

PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ADAPTIF REMAJA PUBERTAS

Endang Triyanto¹, Rahmi Setiyani², Rahmawati Wulansari³
^{1,2,3} Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu Kesehatan
Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto

Commented [D1]: Tambahkan email coresponding author

ABSTRAK

Periode pubertas merupakan masa kritis bagi remaja. Akibat perubahan pubertas sering menimbulkan perilaku mal adaptif seperti membolos, membangkang, tawuran. Keluarga sebagai lingkungan utama remaja memegang peranan penting dalam membentuk perilaku remaja. Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi pengaruh optimalisasi dukungan keluarga terhadap perilaku adaptif remaja pubertas. Desain *quasi experimental* dengan pendekatan *pre-post test without control group design*. Perilaku adaptif diukur sebelum dan setelah perlakuan berupa dukungan keluarga. Responden dipilih secara *purposive sampling* di RempoahBaturaden. Perilaku adaptif remaja meningkat dari 60% menjadi 97% setelah diberikan perlakuan dukungan keluarga. Kesulitan orang tua dalam memberikan dukungan adalah ketika mengarahkan untuk belajar, menjalin komunikasi terbuka, dan menghadapi emosi remaja. Terdapat pengaruh optimalisasi dukungan keluarga yang signifikan terhadap peningkatan perilaku adaptif remaja dengan nilai *p value* 0,001. Orang tua hendaknya selalu meningkatkan pengetahuan untuk melaksanakan dukungan keluarga kepada anak remaja.

Kata kunci :*dukungan, keluarga, perilaku, pubertas,remaja*

ABSTRACT

The period of puberty is a critical period for adolescents. Family as the primary environment teenager plays an important role in shaping adolescent behavior. The research objective is identify the influence of family support for adaptive behavior of adolescent puberty. Quasi-experimental design approach without pre-post test control group design. Respondents was selected by purposive sampling in Baturaden. Adaptive behavior that increased from 60% to 97% after optimization family support. Difficulties of parents in providing family support when directed learning, establish open communication, and teenagers emotional. There is the influence of family support optimization significantly to the increase in adaptive behavior adolescents with *p value* of 0.001. Parents should always increase the knowledge to implement family support to teenagers.

Keywords :*behavior, family, puberty, support, teenagers*

Pendahuluan

Usia pubertas didefinisikan sebagai peralihan dari anak-anak ke dewasa. Pubertas yaitu masa ketika seorang mengalami kematangan secara seksual dan organ-organ reproduksi siap untuk menjalankan fungsi reproduksinya

Commented [D2]: Cantumkan kutipan, jika tidak ada maka delete saja

(Schickedanz, 2011). Hurlock (2004) menyimpulkan perubahan fisik pubertas yang cepat selalu disertai dengan perubahan kognitif, moral, psikologis, sosial. Berbagai perubahan pubertas apabila tidak diikuti kemampuan remaja untuk beradaptasi menyebabkan kemunculan beragam masalah.

Menurut Allen et.al (2006), perubahan kognitif remaja meningkat sering diwujudkan dengan rasa keingintahuan yang besar tentang berbagai hal dan akan mencari tahu dengan pemikirannya sendiri. Survei Yayasan Kita dan Buah Hati (2008) menunjukkan 66% anak pernah menyaksikan pornografi. Penyebab utama akses pornografi karena rendahnya pengawasan orang tua. Hal ini terlihat dari lokasi akses pornografi yakni 36% di rumah, 12% di rumah teman, 18% di warnet.

Commented [D3]: Perbaiki cara kutipan

Studi kualitatif Triyanto (2010), remaja mengungkapkan seringkali emosinya bergejolak, sensitif, reaktif dan mudah marah. Remaja pubertas ini mengalami emosi labil sebagai puncak perkembangan emosi (Wong, 2003). Senada dengan Evita (2012), kondisi ini seringkali menjadi penyebab konflik remaja dengan orang tua maupun teman sebayanya, bahkan dapat menjadi penyebab kenakalan remaja. Triyanto (2011) menemukan bahwa kenakalan remaja lebih disebabkan oleh keluarga yang merupakan lingkungan utama dalam membentuk perilaku.

Selain itu, perubahan remaja lainnya menurut Mighwar (2006) menyebutkan bahwa pubertas sebagai *social hunger* (kehausan sosial) yang ditandai dengan keinginan bergaul secara berlebihan. Apabila temannya baik, maka baik pula pengaruhnya, namun apabila temannya buruk, maka remaja akan bertindak buruk (Santrock, 2003). Berbagai masalah remaja menjadi bukti bahwa pubertas merupakan masa kritis. Keluarga sebagai lingkungan utama remaja memegang peranan penting yang berkewajiban memberi dukungan positif.

Studi pendahuluan Triyanto (2012), dukungan keluarga kepada remaja pubertas di Rempoah masih tergolong rendah yaitu 12%. Sebelumnya Triyanto dkk (2011) menemukan banyak keluarga yang *overprotective*, kurang perhatian, bahkan keluarga merasa bingung menghadapi emosi remaja. Remaja dengan emosi yang bergejolak disertai kehausan sosial seringkali menjadi penyebab utama kebingungan orang tua menghadapinya. Akibat yang terjadi adalah perilaku

kenakalan remaja. Kenakalan remaja dapat berupa membolos sekolah, sering keluar main malam, sikap menentang aturan orang tua (Santrok, 2003). Menurut Kepala SMU N Baturaden, terdapat lebih dari 40 siswa yang tercatat sebagai siswa bermasalah sebagai bentuk perilaku mal adaptif sepanjang Tahun 2012.

Puskesmas Baturaden II sebagai garda terdepan pusat pelayanan kesehatan masyarakat belum menjangkau kesehatan remaja dengan capaian 10% pada tahun 2012. Devi (2009) dalam studinya menemukan 50% orang tua melarang anak membicarakan seksualitas. Studi Mulyadi (2008) menyimpulkan peran sekolah sebagai tempat media remaja mendapatkan informasi pubertas ternyata belum optimal. Berdasarkan pemikiran ini perlu dikembangkan dukungan keluarga untuk meningkatkan perilaku adaptif remaja pubertas melalui pelatihan, pendampingan dan konseling menggunakan modul yang praktis bagi keluarga. Optimalisasi dukungan keluarga menggunakan modul yang praktis bagi keluarga dapat dilakukan melalui pelatihan, pendampingan dan konseling dalam menghadapi anak remaja pubertas. Aktivitas ini diharapkan akan meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap orang tua dalam memberikan dukungan keluarga kepada anak remaja, sehingga remaja mampu berperilaku adaptif secara positif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh optimalisasi dukungan keluarga terhadap peningkatan perilaku adaptif remaja.

Commented [D4]: Paragraf ini terlalu panjang

Metode Penelitian

Penelitian ini termasuk *quasi experimental* dengan pendekatan *pre-post test without control group design*. Populasi penelitian ini adalah remaja di Desa Rempoah Kecamatan Baturaden dan orang tuanya. Sampel penelitian ini adalah remaja yang memiliki masalah akademik. Sampel diambil secara *purposive sampling* dengan kriteria inklusi berdomisili di sekitar Desa Rempoah Kecamatan Baturaden, sehat jasmani dan rohani, bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusinya adalah keluarga *single parent*. Jumlah sampel 30 siswa dan orang tuanya. Tempat penelitian dilaksanakan di Desa Rempoah Kecamatan Baturaden, Banyumas. Lokasi ini merupakan kawasan perdesaan yang dekat dengan kawasan lokawisata. Waktu penelitian selama 6 bulan mulai bulan Mei 2013. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur perilaku adaptif remaja pubertas

menggunakan instrumen yang telah baku menurut Wong (2003), sehingga sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Kisi-kisi instrumen tersebut diantaranya adalah berisi penerimaan remaja terhadap perubahan pubertas, bergaul secara positif, mampu mengendalikan emosi. Khusus untuk mengidentifikasi kesulitan orang tua dalam memberikan dukungan kepada anak remaja, dilakukan dengan wawancara.

Peneliti mengambil sampel sesuai kriteria inklusi kepada 30 remaja, kemudian meminta *inform consent*. Selanjutnya dilakukan *pre test* dilakukan untuk menilai perilaku remaja sebelum perlakuan. Penelitian dilanjutkan dengan pelatihan dukungan keluarga di rumah salah satu warga Desa Rempoah Kecamatan Baturaden. Selanjutnya, orang tua diwajibkan melaksanakan serangkaian dukungan keluarga kepada anak remajanya. Bentuk dukungan yang dimaksud adalah memperhatikan, memenuhi kebutuhan remaja, menjalin komunikasi terbuka, memberi informasi kehidupan. Kunjungan rumah dilakukan untuk melakukan pendampingan dan konseling keluarga kepada kedua orang tua yang dilakukan 2 kali seminggu selama 2 bulan. Kegiatan akhir penelitian adalah melakukan *pos test* untuk menilai perubahan perilaku remaja pubertas setelah perlakuan. Untuk mengetahui dampak dari optimalisasi dukungan keluarga terhadap peningkatan perilaku adaptif remaja pubertas, maka dibandingkan data perilaku remaja antara sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan uji statistik Wilcoxon.

Hasil Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan sejak bulan Mei sampai Agustus 2013 di Kecamatan Baturaden Banyumas. Perilaku adaptif remaja dalam menjalani masa pubertas diukur menggunakan instrumen baku menurut Wong (2003) dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Perilaku Adaptif Remaja Sebelum Dan Setelah Perlakuan di Baturaden Tahun 2013

No	Kategori Perilaku	Sebelum Perlakuan		Setelah Perlakuan		Z	p value
		f	%	f	%		
1	Mal Adaptif	12	40	1	3	3,300	0,001
2	Adaptif	18	60	29	97		
	Jumlah	30	100	30	100		

Sumber data : primer. Uji Wilcoxon dengan tingkat kepercayaan 95%

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa ada perubahan perilaku adaptif remaja secara drastis. Sebelum perlakuan ditemukan perilaku mal adaptif remaja dalam menjalani masa pubertas sebanyak 12 orang atau 40%. Namun setelah perlakuan turun menjadi hanya 1 orang atau 3%. Sedangkan perilaku remaja yang termasuk kategori adaptif semakin meningkat dari 18 orang (60%) menjadi 29 orang atau sekitar 97%. Hal ini menunjukkan bahwa secara statistik terdapat peningkatan perilaku adaptif remaja setelah dilakukan optimalisasi dukungan keluarga. Perilaku mal adaptif berubah menjadi perilaku yang positif atau adaptif.

Menurut Agustiani (2006), tugas perkembangan merupakan tuntutan bagi seorang individu untuk bekerja dari satu tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya dengan memecahkan berbagai macam permasalahan yang ditemui setiap tahapnya. Tugas perkembangan remaja adalah tugas yang harus diselesaikan selama remaja menjalani masa pubertas. Tugas-tugas yang dimaksud terkait dengan pertumbuhan fisik, kematangan kepribadian, dan tuntutan masyarakat selama masa remaja. Apabila, remaja mampu melaksanakan tugas perkembangannya, maka remaja tersebut dikatakan berperilaku adaptif. Dariyo (2004) membagi lima tugas perkembangan remaja yaitu penyesuaian diri secara psikologis maupun fisiologis, belajar bersosialisasi, memperoleh kemandirian dari orangtua maupun orang lain, menjadi warga yang bertanggung jawab dan memperoleh kepastian secara ekonomis. Sedangkan menurut Wong (2003), perilaku adaptif remaja tergambar dalam tugas perkembangan remaja yang meliputi penerimaan perubahan fisik, mencapai kemandirian dari orang tua, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal, menemukan model sebagai identitas dirinya, memperkuat kontrol diri dan meninggalkan sifat kekanak-kanakan. Keberhasilan remaja dalam memenuhi tugas perkembangan selama menjalani masa pubertas sangat dipengaruhi oleh keluarga.

Pembahasan

1. Perilaku Adaptif Remaja Sebelum Dan Setelah Perlakuan

Perubahan perilaku yang menonjol adalah remaja setelah pulang sekolah tidak langsung main, namun terlebih dahulu mengerjakan tugas sekolah bersama

Commented [D5]: Kata penghubung tidak boleh menjadi kata awal kalimat

teman-temannya. Mereka menggunakan waktu bermain sambil belajar. Remaja putri yang kini duduk di kelas 1 SMU Baturaden berdasarkan data instrumen yang digunakan, lebih banyak menceritakan permasalahan dengan ibunya. Remaja yang tinggal di RT 1/RW 2 Desa Rempoah Kecamatan Baturaden yang tadinya melakukan kebut-kebutan di jalanan, sekarang sudah berhenti. Ia sadar bahwa tindakan kebut-kebutan dapat membahayakan nyawanya maupun nyawa orang lain. Berbagai perubahan positif tersebut yang paling banyak ditemukan selama penelitian menunjukkan bahwa adanya kontribusi dukungan keluarga.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi Triyanto (2010) yaitu saat remaja menjalani masa pubertas, mereka mulai menggunakan sebagian besar waktunya untuk bermain dan berusaha mencari teman sebanyak-banyaknya. Perilaku ini dapat menjadi maladaptif apabila teman yang dipilihnya mengarah kepada perbuatan kenakalan remaja. Penolakan teman sebaya dapat menimbulkan frustrasi dan menjadikan dia merasa rendah diri. Namun sebaliknya, apabila remaja dapat diterima oleh rekan sebayanya dan bahkan menjadi idola tentunya ia akan merasa bangga dan memiliki kehormatan dalam dirinya. Menurut Wong (2003) bahwa kalau sebelum masa pubertas membutuhkan teman homogen, sekarang mulai heteroseksual. Hasil penelitian ini serupa yaitu pada saat remaja menjalani masa pubertas, mereka mulai menjadikan teman sebagai bagian dari hidupnya, kemudian timbul minat untuk lebih banyak teman baik sejenis maupun lawan jenis. Remaja berusaha sama seperti teman yang lain dan juga mengikuti model teman agar diterima oleh teman sebayanya. Jejaring teman mulai dibentuk oleh remaja. Mereka berusaha mencari teman sebanyak-banyaknya dan merasa bangga apabila telah memiliki teman yang banyak.

Menurut Santrock (2003), anak tidak melihat akibat dari perilaku yang dilakukan, mereka akan melakukan hal yang menyenangkan menurut pemikirannya sendiri. Remaja akan berusaha sekuat tenaga agar dapat diterima oleh kelompoknya. Ketika remaja sudah berkumpul dengan teman sebaya seringkali tumbuh cara berpikir egosentrisme remaja yang dikenal dengan istilah *personal fabel*. *Personal fabel* ini biasanya berisi keyakinan bahwa diri seseorang adalah unik dan memiliki karakteristik khusus yang hebat, diyakini benar adanya tanpa menyadari sudut pandang orang lain dan fakta sebenarnya. Pemikiran ini

beresiko terjadinya perilaku merusak diri oleh remaja yang berpikir bahwa diri mereka secara magis terlindung dari bahaya. Misalnya seorang remaja pria berpikir bahwa ia tidak akan sampai meninggal dunia di jalan raya saat balapan motor

Remaja pubertas sering menolak ketika diberikan perintah yang tidak sesuai dengan keinginan mereka. Menurut studi Triyanto (2010) pengalaman remaja selama masa pubertas mengalami perubahan sikap yaitu sikap menentang. Sikap menentang diungkapkan oleh dua remaja laki-laki. Bentuk penolakan yang mereka lakukan adalah jika diperintah untuk melakukan yang berkaitan dengan masa depan, misalnya belajar. Mereka biasanya juga akan menolak, apabila diperintah untuk menggunakan helm ketika hendak naik sepeda motor. Remaja akan lebih mudah mengikuti hal-hal yang menyenangkan menurut pemikiran mereka. Triyanto (2010) menambahkan dalam studinya bahwa sebanyak enam remaja mengungkapkan perubahan emosi berupa mudah marah. Emosi mudah marah termasuk dalam perilaku mal adaptif. Setelah mendapatkan perlakuan dalam penelitian ini, ditemukan penurunan emosi mengarah kepada hal positif yang ditunjukkan remaja lebih memilih menghindari jika mendapatkan ejekan teman. Remaja yang berasal dari Rempoah memilih menerima saja ketika keinginan memiliki motor belum terpenuhi.

2. Kesulitan Orang Tua Dalam Memberikan Dukungan Kepada Anak Remaja

Beberapa kesulitan orang tua dalam memberikan dukungan kepada anak remaja yang ditemukan selama penelitian ini adalah ketika mengarahkan untuk belajar, menjalin komunikasi terbuka, dan menghadapi emosi remaja. Sejalan dengan itu, Hurlock (2004) menyatakan bahwa selama masa pubertas, umumnya remaja memandang kehidupan sesuai dengan sudut pandangnya sendiri dan belum tentu sesuai dengan pandangan orang lain. Sikap remaja pubertas sering mengambil keputusan-keputusan yang bertentangan dengan norma masyarakat, akibatnya remaja sulit untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan masyarakat yang diperlihatkan dalam sikap menentang. Seringkali mereka sulit untuk diarahkan. Pemikiran yang matang tentang sikap remaja perlu dibangun keluarga

sejak awal (Hurlock, 2004). Dalam rangka mencegah hal-hal negatif yang dapat terjadi akibat sikap menentang remaja, keluarga perlu memberikan pengarahan dengan cara yang lembut. Cara ini mutlak dilakukan mengingat emosi remaja juga masih labil. Keluarga wajib memberikan penjelasan kepada anak remaja bahwa setiap tindakan yang dilakukan akan membawa konsekuensi positif dan negatif. Orang tua perlu memberikan alternatif jawaban dari hal-hal yang dipertanyakan oleh putra-putri remajanya. Orangtua yang bijak akan memberikan lebih dari satu jawaban dan alternatif supaya remaja itu bisa berpikir lebih jauh dan memilih yang terbaik. Setelah anak remaja mengetahui berbagai konsekuensi dari tindakan yang akan dilakukan, harapannya adalah mereka akan berfikir kembali tentang sikap menentang yang mereka lakukan.

Remaja lebih banyak menggunakan emosinya dan masih kurang dalam pemikiran rasionalitas. Pada kondisi ini, seringkali orang tua mengalami kesulitan. Dukungan keluarga yang diharapkan remaja selama menjalani masa pubertas hasil penelitian Triyanto (2010) yaitu ingin diperhatikan, keinginan agar orang tua dapat berperan sebagai sahabat, memberikan kasih sayang, dipahami, diberitahu dan dicukupi kebutuhannya. Tantangan bagi keluarga adalah menyikapi perubahan emosional remaja pubertas ini dengan sikap tidak boleh terlalu keras dan juga tidak boleh diacuhkan. Apabila perlakuan keluarga dilakukan secara keras, maka remaja berpotensi memberontak. Disisi lain, apabila perlakuan keluarga yang acuh akan menimbulkan perilaku negatif bagi remaja. Perhatian orangtua, kasih sayang dan pengertian orangtua dalam menghadapi sikap remaja akan membantu remaja mencapai kematangan emosi yang stabil.

Pola komunikasi yang diharapkan oleh remaja yaitu cara komunikasi yang baik, diberikan hak untuk berpendapat dan frekuensi komunikasi agar ditingkatkan. Cara komunikasi yang dimaksudkan remaja adalah tidak ada pertengkaran yang berarti bahwa remaja menginginkan orang tua untuk dapat berbicara secara lembut kepada anaknya, bukan dengan membentak-bentak. Senada dengan Hurlock (2004) yang menyatakan bahwa bimbingan orang yang lebih tua sangat dibutuhkan oleh remaja sebagai acuan remaja dalam berperilaku. Konsistensi orangtua dalam menerapkan disiplin dan menanamkan nilai-nilai kepada remaja dan sejak masa kanak-kanak di dalam keluarga akan

menjadi panutan bagi remaja untuk dapat mengembangkan perilaku positif. Hal ini juga diperkuat oleh studi Dian (2010) yang menyatakan bahwa perilaku ketidakpatuhan anak remaja disebabkan oleh ketidakkonsistenan pola asuh orang tua itu sendiri yang diwujudkan dalam aturan keluarga.

Orang tua dengan melakukan komunikasi dua arah dapat mengetahui pandangan-pandangan dan kerangka berpikir anaknya, dan sebaliknya anak-anak dapat mengetahui hal yang diinginkan orang tua. Komunikasi dua arah akan membantu menumbuhkan sikap saling menghargai, menerima perubahan, meningkatkan harga diri dan sikap terbuka remaja. Sebaiknya remaja tersebut diajak untuk berbicara dari hati ke hati dan dalam suasana yang santai, bahkan tak ada salahnya apabila dalam pembicaraan tersebut sesekali diselingi juga dengan gurauan ringan. Suasana demokratis dalam rumah tangga perlu diciptakan, semua anggota keluarga bisa mengemukakan pendapatnya, tanpa harus merasa malu apalagi takut dengan anggota keluarga lainnya, terutama kepada orang tua. Dari hasil analisis data yang telah dilakukan Dyah (2010) diperoleh nilai korelasi antara persepsi komunikasi orangtua-remaja dengan konsep diri sebesar 0,416 dengan p sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup kuat antara persepsi komunikasi orangtua-remaja dengan konsep diri pada remaja.

3. Perbedaan Perubahan Perilaku Adaptif Remaja Sebelum Dan Setelah Perlakuan

Berdasarkan hasil uji statistik wilcoxon diperoleh nilai p value 0,001 yang berarti terdapat pengaruh optimalisasi dukungan keluarga yang signifikan terhadap peningkatan perilaku adaptif remaja. Bentuk dukungan keluarga yang dimaksud berupa dukungan material, emosional dan informasional sesuai pendapat Friedman (2003). Keluarga merupakan lingkungan utama dalam menyiapkan anak remaja menghadapi masa pubertas. Proses pembentukan kepribadian anak remaja dapat dilakukan dengan memberikan dukungan material, emosional dan informasional sebagai salah satu bentuk tugas perkembangan keluarga. Kurangnya komunikasi, keakraban, keterbukaan dan perhatian dalam keluarga akan mengganggu dalam proses pembentukan perilaku anak remaja (Gunarsa, 2005).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Gerungan (2003) terdapat 63% remaja nakal terjadi akibat tidak berjalannya proses komunikasi keluarga kepada remajanya.

Hasil penelitian Herien (2003) menunjukkan pola pengasuhan yang mengekang mengakibatkan psikologi remaja menjadi tertekan, sedih, tidak percaya diri, mendendam, dan cenderung memberontak. Sikap pengendalian yang diungkapkan remaja sesuai dengan pernyataan Soetjiningsih (2004) bahwa seringkali orang tua terlalu *overprotective* pada anak remaja dan tidak memberikan kesempatan untuk bergaul dengan temannya. Peran keluarga sangat penting sebagai wahana untuk mentransfer nilai-nilai dan sebagai agen transformasi kebudayaan (Pardede, 2002). Studi yang dilakukan Stuart (2002) menunjukkan bahwa remaja yang diberikan kesempatan bergaul dengan temannya secara bertanggung jawab lebih mampu berkomunikasi dengan baik dibanding remaja yang dikekang. Dyah (2010) menemukan bahwa apabila keluarga tidak memperhatikan kemampuan komunikasi remaja, maka dapat terjadi gangguan proses komunikasi remaja. Orang tua harus memberikan pengertian yang benar tentang seksualitas.

Kemampuan remaja dalam mengambil keputusan belum didasarkan pada pemikiran yang luas. Pengawasan orang tua dilakukan dengan tujuan agar anak remaja tidak berperilaku yang bertentangan dengan norma masyarakat. Namun demikian, orang tua perlu mengingat bahwa anak remaja membutuhkan kemandirian, sehingga pengawasan yang dilakukan seharusnya tidak berlebihan, misalnya ketika anak akan bermain, maka orang tua cukup membuat kesepakatan waktu pulang anaknya. Orang tua dalam memberikan kebebasan kepada anak remaja harus diikuti dengan menanamkan rasa tanggung jawab remaja. Setiap keputusan remaja akan membawa konsekuensi positif dan negatif. Berbagai alternatif konsekuensi yang timbul dari keputusan remaja seharusnya didiskusikan orang tua dengan anak remajanya.

Keluarga dituntut untuk memenuhi kebutuhan sosial remaja yang menjalani masa pubertas dengan memberikan kebebasan bergaul dengan teman sebayanya. Sikap orangtua yang tidak lagi menganggap remaja sebagai anak kecil tapi memberikan kebebasan untuk bergaul menumbuhkan perasaan mandiri bagi

remaja. Selain itu, apabila keluarga mengizinkan anak remajanya untuk bergaul, mereka akan mendapatkan pengalaman tentang cara-cara berkomunikasi dengan temannya. Selama proses pergaulan terjadi pembelajaran bagi remaja untuk berkomunikasi. Apabila tidak terpenuhi, maka dapat terjadi gangguan pada proses komunikasi interpersonal remaja. Keluarga seharusnya memberikan penjelasan secara adekuat mengenai perubahan masa pubertas, permasalahan dan cara mengatasinya sejak dini kepada anak-anaknya.

Perhatian orangtua, kasih sayang dan pengertian orangtua dalam menghadapi sikap remaja akan membantu remaja mencapai kematangan emosi yang stabil. Dimasa krisis ini, orangtua harus bisa menciptakan situasi yang kondusif bagi pertumbuhan remaja seperti memberi rasa aman, menciptakan suasana yang harmonis dan ceria di rumah dan menjalin hubungan mesra dengan remaja dengan berperan sebagai sahabat. Semua faktor ini sangat menentukan keberhasilan remaja mengarungi masa-masa sulit dan krisis selama menjalani masa pubertas. Situasi yang kondusif diperlukan untuk membentuk perilaku anak.

Agustiani (2006) bahwa bentuk dukungan material keluarga yang dapat dilakukan adalah dengan menyediakan pembalut wanita dan keperluan kecantikan, misalnya kosmetik, baju dan parfum. Sedangkan salah satu bentuk dukungan material kepada anak laki-laki adalah alat komunikasi. Dukungan bagi remaja laki-laki dapat juga berupa pemberian uang saku untuk kebutuhan baju. Berdasarkan tingkat perekonomian keluarga yang sebagian masih tergolong rendah, ternyata keluarga tetap memberikan dukungan material. Hal ini tidak sesuai dengan pernyataan Yusuf (2009) yang menyatakan bahwa rendahnya dukungan material keluarga disebabkan oleh rendahnya faktor ekonomi. Meskipun tingkat ekonomi keluarga yang masih rendah, namun orang tua tetap menyediakan pembalut wanita. Hal ini tetap dilakukan keluarga, karena harga pembalut yang tidak mahal dan mudahnya membeli di warung-warung terdekat.

Remaja yang menjalani masa pubertas mengalami emosi yang labil, sehingga mudah marah, mudah stres dan mudah tersinggung. Keluarga mempunyai tanggung jawab dengan memberikan dukungan emosi yaitu membantu menyelesaikan permasalahan remaja dan mengatasi emosinya yang

labil. Pada penelitian ini, bentuk dukungan emosional keluarga dilakukan dalam bentuk menasehati dan memahami. Menurut ungkapan remaja, kedua bentuk dukungan tersebut lebih diperankan oleh ibunya. Hal ini dimungkinkan pada kenyataan bahwa peran seorang ayah yang mencari nafkah untuk keluarganya, sehingga waktu yang diberikan terhadap anak-anaknya relatif lebih sedikit dibanding ibunya. Kesimpulan peneliti ini didukung oleh pernyataan Friedman (2003) bahwa peran ayah dalam keluarga adalah pencari nafkah, sedangkan peran seorang ibu lebih dominan mengasuh anak.

Remaja yang menjalani masa pubertas masih mempunyai keadaan emosi yang menggejolak. Remaja ini sangat sensitif dan akan sangat mudah tersinggung, apabila tidak cocok dengan harapan. Tantangan bagi keluarga adalah menyikapi perubahan emosional remaja pubertas ini dengan sikap tidak boleh terlalu keras dan juga tidak boleh diacuhkan. Apabila perlakuan keluarga dilakukan secara keras, maka remaja berpotensi memberontak. Disisi lain, apabila perlakuan keluarga yang acuh akan menimbulkan perilaku negatif bagi remaja. Kenyataan inilah yang menjadi dasar pernyataan para ahli bahwa tugas perkembangan keluarga yang tersulit adalah pada tahap perkembangan remaja yang sedang menjalani masa pubertas (Pardede, 2002).

Salah satu tanggung jawab keluarga terhadap anaknya adalah membentuk perilaku anak. Remaja dalam studi kualitatif Triyanto (2011) mengungkapkan bahwa terdapat empat cara yang dilakukan keluarga dalam menegakkan aturan yaitu mengarahkan, mengingatkan, memberi contoh dan sebagian yang lain dengan paksaan. Orang tua yang menggunakan cara mengarahkan, mengingatkan dan memberi contoh merupakan cara demokratis yang memungkinkan remaja untuk menerimanya dan menjalankan aturan dengan sepenuh hati. Cara menegakkan aturan keluarga yang digunakan orang tua sangat dipengaruhi oleh karakter dan kesibukan orang tua tersebut. Remaja harus diarahkan agar mereka mampu bersikap positif dari aturan keluarga disaat orang tua melakukan pengembangan karir. Disisi lain, orang tua yang mempunyai karakter keras akan menerapkan aturan dengan sikap otoriter yaitu paksaan. Namun demikian, adakalanya memang orang tua harus dengan cara paksaan, ketika si anak remaja setelah dengan kooperatif tidak dapat dilakukan. Peran keluarga seperti ini

menjadi sangat penting sebagai wahana untuk mentransfer nilai-nilai dan sebagai agen transformasi kebudayaan (Pardede, 2002). Sarwono (2008) menambahkan bahwa keluarga merupakan tempat menyerap nilai-nilai, norma, sikap dan bimbingan pada masa krisis yaitu masa pubertas.

Tidak diragukan lagi bahwa keluarga memegang peranan penting dalam pembentukan pribadi remaja dan menentukan masa depannya. Mayoritas remaja yang terlibat dalam kenakalan biasanya berasal dari keluarga yang tidak harmonis, dimana pertengkaran ayah dan ibu menjadi santapan sehari-hari remaja. Bapak yang otoriter, pemabuk, suka menyiksa anak, atau ibu yang acuh tak acuh, ibu yang lemah kepribadian dalam arti kata tidak tegas menghadapi remaja, kemiskinan yang membelit keluarga dan kurangnya nilai-nilai agama yang diamalkan. Kenyataan itu menjadi faktor yang mendorong remaja melakukan kenakalan (Wong, 2003). Keluarga menjadi tempat belajar remaja agar tidak menjadi pribadi yang egois. Remaja diharapkan dapat berbagi dengan anggota keluarga yang lain. Individu belajar untuk menghargai hak orang lain dan cara penyesuaian diri dengan anggota keluarga, mulai orang tua, kakak, adik, kerabat maupun pembantu. Lingkungan keluarga, individu mempelajari dasar dari cara bergaul dengan orang lain yang biasanya terjadi melalui pengamatan terhadap tingkah laku dan reaksi orang lain dalam berbagai keadaan. Biasanya yang menjadi acuan adalah tokoh orang tua atau seseorang yang menjadi idolanya. Oleh karena itu, orangtua dituntut untuk mampu menunjukkan sikap-sikap yang mendukung dengan cara memberi suri tauladan. Dalam hasil interaksi dengan keluarganya individu juga mempelajari sejumlah adat dan kebiasaan dalam makan, minum, berpakaian, cara berjalan, berbicara, duduk dan lain sebagainya. Selain itu dalam keluarga masih banyak hal lain yang sangat berperan dalam proses pembentukan kemampuan penyesuaian diri yang sehat, seperti rasa percaya pada orang lain atau diri sendiri, pengendalian rasa ketakutan, toleransi, kerjasama, keeratan, kehangatan dan rasa aman karena semua hal tersebut akan berguna bagi masa depannya.

Commented [D6]: Kalimat ini lebih condong sebagai asumsi

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku remaja yang termasuk kategori adaptif semakin meningkat dari 60% menjadi 97% setelah diberikan perlakuan optimalisasi dukungan keluarga. Kesulitan orang tua dalam memberikan dukungan kepada anak remaja yang ditemukan selama penelitian ini adalah ketika mengarahkan untuk belajar, menjalin komunikasi terbuka, dan menghadapi emosi remaja. Terdapat pengaruh optimalisasi dukungan keluarga yang signifikan terhadap peningkatan perilaku adaptif remaja.

Saran peneliti berdasarkan hasil penelitian ini adalah remaja agar selalu meningkatkan kemampuan adaptasi secara positif selama menjalani masa pubertas dengan berusaha untuk memperkuat kontrol emosi, menggunakan waktu bermain dengan belajar, bersikap patuh terhadap orang tua, lebih terbuka dengan orang tua, bergaul secara positif dan meningkatkan prestasi di sekolah. Orang tua yang memiliki anak remaja hendaknya selalu meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap dengan cara berkonsultasi kepada tenaga kesehatan dalam melaksanakan dukungan keluarga kepada anak remaja. Keluarga seharusnya memberikan penjelasan secara adekuat mengenai perubahan masa pubertas, permasalahan dan cara mengatasinya sejak dini kepada anak-anaknya. Pihak sekolah seharusnya selalu bersama-sama dengan orang tua dalam membentuk perilaku adaptif siswa remaja agar tercapai tujuan pendidikan di sekolah.

Commented [D7]: Saran tidak wajib

Daftar Pustaka

- Allen, J., Insabella, G. M., & Porter, M. R. (2006). A social interaction model of the development of depressive symptoms in adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(1), 55-65
- Antono, A. (2006). Hubungan Perilaku Seks Pra Nikah Remaja dengan Tingkat Ekonomi Keluarga di Baturaden Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 1(1), 19-30
- Arintha, S. (2009). Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Pubertas Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 4(1), 73-85
- Astuti, S. (2007). Pendidikan Seks Anak dalam Keluarga. Media Informasi Penelitian Kesejahteraan Sosial. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 2(1), 10-21
- Devi, N. (2009). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Pubertas Pada Siswi Kelas VII Di SMP N 2 Sidoharjo Sragen. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 4(2), 101-112
- Dian, P. (2010). *Pola Asuh Dalam Keluarga Dapat Membentuk Perilaku Remaja : Studi Kasus*. Surabaya : Universitas Airlangga.

- Dyah, U. (2010). Hubungan Antara Persepsi Komunikasi Orangtua-Remaja Dengan Konsep Diri Remaja. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 5(1), 1-13
- Evita, P. (2012). Studi Karakteristik Remaja Pubertas. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(2), 72-84.
- Friedman, M., (2003). *Keperawatan Keluarga : Teori dan Praktik*. Edisi III. Jakarta : EGC.
- Gerungan, R. (2006). *A Textbook of Children and Young People Nursing* China : Churchill Livingstone Elsevier.
- Gunarsa, & Singih D. (2005). *Psikologi Perawatan Remaja*. Jakarta : BPK Gunung Mulia.
- Guyton, C. (2006). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 7. Jakarta : EGC.
- Hanifah, L. (2000). Faktor yang Mendasari Hubungan Seks Pra Nikah Remaja : studi kualitatif di PKBI Yogyakarta 2000. *Media Publik*, 2(1), 14-26
- Herien, S. (2003). Hubungan Pola Asuh Dengan Psikologis Remaja. Tesis. Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Haque, A., & Faizunnisa, M. (2008). Access to Reproductive Health Information in Punjab and Sindh Pakistan: The perspectives of adolescents and Parents. Dakses dari <http://www.who.int/reproductivehealth/publication>
- Hurlock, & Elizabeth B., (2004). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Manusia*. Yogyakarta : Erlangga.
- Karisma, R. (2010). Hubungan Antara Pola Asuh Otoriter Orang Tua Dengan Kompetensi Sosial Pada Remaja. Tesis. Universitas Airlangga. Surabaya
- Kristina, A. (2006). Gaya Berdandan Remaja Surabaya : Study Etnografi Pada Remaja SMA Negeri 2 Surabaya. *Mandala*, 2(1), 29-42
- Kurniadarmi, E. (2005). Perilaku Agresif pada Anak Usia Sekolah dan Remaja Awal : Studi kualitatif. *Mandala* 1(2), 112-124
- Maryam, S. (2002). Pengaruh *Self Esteem*, Karakteristik Keluarga, Karakteristik Individu, *Peer Group* terhadap Prosocial Remaja SMU Kota Bogor. Tesis. Universitas Indonesia. Depok.
- Mulyadi, B. (2008). Pengalaman Anak Jalanan Laki-laki dalam Menjalani Masa Puber di Pancoranmas Kota Depok : Studi Fenomenologi. Tesis. Universitas Indonesia. Depok.
- Nami, U. (2009). Hubungan Tingkat Stres Dan Kebersihan Diri Dengan Kejadian Akne Vulgaris Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 4(2), 134-143
- Neis & McEwen. (2001). *Community Health Nursing : Promoting The Health of Populations*. USA: WB Saunders.
- Pardede, N. (2002). *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta : Sagung Seto.
- Ramanda, R., (2003). Disfungsi Keluarga Dan Kebiasaan Remaja Kabur Dari Rumah. Tesis. Universitas Airlangga. Surabaya
- Santrock, John W., (2003). *Perkembangan Remaja*. Jakarta : Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2008). Survey Perilaku Remaja di Baturaden Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 3(2), 112-118
- Schickedanz, J.A. (2011). *Understanding Children and Adolescents*. Boston : Allyn and Bacon.
- Schad, M.M., Szvedo, D.E., Antonishak, J., Hare, A., & Allen, J.P. (2008). The Broader Context Of Relational Aggression In Adolescent Romantic

- Relationships: Predictions From Peer Pressure And Links To Psychosocial Functioning. *Journal of Youth and Adolescence*, 3 (3), 346-358
- Soetjiningsih, R., Suraatmaja, R., & Pangkahila, F. (2004). *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Stain, S. (2004). Adolescent Girls Perspective Of Family Interactions Related To Menarche And Sexual Health. Michigan State University Collage of Nursing, East Lansing. *Qualitative Health Research*, 4(2), 192-204.
- Stuart, S. (2002). Adolescent Health and Development. *Journal of Adolescent*, 2(1), 191-205
- Teresia, N. (2010). Hubungan Antara Kecerdasan Intrapersonal Pada Remaja Dengan Efektifitas Komunikasi. Tesis. Universitas Indonesia. Depok.
- Triyanto, E. (2010). Pengalaman Remaja Menjalani Masa Pubertas : Studi Fenomenologi. *Jurnal Ners*, 5(2), 181-195
- Triyanto, E. (2011). Dukungan Keluarga Yang Diperlukan Remaja Selama Menjalani Masa Pubertas. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 6(2), 122-137.
- Wahyu P., (2005). Pengalaman Perempuan PSK di Baturaden Purwokerto : Studi Fenomenologi. Tesis. Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta
- Weis, M., (2000). Risk and Protective Factors Affecting Adolescent Reproductive Health in Developing Countries. *Journal of Teenagers*, 2(2), 276-289
- Wong, A. (2003). *Nursing Care of Infants and Children*. Canada : Mosby Elsevier.
- Yusuf, Syamsul. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung : PT Remaja Rosda Karya.