



JURNAL SURYA

Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan
Halaman link: <http://jurnal.umla.ac.id>



Konsep Diri Remaja Perempuan Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas (*The Self-Concept of Adolescent Girls Regarding Physical Changes During Puberty*)

Ratih Indah Kartikasari^{1,4}, Risya Secha Primindari², Dian Nurafifah^{3,4}, Andri Tri Kusumaningrum^{3,4}, Ihda Mauliyah^{3,4}

¹ Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Muhammadiyah Lamongan, Indonesia

² Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Universitas Muhammadiyah Lamongan, Indonesia

³ Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muhammadiyah Lamongan, Indonesia

⁴ Prodi Pasca Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

ARTIKEL INFO

Proses Artikel

Diterima : 20 Desember 2023
Direvisi : 27 Desember 2023
Dipublikasikan: 30 Desember 2023

Koresponden penulis

Ratih Indah Kartikasari
ratih_indah_kartikasari@umla.ac.id

Program Studi Sarjana
Kebidanan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Lamongan

Cara mensitasi

Kartikasari et al. (2023). The Self-Concept of Adolescent Girls Regarding Physical Changes During Puberty. *J. Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 15(3), 114-122. <https://doi.org/https://doi.org/10.38040/js.v15i3.846>

ABSTRAK

Pendahuluan: Konsep diri adalah masalah kesehatan mental yang sering dialami oleh remaja perempuan yang akan atau telah mengalami menstruasi, terutama selama pubertas awal. Keadaan ini membutuhkan perhatian khusus. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Turi Kabupaten Lamongan, 80% remaja mengalami perubahan fisik. Tujuan dari penelitian ini adalah menentukan deskripsi konsep diri gadis remaja tentang perubahan fisik selama pubertas.

Metode: Desain penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah bagian dari anak-anak remaja kelas ketujuh di SMP Negeri 1 Turi, Kecamatan Turi, Kabupaten Lamongan dengan ukuran sampel 40 anak perempuan remaja. Pengambilan sampel menggunakan teknik quota sampling. Metode pengumpulan data dengan kuesioner tertutup. Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif.

Hasil: 92.5% remaja memiliki gambaran diri yang negatif. 77.5% memiliki ide negatif tentang diri sendiri, 90% remaja memiliki harga diri negatif, 90% memiliki peran negatif pada diri mereka sendiri, sementara 77,5% remaja memiliki identitas diri negatif.

Kesimpulan: Hampir seluruh remaja perempuan kelas VII di SMP Negeri 1 Turi, Kecamatan Turi, Kabupaten Lamongan memiliki konsep diri yang negatif. Harus dilakukan kerjasama guru bimbingan konseling dan UKS (Sekolah Kesehatan Unit) untuk memberikan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) tentang perubahan fisik pada remaja selama pubertas, terutama remaja perempuan sehingga mereka memiliki konsep diri yang positif sehingga kesehatan mental anak perempuan remaja dipertahankan.

Kata Kunci: Konsep diri, Pubertas, Perubahan fisik, Remaja Perempuan.

ABSTRACT

Introduction: Self-conception is a mental health problem often experienced by teenage girls who will or have experienced menstruation, especially during early puberty. This situation requires special attention. According to a preliminary survey conducted by the researchers of the State Primary School 1 Turi District of Lamongan, 80% of teenagers have experienced physical changes. The aim of this study was to determine the description of a teenage girl's self-concept about physical changes during puberty.

Methods: descriptive research design. The research population was part of the seventh grade teenage children in the State 1 Turi High School, Turi district, Lamongan district, with a sample size of 40 teenage girls. Sampling is done using quota sampling. Data collection method with closed questionnaires. The data collected is analyzed descriptively.

Results: 92.5% of adolescents have a negative self-image. 77.5% have negative ideas about themselves, and 90% of teenagers have bad self-esteem.

Conclusion: Almost all of the teenage girls in the 7th grade in the 1st grade in Turi, Turi district, and Lamongan district have a negative self-concept. Counseling teachers and UKS (School Health Unit) should work together to provide communication, information, and education on physical changes in adolescents during puberty, especially women's gymnastics, so that they have a positive self-concept and adolescent girls' mental health is improved.

Keywords: self-concept, puberty, physical change, female adolescence.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Perkembangan biologis ditandai oleh sikap dan perasaan, serta keinginan dan emosi yang tidak stabil atau tidak menentu (Septina, 2020). Sedangkan menurut WHO, Masa remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja merupakan tahap perkembangan manusia yang unik dan merupakan masa yang penting untuk meletakkan dasar kesehatan yang baik (WHO, 2023). Seorang anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu melakukan reproduksi yang diawali dengan menstruasi pada remaja

perempuan yang menandakan ia memasuki masa pubertas.

Pubertas merupakan suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Menstruasi pertama (*menarche*) sebagai kriteria kematangan seksual primer pada anak perempuan. Pada tanda seks sekunder pada perempuan meliputi bertambah lebar dan bulatnya pada pinggul, payudara menjadi besar dan bulat, tumbuhnya rambut kemaluan dan rambut ketiak, kulit menjadi lebih kasar, tebal, pucat dan lubang pori bertambah besar, sumbatan kelenjar lemak menyebabkan timbulkan jerawat, sedangkan kelenjar keringat diketiak menyebabkan bau badan (Kemkes RI, 2023). Perubahan fisik ini menyebabkan kecanggungan akan konsep diri yang kurang.

Konsep diri adalah cara individu dalam melihat pribadinya dan berpengaruh terhadap perilaku individu. Konsep diri adalah konstruksi mengenai pandangan, pikiran, perasaan, penilaian seseorang tentang dirinya sendiri secara fisik, psikologis, moral, kognitif dan hubungan sosial yang terbentuk dan dikembangkan individu selama berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Noviandari & Mursidi, 2019). Konsep diri tidak permanen, tetapi terus berkembang seiring dengan tahap perkembangan individu dan interaksi sosial yang lebih luas yang dihadapi individu. Remaja yang mampu membentuk konsep diri positif dapat menyesuaikan dan menerima input dari lingkungan, sedangkan remaja yang mengembangkan konsep diri negatif dengan mudah merasa tidak menentu, pesimis dan menarik diri dari asosiasi (Noviandari & Mursidi, 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan remaja dengan jumlah sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada di dunia atau sekitar 1,2 milyar jiwa. Sementara itu data di Indonesia penduduk yang berusia 15-24 tahun sampai bulan Agustus 2020 berjumlah 44.079.486 jiwa menurut Badan Pusat Statistik tahun 2020 dalam (Dina, 2021).

Remaja usia 10-19 tahun di Indonesia berdasarkan profil remaja 2021 berjumlah 46 juta atau 17% dari seluruh penduduk yang berjumlah 270.203.917 jiwa. Sementara sebaran populasi remaja tertinggi ada di pulau Jawa yakni peringkat pertama provinsi Jawa Barat dan peringkat kedua provinsi Jawa Timur (Unicef, 2021).

Survey awal pada Juli 2019 di SMP Negeri Turi Lamongan ditemukan bahwa dari 10 siswa dan siswi yang duduk di kelas VII SMP, didapatkan 8 atau 80% remaja yang mengalami perubahan fisik, perubahan fisik yang dialami seperti terjadinya menstruasi, suara semakin besar, tumbuh rambut, dan 2 remaja lainnya atau 20% remaja yang tidak mengalami perubahan fisik. Dari hasil wawancara remaja yang mengalami perubahan fisik mengaku malu dan kurang percaya diri.

Masalah penelitian ini adalah masih adanya remaja yang kurang nyaman dengan perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas.

Domain konsep diri pada remaja antara lain (1) domain sosial, mengacu pada persepsi remaja terhadap perannya dalam hubungan sosial, kemampuan diterima secara sosial oleh orang lain, dan keterampilan menghargai interaksi sosial dengan orang lain; (2) domain fisik, mengacu pada persepsi remaja terhadap penampilan fisik, performa fisik, dan aktivitas olahraga; (3) ranah akademik, mengacu pada penilaian remaja terhadap prestasi akademik; (4) ranah emosional mempunyai arti persepsi remaja terhadap kondisi emosi, dan respon terhadap situasi tertentu; (5) ranah moralitas mempunyai komponen kesusilaan, kejujuran, dan perilaku. Konsep diri secara umum atau harga diri merupakan tindakan afektif yang berkaitan dengan nilai yang melekat pada penilaian diri dan ditunjukkan sebagai kemampuan seseorang dengan memperhatikan kelebihan dan kekurangannya (Hapsari et al., 2023).

Perubahan fisik pada remaja merupakan perubahan biologis yang ditandai dengan kematangan seksual primer dan sekunder dan kondisi ini dipengaruhi oleh kematangan hormon seks (Agustin & Asnaningsih, 2022). Faktor yang dapat mempengaruhi penerimaan perubahan fisik pada remaja bisa dikarenakan lingkungan (lingkungan keluarga, lingkungan sekolah), teman sebaya, peran orang tua, konsep diri, kesehatan, gangguan emosional.

Terdapat 5 komponen konsep diri yaitu: gambaran diri atau *body image*, ideal diri atau *self ideal*, harga diri atau *self esteem*, peran diri atau *self role*, dan identitas diri atau *self identity*. Gambaran diri atau *body image* merupakan hasil evaluasi individu terhadap ukuran tubuh, berat badan tubuh, hingga aspek tubuh lainnya yang mengarah terhadap kesempurnaan penampilan fisik. Selama remaja, perempuan akan mengalami perubahan tubuh yang mana 24-26% mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya sehingga cenderung memiliki *body image*

negatif (Della, 2021). Ideal diri atau *self ideal* merupakan persepsi seseorang tentang perilakunya yang berdasarkan standar pribadi tertentu seperti aspirasi, tujuan, atau nilai-nilai yang ingin dicapai yang dapat menimbulkan harapan diri. Ideal diri penting untuk kesehatan dan keseimbangan jiwa. Seharusnya ideal diri tidak terlalu tinggi, menuntut, tidak jelas dan samar tetapi harus cukup tinggi dan cukup jelas untuk memberikan dukungan terus-menerus terhadap harga diri individu. Ideal diri dapat dipengaruhi oleh orang tua, berkembang pada masa remaja, dan dibentuk pada masa anak-anak (Latifah et al., 2022). Harga diri atau *self esteem* merupakan cara individu memandang dirinya baik negatif maupun positif. Ada dua hal yang berperan terhadap terbentuknya *self esteem* pada individu yaitu (1) *reflected appraisals* dan (2) *social comparisons*. *Self esteem* dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam pembentukannya diantaranya lingkungan, pengalaman, pola asuh, lingkungan sosial, serta *body image* (Della, 2021). Peran diri atau *self role* pola perilaku, sikap, nilai, dan aspirasi yang diharapkan individu berdasarkan posisinya dimasyarakat (Cahyandari & Estria, 2020). Identitas diri atau *self-identity* didefinisikan sebagai sebuah penilaian terintegrasi seorang individu terhadap citra dirinya sendiri sebagai seseorang yang unik, yang membedakan dirinya dengan orang lain (Suparno, 2017)

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan gambaran konsep diri remaja perempuan tentang perubahan fisik selama pubertas.

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara obyektif. Dalam penelitian ini peneliti ingin mengidentifikasi gambaran konsep diri remaja perempuan

tentang perubahan fisik pada masa pubertas pada siswi kelas VII SMP Negeri 1 Turi Kabupaten Lamongan.

Data diambil menggunakan kuisioner tertutup dengan pertanyaan yang terdiri dari 5 komponen konsep diri yaitu: gambaran diri atau *body image*, ideal diri atau *self ideal*, harga diri atau *self esteem*, peran diri atau *self role*, dan identitas diri atau *self identity*.

HASIL PENELITIAN

Data Umum Karakteristik Remaja Perempuan

1) Distribusi Karakteristik Orang Tua (Ibu) Remaja Perempuan

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Orang Tua (Ibu) Remaja Perempuan

Karakteristik	Frek	Persentase (%)
Pendidikan		
SD / sederajat	3	7,5
SMP / sederajat	8	20
SMA / sederajat	20	50
PT (Diploma/ Sarjana)	9	22,5
Pekerjaan		
IRT	3	7,5
Petani	5	12,5
Wiraswasta/ swasta	17	42,5
PNS/ TNI/ POLRI	15	37,5

Pada tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian orang tua (ibu) remaja perempuan mempunyai tingkat pendidikan SMA sebanyak 20 orang (50%). Hampir sebagian orang tua (ibu) remaja perempuan bekerja sebagai wiraswasta atau swasta sebanyak 17 orang (42,5%).

2) Distribusi Karakteristik Remaja Perempuan

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Remaja Perempuan berdasarkan Usia

Karakteristik	Frek	Persentase (%)
Usia		
10-12 tahun	34	85
13-15 tahun	6	15

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa hampir seluruh remaja perempuan berusia 10-12 tahun sebesar 34 orang (85%).

Data Khusus

- 1) Konsep diri remaja perempuan pada masa pubertas

Tabel 3. Distribusi Remaja Perempuan Berdasarkan Gambaran diri, Ideal diri, Harga diri, Peran diri, Identitas diri, dan Konsep diri

Karakteristik	Frek	Persentase (%)
Gambaran diri		
Negatif	37	92,5
Positif	3	7,5
Ideal diri		
Negatif	31	77,5
Positif	9	22,5
Harga diri		
Negatif	36	90
Positif	4	10
Peran diri		
Negatif	36	90
Positif	4	10
Identitas diri		
Negatif	31	77,5
Positif	9	22,5
Konsep diri		
Negatif	21	52,5
Positif	19	47,5
	40	100

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 40 remaja perempuan hampir seluruhnya (92,5%) mengalami gambaran diri yang negative. Begitu pula dengan ideal diri (77,5%), peran diri (90%), dan identitas diri (77,5%) remaja semua hasilnya negative. Konsep diri remaja lebih dari sebagian hasilnya negative sebanyak 21 remaja (52,5%).

PEMBAHASAN

1. Gambaran Diri (*Body Image*)

Berdasarkan tabel 3. diatas menunjukan bahwa hampir seluruh remaja perempuan mengalami gambaran diri yang negatif. Gambaran tubuh seseorang terdiri dari persepsi dan pendapat mereka tentang bentuk tubuh mereka. Dengan demikian, seseorang

yang memiliki tingkat kepuasan yang tinggi terhadap gambar dirinya sendiri cenderung mengalami kepuasan tubuh, dan sebaliknya, seseorang yang memiliki tingkat kepuasan yang rendah terhadap gambar dirinya sendiri cenderung mengalami ketidakpuasan tubuh. Kepribadian terkait dengan gambaran diri. Aspek psikologi seseorang sangat dipengaruhi oleh cara mereka melihat diri mereka sendiri. Pandangan yang realistis terhadap diri sendiri, menerima, dan menyukai bagian tubuh Anda akan memberikan rasa aman, yang akan membantu Anda menghindari kecemasan dan meningkatkan harga diri Anda. Individu yang mampu mencapai kesuksesan dalam hidupnya adalah orang yang tetap, realistis, dan konsisten dengan citra dirinya (Della, 2021).

Penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 1 Turi, hampir seluruh remaja yang mengalami gambaran diri yang negatif, karena dipengaruhi oleh faktor persepsi dan pengalaman individu dikarenakan faktor dari usia remaja sendiri. Senada hasil penelitian Sulistiyarningsih (2019) tentang Hubungan Pengetahuan dan Persepsi dengan Gambaran Diri Remaja Perempuan Tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas bahwa ada hubungan pengetahuan dan persepsi dengan gambaran diri remaja perempuan. Meskipun sebagian besar remaja perempuan mempunyai persepsi kurang baik, tingkat pengetahuan juga kategori cukup namun memiliki gambaran diri kategori baik. Hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja tentang perubahan fisik pada masa pubertas, maka semakin baik pula gambaran diri remaja dalam menghadapi perubahan fisik yang terjadi, sehingga mampu untuk menerima segala karakteristik yang ada dalam diri remaja. Persepsi kurang baik dapat menyebabkan gambaran diri tidak baik. Dampak dari persepsi terhadap perubahan fisik saat pubertas pada remaja akan mempengaruhi rasa kepercayaan diri.

Jadi persepsi merupakan pandangan seseorang terhadap perubahan fisik yang dialami, sedangkan pengalaman merupakan

guru yang baik dan merupakan sumber pengetahuan, dan pengalaman yang akan mempengaruhi gambaran diri, sikap dan ketrampilan seseorang.

2. Ideal Diri (*Ideal Self*)

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa hampir seluruh remaja perempuan mengalami ideal diri yang negatif.

Ideal diri atau *self ideal* merupakan persepsi seseorang tentang perilakunya yang berdasarkan standar pribadi tertentu seperti aspirasi, tujuan, atau nilai-nilai yang ingin dicapai yang dapat menimbulkan harapan diri. Ideal diri penting untuk kesehatan dan keseimbangan jiwa. Ideal diri dapat dipengaruhi oleh orang tua, berkembang pada masa remaja, dan dibentuk pada masa anak-anak (Latifah et al., 2022). Salah satu faktor yang menyebabkan ideal diri negatif adalah adanya perasaan cemas dan rendah diri.

Kecemasan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah seperti kekhawatiran, ketakutan, dan keprihatinan yang kadang dialami oleh seseorang dan dalam tingkat yang berbeda-beda. Kecemasan adalah segala bentuk situasi yang mengancam kesejahteraan organisme. Kecemasan termasuk ke dalam gangguan suasana hati atau *mood disorder* yang mengacu pada pengertian emosi yang bertahan lama, yang terjadi karena adanya objek atau situasi yang mengancam individu. Kecemasan ini bisa disebabkan kurangnya pengetahuan remaja terkait perubahan fisik yang terjadi (Suyanti et al., 2022). Sumber informasi yang paling dekat adalah dari keluarga terutama ibu. Peranan ibu bagi remaja sangat besar terutama pada awal pubertas.

Pekerjaan orang tua terutama ibu dapat mengakibatkan remaja kurang perhatian dan waktu yang kurang berkualitas bersama ibu. Saat ini remaja sedang membutuhkan perhatian penuh dari orang tua (ibu) karena masa remaja merupakan masa dimana anak mengalami fase peralihan baik dari postur tubuh menjadi lebih matang maupun dari segi psikisnya. Sehingga pekerjaan orang tua (ibu) dapat mempengaruhi kecemasan dan perasaan

rendah diri seorang remaja yang kemudian akan mengakibatkan identitas diri yang negatif.

3. Harga Diri (*Self Esteem*)

Berdasarkan tabel 3. dapat dilihat bahwa hampir seluruh remaja perempuan mengalami harga diri yang negatif.

Self-esteem merupakan evaluasi secara positif maupun negatif terhadap dirinya sendiri. Atau dengan kata lain, *self-esteem* merupakan cara individu memandang dirinya. Ada dua hal yang berperan terhadap terbentuknya *self-esteem* pada individu yaitu (1) *reflected appraisals* dan (2) *social comparisons*. *Self-esteem* dipengaruhi oleh beberapa faktor dalam pembentukannya diantaranya lingkungan, pengalaman, pola asuh, lingkungan sosial, serta *body image* (Della, 2021). Ketika individu tidak dapat menghargai diri sendiri, maka akan sulit bagi individu tersebut untuk menghargai orang serta hal-hal yang ada disekitarnya. Pembentukan harga diri erat kaitannya dengan perkembangan konsep diri pada masa kanak – kanak karena pengalaman pada masa kanak-kanak akan lebih mudah melekat dan tertanam menjadi bibit pembentukan konsep diri seseorang apakah cenderung negatif atau positif.

Peran ibu sebagai orang terdekat dengan anak memiliki pengaruh yang besar dalam pembentukan harga diri remaja. Pekerjaan orang tua mempengaruhi seberapa banyak waktu yang diluangkan untuk bercengkerama dengan anak, karena kurangnya waktu dan perhatian sehingga remaja merasa kehilangan kasih sayang. Tingkat pendidikan ibu berhubungan dengan pengetahuan, pemahaman tentang pentingnya kasih sayang orang tua kepada anak yang bisa membentuk kepribadian dan cara pandang anak terhadap dirinya. Senada dengan penelitian (Marliana Eka Saperempuan, 2016) menyatakan remaja dengan konsep diri yang baik memiliki keluarga dengan komunikasi yang baik, terbuka dan kedekatan hubungan antar semua

anggota keluarga, selain itu orang tua senantiasa memberikan dukungan baik secara moril maupun materiil, dalam bentuk perhatian, motivasi dan nasehat.

Harga diri negatif disebabkan oleh keluarga yang kurang memberikan perhatian, waktu dan informasi kepada remaja sehingga membentuk konsep diri yang negatife juga.

4. Peran diri (*Self Role*)

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar remaja perempuan mengalami peran diri yang negatif.

Peran diri atau *self role* pola perilaku, sikap, nilai, dan aspirasi yang diharapkan individu berdasarkan posisinya dimasyarakat (Cahyandari & Estria, 2020). Usia remaja adalah usia yang paling kritis dalam kehidupan seseorang, rentang usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju remaja dan akan menentukan kematangan usia dewasa. Dengan bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan fisik dan psikologis seseorang, sehingga semakin bertambah umur, tingkat pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki seseorang juga semakin bertambah. Pandangan tentang diri sendiri yang sudah berkembang pada masa anak-anak, makin menguat pada masa remaja. Hal ini seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman hidup atas dasar kenyataan-kenyataan yang dialami. Semua itu membuat remaja dapat menilai dirinya sendiri apakah baik atau kurang baik.

Peran diri negative dihubungkan dengan pesatnya perkembangan fisik dan psikis seringkali menyebabkan remaja mengalami krisis peran dan identitas. Sesungguhnya, remaja senantiasa berjuang agar dapat memainkan peranannya agar sesuai dengan perkembangan masa peralihannya dari masa anak-anak menjadi masa dewasa. Tujuannya adalah memperoleh identitas diri yang semakin jelas dan dapat dimengerti dan serta diterima oleh lingkungannya, baik lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat (Tati Nurhayati, 2016).

Peran orang tua pada remaja yang mengalami peran diri yang negatif dengan membekali anak dengan dasar moral dan agama dan melakukan komunikasi yang baik dan efektif antara orangtua-anak. Perlu

menciptakan dialog yang hangat dan akrab, jauh dari ketegangan atau ucapan yang disertai cercaan. Hanya bila remaja merasa aman dan terlindung, orang tua dapat menjadi sumber informasi, serta teman yang dapat diajak bicara atau bertukar pendapat tentang kesulitan atau masalah mereka (IDAI, 2013).

5. Identitas diri (*Self Identity*)

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar remaja perempuan mengalami identitas diri yang negatif.

Pembentukan identitas diri seseorang erat kaitannya dengan perkembangan konsep diri masa kanak-kanak dimana keterlibatan peran orang tua dalam pembentukan konsep diri sangat besar sebelum anak mulai mengenal lingkungan eksternal diluar keluarganya. Identitas diri pada remaja terbentuk melalui hubungan yang dilakukan dengan orang sekitar, seperti interaksi dengan orang tua, keluarga, dan juga teman sebaya. Para remaja juga cenderung untuk menghabiskan lebih banyak waktunya dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang tua mereka. Besarnya intensitas remaja menghabiskan waktu dengan teman sebayanya akan sangat berpengaruh untuk dapat belajar peran, membentuk perilaku, membentuk sikap di mana semua hal tersebut akan sangat mempengaruhi perkembangan identitas diri pada remaja (Azhar et al., 2021).

Hal ini disebabkan oleh faktor usia remaja, usia yang sangat muda merupakan masa dimana remaja mengalami kebingungan antara seorang kanak-kanak atau seorang dewasa, seseorang yang mandiri dapat mengatur dan menerima dirinya. Identitas berkembang sejak masa kanak-kanak bersamaan dengan perkembangan konsep diri.

6. Konsep diri (*Self Concept*)

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar remaja perempuan mengalami konsep diri yang negatif.

Konsep diri adalah cara individu dalam melihat pribadinya dan berpengaruh terhadap perilaku individu. Konsep diri tidak permanen, tetapi terus berkembang seiring dengan tahap perkembangan individu dan interaksi sosial

yang lebih luas yang dihadapi individu. Remaja yang mampu membentuk konsep diri positif dapat menyesuaikan dan menerima input dari lingkungan, sedangkan remaja yang mengembangkan konsep diri negatif dengan mudah merasa tidak menentu, pesimis dan menarik diri dari asosiasi (Noviandari & Mursidi, 2019).

Hasil penelitian oleh Endang Mei Yunalia, tentang Hubungan antara Konsep Diri dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Perempuan pada Masa Pubertas, remaja perempuan yang mempunyai konsep diri yang positif akan mempunyai penerimaan diri yang baik karena remaja tersebut dapat mengerti dan menyadari dengan perubahan-perubahan fisik yang terjadi pada dirinya (Yunalia, 2017). Senada penelitian oleh Hilda Octarina yang menyatakan terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan penerimaan diri pada remaja perempuan di Desa Pongkai Istiqomah. Semakin tinggi konsep diri maka semakin bagus pula penerimaan diri pada remaja perempuan di Desa Pongkai Istiqomah dan begitupun sebaliknya. Perkembangan konsep diri yang buruk dapat menjadi hal yang membahayakan karena bila individu membangun konsep diri yang buruk maka individu tersebut akan menjadi pribadi yang menolak diri sendiri (Hilda Octarina, 2022).

Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang duduk dibangku SMP dan mempunyai Ibu dengan pekerjaan swasta atau wiraswasta, karena dilihat dari usia remaja dan pekerjaan orang tua (ibu) sehingga ibu tidak memiliki waktu yang penuh untuk memberikan pengertian tentang perubahan fisik, serta dilihat dari pendidikan ibu yang kemungkinan kurang informasi dan perhatian orang tua (ibu). Hal ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja, khususnya akan berpengaruh terhadap kesehatan psikologi remaja tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan tujuan penelitian dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut ; Hampir seluruh remaja perempuan kelas VII di SMP Negeri 1 Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan memiliki gambaran diri, ideal diri, peran diri,

harga diri, identitas diri yang negatif. Sehingga lebih dari sebagian remaja perempuan memiliki konsep diri yang negatif. Hal ini tidak lepas dari peran ibu yang kurang dalam memberikan waktu dan edukasi kepada anaknya.

Harus dilakukan kerjasama guru bimbingan konseling dan UKS (Sekolah Kesehatan Unit) untuk memberikan KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) tentang perubahan fisik pada remaja selama pubertas, terutama remaja perempuan sehingga mereka memiliki konsep diri yang positif sehingga kesehatan mental anak perempuan remaja dipertahankan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, N., & Asnaningsih, A. (2022). The Correlation Between Knowledge and Family Support About Secondary Physical Change in Puberty with Self-Concept in Adolescent Women Aged 13-15 Years at MTSN 9 Jombang. *International Journal of Midwifery Research*, 2(2).
- Azhar, J. K., Hikmah, S. A. D., Abimayu, R., & Santoso, M. B. (2021). Pembentukan Identitas Diri Remaja Pecandu Hisap Lem. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(3).
- Cahyandari, M. A., & Estria, S. R. (2020). Konsep Diri Pada Mahasiswa yang Memiliki Jerawat Tingkat Sedang dan Berat di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September.
- Della, W. (2021). Studi Meta-Analysis: Body Image dan Self-Esteem. *Jurnal Psibernetika*, 12(2), 105–110. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v14i2.2943>
- Dina, M. (2021). Hubungan Antara Kesepian Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Universitas Andalas.

- Hapsari, H. I., Huang, M.-C., & Kanita, M. W. (2023). Evaluating Self-Concept Measurements in Adolescents: A Systematic Review. *Children, 10*(399), 1–20. <https://doi.org/10.3390/children10020399>
- Hilda Octarina. (2022). *Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Remaja Perempuan Di Desa Pongkai Istiqomah Kecamatan Xiii Koto Kampar Kabupaten Kampar*. Universitas Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- IDAI. (2013). *Overview adolescent health problems and services*. Idai.or.Id.
- Kemkes RI. (2023). *Mengenal Kecemasan dan Dukungan Sosial pada Pubertas Remaja*. Yankes. Kemkes.Go.Id.
- Latifah, I., Ekowati, W., & Anam, A. (2022). Ideal Diri Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 5*(2), 367–374.
- Marliana Eka Saperempuan, M. (2016). Pembentukan Konsep Diri Remaja Pada Keluarga Jawa Yang Bergama Islam. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 04*(2).
- Noviandari, H., & Mursidi, A. (2019). Relationship of Self Concept , Problem Solving and Self Adjustment in Youth. *International Journal for Educational and Vocational Studies, 1*(6), 651–657. <https://doi.org/doi.org/10.29103/ijevs.v1i6.1599>
- Septina, Y. (2020). Hubungan Upaya Ibu dalam Mempersiapkan Masa Pubertas dengan Perilaku Seksual Remaja. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery), 7*(2), 301–306. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p301-306>
- Sulistiyangsih, S. H., Sariyani, D., Kebidanan, P. S., Bakti, S., & Pati, U. (2019). Relationship of Knowledge and Perception With The Description of Self-Youth Principles About The Physical Change of Puberty. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal V, 9*(3), 259–266.
- Suparno, C. (2017). Pengaruh Self-Identity, Sikap Individu dan Norma Subyektif Terhadap Niat untuk Membeli Hijab Fashion. *Media Ekonomi Dan Manajemen, 32*(2), 154–161.
- Suyanti, Evitasari, D., & Suteja, N. E. C. I. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Perempuan Dalam Menghadapi HAid Pertama (Menarche) Pada Siswi Kelas VII Di MTS Negeri 7 Sumedang Tahun 2022. *Bunda Edu-Midwifery Journal (Bemj), 5*(2).
- Tati Nurhayati. (2016). Perkembangan Perilaku Psikososial pada masa Pubertas. *Journal of Chemical Information and Modeling, 53*(9), 1689–1699.
- Unicef. (2021). *Profil Remaja 2021*.
- WHO. (2023). *Adolescent Health*. Who.Int.
- Yunalia, E. (2017). Hubungan antara konsep diri dengan penerimaan perubahan fisik remaja perempuan pada masa pubertas. *Nursing Sciences Journal, 1*(1), 30–36.