyeknya, sedangkan faktor internal adalah faktor yang terdapat

pada orang yang mempersepsikan stimulus tersebut yang diuraikan sebagai berikut :

1) Faktor Eksternal :

a) Kontras yaitu cara mudah untuk menarik perhatian adalah membuat kontras baik pada warna, ukuran, bentuk atau gerakan.

b) Perubahan intensitas

Suara yang berubah dari pelan menjadi keras, atau cahaya yang berubah dengan intensitas tinggi akan menarik perhatian tinggi.

c) Pengulangan

Iklan yang diulang-ulang akan lebih menarik, walaupun seringkali merasa jengkel.

d) Sesuatu yang baru

Suatu stimulus yang baru akan lebih menarik perhatian daripada sesuatu yang lebih diketahui.

e) Sesuatu yang menjadi perhatian banyak orang

Suatu stimulus yang menjadi perhatian banyak orang akan menarik perhatian.

2) Faktor Internal yang ada pada diri seseorang akan mempengaruhi bagaimana seseorang menginterpretasikan stimulus yang dilihatnya. Itu sebabnya stimulus yang sama dapat dipersepsikan secara berbeda.

a) Pengalaman atau pengetahuan

Pengalaman atau pengetahuan yang dimiliki seseorang merupakan faktor yang sangat berperan dalam menginterpretasikan stimulus yang diperoleh. Pengalaman masa lalu atau apa yang dipelajari akan menyebabkan terjadinya perbedaan interpretasi.

b) Harapan / *expectation*

Harapan terhadap sesuatu akan mempengaruhi persepsi terhadap stimulus.

c) Kebutuhan

Kebutuhan akan menyebabkan stimulus tersebut dapat masuk dalam rentang perhatian dan kebutuhan ini akan menyebabkan menginterpretasikan stimulus secara berbeda-beda.

d) Motivasi

Motivasi akan mempengaruhi persepsi seseorang.

e) Emosi

Emosi seseorang akan mempengaruhi persepsinya terhadap stimulus yang ada.

f) Budaya

Seseorang dengan latar belakang budaya yang sama akan menginterpretasikan orang-orang dalam kelompoknya secara



berbeda, namun akan mempersepsikan orang-orang diluar kelompoknya sebagai sama saja.

## **B. Penelitian Terkait**

Istiqomah (2010) dengan judul "*Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas dengan Gambaran Diri Remaja Putra*" di SLTP Negeri 29 Semarang. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas 2 SLTP dengan jumlah 102 orang dan menggunakan teknik sampling total sampling. Berdasarkan hasil pengujian statistic didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan gambaran diri remaja putra dengan nilai korelasi sebesar 0,264 dan nilai  $p=0,007$ . Terdapat hubungan bermakna antara sikap dengan gambaran diri remaja putra dengan nilai korelasi sebesar 0,376 dan nilai  $p=0,000$ .

Dian Irawan (2010) dengan judul "*Hubungan antara Pengetahuan tentang Perubahan Fisik pada Pubertas dengan Citra Tubuh Remaja Putri*" di SMP Nasima Semarang. Didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan citra tubuh remaja putri di SMP Nasima Semarang.

Siti Nina Inayah (2014) dengan judul "Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas" di Pondok Pesantren AL-BAQIYATUSSHOLIHAT dengan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan teknik analisis

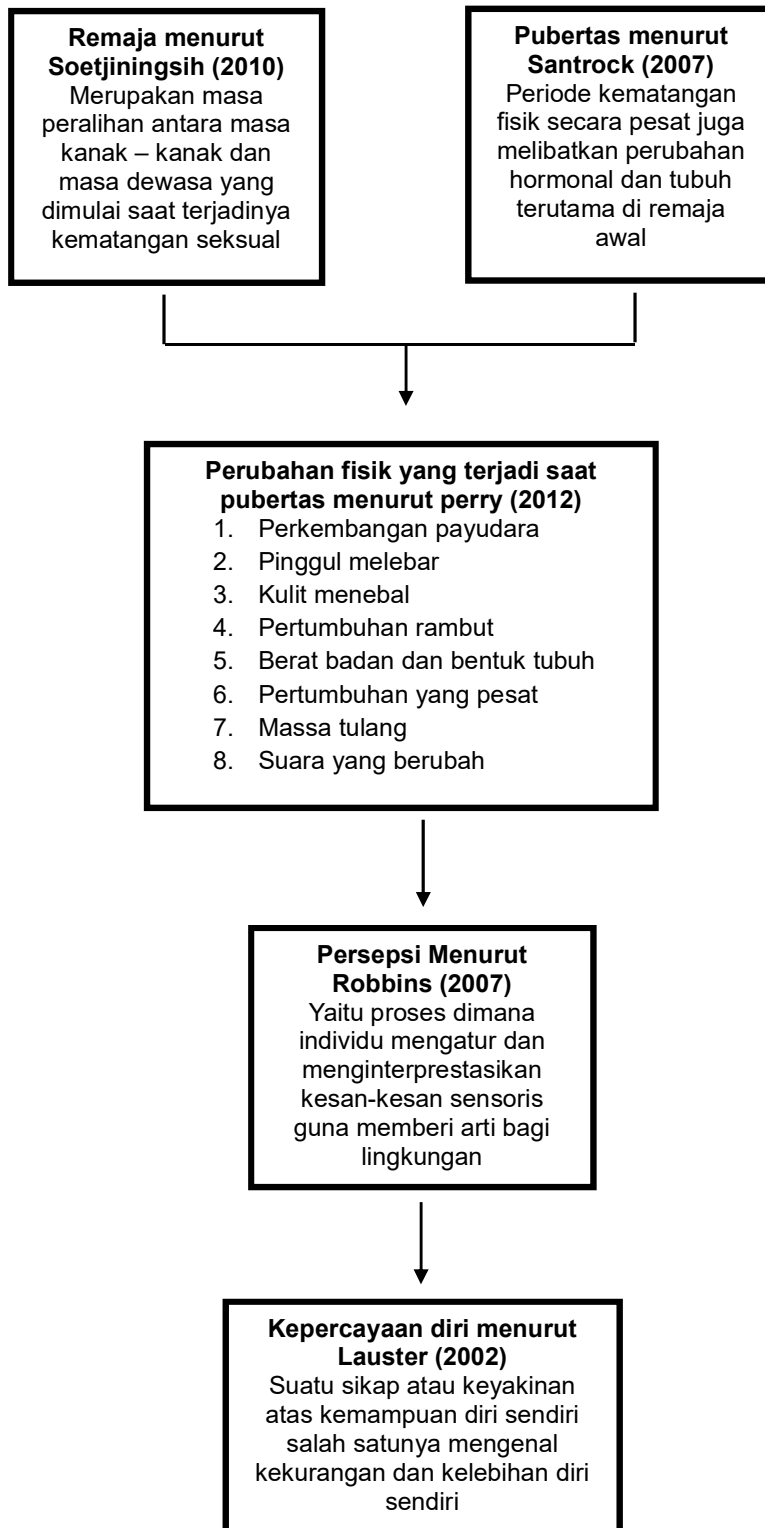
data univariat dan mengambil sampel dengan teknik total sampling dengan hasil 47.8% berpengetahuan baik dan 52.2% berpengetahuan buruk, sedangkan putri yang bersikap positif 46.7% dan bersikap negatif 53.3%.

Puspita (2010) dengan judul "*Hubungan antara Pengetahuan Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas dengan Rasa Percaya Diri*" Di MTs NU Ungaran Semarang dengan menggunakan desain penelitian *analitik korelasi* dan menggunakan teknik sampel jenuh dengan total sampel sebanyak 77 siswa, kemudian dianalisa menggunakan uji statistik *Kendal tau*.

Dengan taraf signifikan 5% (0,05) dan didapatkan p value sebesar 0,000. Maka p value lebih kecil dari  $\alpha$  ( $p < 0,05$ ), jadi  $H_0$  ditolak. Kesimpulannya adalah ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang perubahan fisik masa pubertas dengan rasa percaya diri remaja putri di MTs NU Ungaran.

### **C. Kerangka Teori Penelitian**

Menurut Notoatmodjo (2010) Kerangka teori adalah suatu model yang menerangkan bagaimana hubungan suatu teori dengan faktor-faktor yang penting diketahui dalam suatu penelitian. Dengan kerangka teori dalam penelitian ini adalah hubungan persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja.



**Tabel 2.2 Kerangka teori penelitian**

#### D. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah hubungan-hubungan antara konsep yang satu dengan konsep lainnya dari masalah yang diteliti sesuai dengan apa yang telah diuraikan pada tinjauan pustaka (Notoatmodjo, 2012).

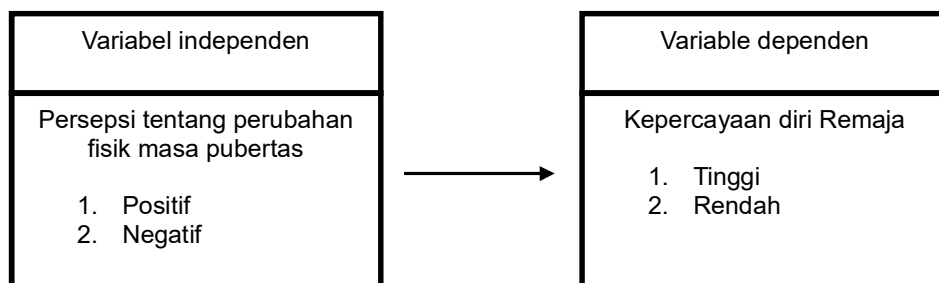
Menurut Nursalam (2010) kerangka konsep berisikan semua variabel dari penelitian, adapun beberapa variabel yang terdapat pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel independen (bebas)

Variabel yang nilainya menentukan variabel lain. Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variabel lain.


2. Variabel dependen (terikat)

Variabel yang nilainya ditentukan oleh variabel lain. Variabel terikat faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas



**Tabel 2.3 Kerangka konsep penelitian**

Keterangan :

 : Area yang diteliti

 : Garis hubungan

### **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan, sampai terbukti melau data yang terkumpul (Arikunto, 2010). Berdasarkan bentuk rumus hipotesis digolongkan menjai dua yaitu hipotesis kerja (hipotests alternative) yang nantinya menyatakan ada hubungan antara variable x dan y, dan hipotesa nol (hipotesa statistik) yang menyatakan tidak ada hubungan antara variabel x dan y.

Berdasarkan kerangka konsep diatas maka hipotesis atau pertanyaan penelitian adalah sebagai berikut:

a. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ )

$H_a$  : Ada hubungan antara persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda.

b. Hipotesis Nol ( $H_0$ )

$H_0$  : Tidak ada hubungan antara persepsi tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja SMP Negeri 10 Samarinda.

**BAB III**  
**METODE PENELITIAN**

dan

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**SILAHKAN KUNJUNGI PERPUSTAKAAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini peneliti akan mengemukakan kesimpulan dari hasil pembahasan serta memberikan saran kepada beberapa pihak terkait agar dapat dijadikan acuan untuk perkembangan keilmuan khususnya dibidang keperawatan.

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut.

1. Karakteristik responden berdasarkan usia responden dengan kelompok usia yang terbanyak yaitu kelompok usia 13 tahun sebanyak 64 orang (84.2%). Berdasarkan jenis kelamin prevalensinya sama yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 38 orang (50.0%) dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (50.0%).
2. Responden yang memiliki persepsi positif sebanyak 42 orang (55.3%) dan yang memiliki persepsi negatif sebanyak 34 orang (44.7%).
3. Responden yang mempunyai tingkat kepercayaan diri tinggi sebanyak 38 orang (50.0%) dan yang memiliki tingkat kepercayaan rendah sebanyak 38 orang (50.0%).
4. Hasil uji statistik *Chi Square* dengan taraf signifikansi  $\alpha$  5% dengan nilai  $P < P_{table} = 0.000 < 0.05$  artinya ada hubungan antara persepsi

tentang perubahan fisik masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja di SMP Negeri 10 Samarinda.

## **B. Saran**

Setelah menyajikan kesimpulan diatas, maka saran yang dapat diberikan adalah :

### **1. Responden**

Bagi responden diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan dan lebih banyak bertanya serta mencari informasi pada sumber-sumber informasi yang jelas tentang pentingnya perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas khususnya perubahan perubahan apa saja yang dialami oleh remaja. Remaja harus mampu menerima keadaan fisiknya yang mengalami perubahan fisiknya saat pubertas sebagai hal yang wajar juga mampu mengartikan perubahan baru sebagai hal yang positif. Bagi remaja disarankan untuk tidak membeda-bedakan perbedaan akan perubahan fisik yang terjadi dengan orang lain. Remaja juga sangat penting menjaga asupan nutrisi yang baik dan berolahraga selama masa perkembangan ini.

### **2. Sekolah**

Guru maupun pembimbing konseling disekolah mampu memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi dan masa pubertas. Kemudian untuk memberikan informasi mengenai pubertas dapat diberikan melalui selingan pada mata pelajaran maupun saat bimbingan konseling siswa dapat juga melalui penyuluhan maupun



melalui media cetak. Serta selalu mengingatkan kepada siswa agar dapat menerima atas perubahan-perubahan yang terjadi terutama perubahan fisik saat pubertas.

### 3. Orang tua

Untuk diharapkan mampu terbuka dalam membahas hal-hal yang terkait dengan masa pubertas sehingga tidak terjadi kebingungan maupun kecemasan pada remaja.

### 4. Peneliti Selanjutnya

Perlu adanya penelitian yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi tentang perubahan fisik dengan kepercayaan diri remaja. Peneliti juga menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian secara kualitatif agar didapatkan data dan hasil yang lebih mendalam mengenai persepsi tentang perubahan fisik pada masa pubertas dengan kepercayaan diri remaja. Kemudian hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai data atau informasi dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut sebagai replikasi pada tingkat fakultas atau universitas dengan menggunakan desain penelitian yang berbeda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Al-Mighwar, M. (2006) *Psikologi Remaja: Petunjuk bagi Guru dan Orang Tua*. Bandung: Pustaka Setia
- Alpers, A. (2006) *Buku Ajar Pediatri Rudolph Vol. 1* (edisi 20). Jakarta: EGC
- Angger, P., Setyowati, H., S. Ngakan Putu D. (2013). *Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas Dengan Rasa Percaya Diri Pada Remaja Putri Di MTs NU Ungaran*. Ungaran : Akademi Kebidanan Ngudi Waluyo Ungaran
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Astry (2010). *Hubungan antara perubahan fisik masa pubertas terhadap tingkat kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 4 Gamping*. Yogyakarta : STIKES Aisyah Yogyakarta
- Dahlan, M. (2013). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Depkes RI. (2008). *Pedoman Pelaksanaan Kegiatan Komunikasi, Informasi, Edukasi (KIE) Kesehatan Reproduksi Untuk Petugas Kesehatan di Tingkat Pelayanan Dasar*. Jakarta. Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat dan Direktorat Bina Kesehatan Ibu.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Pustaka Setia.
- Ghufron, M. N. & S. Rini Risnawita. 2011. *Teori – Teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media

- Hastono, S.P., & Sabri, L. (2013). *Statistik Kesehatan*, Jakarta : RajaGrafindo Persada
- Hurlock. (2004). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga
- Inayah, S. (2014). *Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas tahun 2014.*
- Irawan, D. (2010) . *Hubungan antara Pengetahuan tentang Perubahan Fisik pada Pubertas dengan Citra Tubuh Remaja Putri di SMP Nasima Semarang. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang*
- Istiqomah. (2010) . *Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap tentang Perubahan Fisik pada Masa Pubertas dengan Gambaran Diri Remaja Putra di SLTPN 29 Semarang. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang*
- KEMENKES RI. (2015). *Infodatin reproduksi remaja*. Pusat Data dan Informasi. Diakses tanggal 20 November 2015. [http ://www.pusdatin. kemkes. go. id/](http://www.pusdatin.kemkes.go.id/).
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodeologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. (2012). *Metodeologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2011). *Manajemen Keperawatan: Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Perry, A. G., Peterson, V. R., & Potter, P. A. (2010). *Buku Ajar Fundamental*

- Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik Edisi 7*. Jakarta : EGC.
- Rini, J. F. (2004). *Memupuk Rasa Percaya Diri*. Diakses tanggal 09 juni 2015  
[http:// WWW.e-psikologi.com](http://WWW.e-psikologi.com)
- Robbins. (2007). *Prilaku Organisasi* . Edisi 12. Jakarta: Salemba Empat
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence: Perkembangan Remaja* (edisi 11). Shinto B.  
dan Sherly Saragih (penterjemah). Jakarta: Erlangga
- Saryono & Anggraeni, M.D., (2013). *Metodeologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Siswanto, dkk. (2013). *Metodeologi Kesehatan dan Kedokteran*. Yogyakarta:  
Bursa Ilmu
- Soetjningsih. (2010). *Konsep Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*.  
Jakarta: Sagung Seto
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung:  
Alfabeta
- Walgito. (2003). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi Offset
- Wawan, & Dewi. (2010). *Teori Dan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia*.  
Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wong, D. L. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Wong* (edisi 6) Agus  
Sutarna, Neti, Kuncara, Egi Komara (penterjemah). Jakarta: EGC