

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertumbuhan (Growth) dan perkembangan (Development) memiliki definisi yang sama yaitu sama-sama mengalami perubahan, namun secara khusus keduanya berbeda. Pertumbuhan menunjukkan perubahan yang bersifat kuantitas sebagai akibat pematangan fisik yang di tandai dengan makin kompleksnya sistem jaringan otot, sistem syaraf serta fungsi sistem organ tubuh lainnya dan dapat di ukur (Yuniarti, 2015). Pertumbuhan akan terjadi perubahan ukuran dalam hal bertambahnya ukuran fisik, seperti berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, lingkar lengan, lingkar dada, dan lain-lain. Pada pertumbuhan dan perkembangan terjadi hilangnya ciri-ciri lama yang ada selama masa pertumbuhan, seperti hilangnya kelenjer timur, lepasnya gigi susu, atau hilangnya refleks-refleks tertentu. Dalam pertumbuhan juga terdapat ciri baru seperti adanya rambut pada daerah aksila, pubis atau dada sedangkan perkembangan selalu melibatkan proses pertumbuhan yang diikuti dengan perubahan fungsi, seperti perkembangan sistem reproduksi akan diikuti perubahan fungsi kelamin.

Tahapan perkembangan memiliki beberapa masa pertumbuhan, sebagai berikut (Yuniarti, 2015) :

1. Masa pranatal, sejak konsepsi sampai kelahiran. Proses pertumbuhan berlangsung cepat 9 bulan 10 hari.
2. Masa bayi dan anak 3 tahun pertama. Pada anak usia tersebut anak batita memiliki kelekatan emosi dengan orang tua, suka berkhayal, egosentris.
3. Masa anak- anak awal (early childhood), dimulai usia 4-5 tahun 11 bulan. Anak masih terikat kepada orang tua, namun sudah mulai belajar mandiri, keinginanan besosialisasi dengan temans sebaya, dan masa ini masih meliputi kegiatan bermain sendiri.
4. Masa anak tengah (Middle childhood), dimulai usia 6-9 tahun. Pada usia ini anak berada pada taraf operasional konkrit, anak mampu melakukan tugas-

tugas seperti berhitung sederhana tetapi belum bersifat kompleks. Dimana anak mulai mengembangkan kepribadian, konsep diri, sosial, dan akademis.

5. Masa anak akhir (Late childhood), dimulai usia 10-12 tahun. Pada masa ini anak melakukan aktifitas menyita energi, karena pertumbuhannya masuk ke awal remaja dimana fungsi-fungsi hormon mulai aktif dan anak pada usia tersebut lebih banyak terlibat dalam kegiatan games with rules dimana kegiatan anak lebih banyak dikendalikan oleh peraturan permainan.
6. Masa remaja (adolecence), dimulai usia 13-21 tahun. Pada masa ini merupakan masa transisi, yaitu dari masa anak-anak ke masa dewasa, biasanya pada usia tersebut cenderung egosentris, tidak mau dikekang, revolusioner guna mencari jati diri.
7. Masa dewasa muda (young adulthood), dimulai usia 22-40 tahun. Secara kognitif pada usia tersebut mereka sudah menyelesaikan pendidikan dan mulai mengembangkan karir.
8. Masa dewasa tengah (Middle adulthood), dimulai usia 41-60 tahun. Masa ini dimana kondisi fisik menurun, masa penuh tantangan, tetapi mereka berhasil membentuk kepribadian terintegritas justru akan bersikap bijaksana dan mampu membimbing anak-anaknya.
9. Masa dewasa akhir (Late adulthood), usia 60 tahun keatas. Pada usia tersebut, kondisi fisik sudah menurun, cepat lelah dan stimulus lambat sehingga sering terjadi stress.

Remaja menurut UU Perlindungan Anak adalah seseorang yang berusia antara 10-18 tahun. Menurut BPS (2017), di Jawa Tengah sendiri memiliki populasi penduduk 34.257.865 jiwa. Tercatat total penduduk remaja dengan rentang usia 10-14 tahun sebesar 2.780.813 jiwa dengan presentase 8,11% dari total penduduk. Sedangkan pada rentang usia 15-19 tahun sebesar 2.821.534 jiwa dengan presentase 8,23 % dari total penduduk. Di Kabupaten Sukoharjo tercatat tahun 2018 sebanyak 7.8% merupakan penduduk remaja dengan rentang usia 10-14 tahun. Sedangkan penduduk remaja dengan rentang usia 15-19 tahun sebanyak 8%. Di Kecamatan Kartasura sendiri jumlah penduduk

remaja dengan rentang usia 10-14 tahun berjumlah 9052 jiwa dan penduduk remaja dengan rentang usia 15-19 tahun sebanyak 8917 jiwa, dari gambaran tersebut remaja memiliki peran yang penting dalam susunan masyarakat. Untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian di SMP Muhammadiyah Al-Kautsar Kartasura.

Menurut Cassey, Jones, dkk (2010) masa remaja merupakan masa badai dan stress karena pada masa remaja menunjukkan dengan jelas masa peralihan atau sering disebut masa transisi. Masa remaja merupakan masa dimana seseorang belum mendapat status sebagai orang dewasa, tetapi juga tidak dapat disebut sebagai anak lagi sehingga hal itu dapat menyebabkan stress (Calon, 1992). Stres adalah dimana keadaan fisik atau ketegangan mental yang menyebabkan tekanan emosional atau bahkan perasaan sakit pada seseorang. Stres dapat dilihat sebagai hal positif dan juga negatif. Dikutip dari Netralnews.com (2017), Psikolog dari Himpunan Psikologi Indonesia (Himpsti), Sinaga mengungkapkan suatu studi di Kota Surabaya menunjukkan 68% orang yang depresi di Surabaya dialami oleh remaja. Faktor yang sangat mempengaruhi keadaan depresi remaja di Kota Surabaya adalah factor relasi sosial. Remaja yang tidak dapat mengikuti perkembangan ataupun gaya hidup pada lingkungan sosialnya bisa berpengaruh pada tingkat stress dan menjerumuskannya pada depresi. Stres pada remaja juga dapat membuat seorang remaja kehilangan identitas diri.

Faktor terpenting dalam mencari identitas diri seseorang adalah perkembangan psikososial yang merupakan penilaian diri orang lain tentang dirinya sebagai suatu kesatuan yang utuh seperti peran, tujuan pribadi dan ciri khas (Fajariyah, 2012). Remaja yang tidak bisa mengatasi perubahan-perubahan yang terjadi, maka akan terjadi krisis identitas. Masa remaja adalah masa transisi yang sangat kompleks (Ali dan Asrori, 2018). Ketika remaja menuju dewasa akan mengalami berbagai perubahan yang ditandai dengan perubahan fisik. Selain itu, remaja juga mengalami perubahan perkembangan kognitif dan perkembangan psikososial. Perkembangan psikososial adalah salah

satu aspek penting dalam terjadinya perubahan dalam diri remaja (Potter dan Perry, 2010).

Terjadinya krisis identitas disebabkan karena remaja merasa dirinya sudah dewasa, sehingga remaja sering kali kebingungan peran terhadap identitas dirinya. Selain itu, krisis identitas yang dialami oleh remaja dikarenakan pola asuh orang tua, terpengaruh oleh lingkungan, teman sebaya, pengalaman hidup, dan salah paham antar remaja (Sumiati dan Lailan, 2012). Krisis identitas juga dapat menyebabkan seorang remaja banyak mengalami masalah, seperti adanya pengaruh dan tindak kekerasan, buruknya tata Bahasa, perilaku merusak diri yang meningkat, serta rasa hormat pada orang tua dan guru yang menurun. Masalah-masalah tersebut jika tidak diatasi maka akan menyebabkan stress (Purwanti, 2013).

Respon stress yang dialami oleh remaja cenderung berlebihan dibandingkan dengan orang dewasa karena adanya proses maturitas bagian otak pada remaja. Salah satu stress yang remaja alami yaitu stress psikososial. Stress pada remaja dapat disebabkan oleh orang tua yang menuntut anaknya untuk melakukan hal-hal yang tidak disukainya atau diluar kemampuannya. Stress psikososial disebabkan oleh interaksi dengan individu lain yang ada disekelilingnya dan kondisi sosial lainnya, seperti kejadian hidup yang membuat remaja tertekan dan menimbulkan stress akut terhadap individu (Cahyani, 2016). Faktor yang mempengaruhi stress psikososial pada remaja juga dapat disebabkan oleh beberapa masalah, contohnya permasalahan terkait keluarga, teman sebaya, kematian seseorang, memiliki penyakit dan lain-lain (Putri, 2014).

Ketika remaja mengalami stress psikososial yang berkelanjutan dan tidak segera diatasi, maka akan meningkatkan resiko remaja tersebut menjadi depresi saat dewasa. Remaja yang sering mengalami kejadian yang tidak menyenangkan didalam hidupnya akan lebih beresiko menjadi depresi dibandingkan dengan remaja yang didalam hidupnya tidak banyak mengalami kejadian yang tidak menyenangkan. Remaja yang mengalami depresi akan mengatakan bahwa diri mereka bodoh, tidak menarik, tidak mampu menjalin

hubungan pertemanan dan dengan lawan jenis, serta merasa tidak disukai oleh orang lain. Faktor yang mempengaruhi remaja yang mengalami stress psikososial dan menyebabkan depresi yang tertinggi adalah kejadian tak terencana atau tak terkira seperti kematian orang tua, pacar, atau teman dekat.

B. Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disusun masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran karakteristik remaja pubertas yang mengalami stres?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Tujuan Umum

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stressor pada remaja di masa pubertas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik personal dari responden.
- b. Mengetahui gambaran stressor pada remaja.
- c. Mengetahui penggolongan stress pada remaja pubertas.
- d. Mengetahui reaksi stress pada remaja pubertas.

D. Manfaat Penelitian

1. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengalaman baru mengenai konsep penelitian agar dapat mengembangkan kemampuan menerapkan ilmu yang di dapat melalui perkuliahan guna dapat dipraktikkan langsung ke lapangan dan mengetahui munculnya stressor pada remaja.

2. Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada Institusi Jurusan Keperawatan untuk memahami mengenai gambaran stressor pada anak remaja pubertas yang muncul dengan baik dan benar.

3. Lahan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dijadikan pedoman bagi pihak sekolahan sehingga wawasan tersebut dapat meningkatkan dukungan pada remaja yang menunjukkan stressor kurang baik.

4. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai gambaran stressor pada remaja pubertas.

E. Keaslian Penelitian

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Iwan Samsugito dan Ayu Ninda Putri, pada tahun 2019 dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi Seft pada Remaja di SMA N 14 Samarinda” Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran tingkat stres sebelum dan sesudah terapi SEFT pada remaja di SMAN 14 Samarinda. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus di SMAN 14 Samarinda dari 6-10 Mei 2019. Instrumen penelitian ini menggunakan skala DASS dan pedoman wawancara. Terdapat 4 responden dalam penelitian ini. Persamaan dengan penelitian ini adalah mengkaji terkait dengan stress pada remaja. Perbedaan penelitian ini adalah pada metode penelitian, sampel serta pengumpulan data.
2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sudawam dan Livana, pada tahun 2018 dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia Dengan Hipertensi” Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres lansia dengan hipertensi. Desain penelitian ini menggunakan *deskriptif analitik* dengan pendekatan secara *cross*

sectional. Sampel diambil secara *Purposive Sampling* sebanyak 42 lansia. Alat penelitian menggunakan kuesioner karakteristik dan kuesioner tentang stres yang terdiri dari 14 pernyataan. Data dianalisis secara *univariat*. Persamaan dengan penelitian ini adalah mengkaji terkait dengan stress. Perbedaan penelitian ini adalah pada metode penelitian, sampel dan populasi, serta pengumpulan data.

3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sri Rejeki dkk pada tahun 2019 dengan judul “Gambaran Tingkat Stres dan Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore Primer” Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat stress dan karakteristik dihubungan dengan kejadian dismenorhea pada remaja putri di SMP N 3 Pekalongan. Metode penelitian berupa survey dengan pedekatan *cross sectional*. Sebanyak 61 remaja putri yang diambil secara total terlibat dalam penelitian ini. Persamaan dengan penelitian ini adalah mengkaji terkait dengan stress remaja. Perbedaan penelitian ini adalah pada metode penelitian, sampel, serta pengumpulan data.