

Peran Konselor dalam Memberikan Pemahaman Pubertas Melalui Layanan Orientasi di SMPN 02 Kota Jambi

Dinny Rahmayanty^{1*}, Siti Aisah², Exsa Artita³, Windi Afriyani⁴

^{1,2,3,4}Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Oct 26, 2023

Revised Nov 27, 2023

Accepted Dec 04, 2023

Keywords: *orientation service, puberty, the role of counselors.*

Abstract

Purpose: The purpose of this service is so that every student is able to have an understanding regarding puberty and can benefit from the material that has been introduced through orientation services. **Methodology:** The achievements of this activity are reports and documentation of the implementation of orientation services dedicated to the Faculty of Teaching and Education, University of Jambi.

Findings: This devotional article discusses the role of counselors through orientation services in providing an understanding of puberty to SMPN 02 Jambi City students. This is done because there are many teenagers who do not understand the developments that occur in the body during puberty and PLK-PLS Guidance and Counseling students at PKBI Jambi Region are moved to carry out these activities. As that student guidance and counseling out the duties of a counselor at school. With orientation services, it is hoped that students' understanding of puberty will be created.

This is an open-access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Dinny Rahmayanty

Universitas Jambi, Jambi, Indonesia.

E-mail: dinnyrahmayanty@unja.ac.id

A. Pendahuluan

Masa pubertas merupakan suatu proses alamiah dalam tahapan tumbuh kembang manusia, dari usia anak-anak menuju usia dewasa, yang ditandai dengan adanya perubahan-perubahan fisik, psikologis dan sosial secara signifikan pada diri individu perubahan dipengaruhi oleh sejumlah faktor *neuroendokrin* yang kompleks faktor tersebut bertanggung jawab terhadap awitan dan menuju manuritas seksual yang sempurna. Usia individu yang memasuki fase ini disebut juga dengan remaja, usia anak yang mengalami masa pubertas bervariasi namun umumnya perempuan lebih awal mengalami masa pubertas dibandingkan laki-laki.

Menurut World Health Organization, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19, dan masa remaja terbagi atas masa remaja awal (*early adolescence*) berusia 10-13 tahun, masa remaja tengah (*middle adolescence*) berusia 14-16 tahun dan masa remaja akhir (*late adolescence*) berusia 17-19 tahun.¹ Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10- 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Pubertas prekoks ialah ciri-ciri seks sekunder yang terjadi sebelum usia 8 tahun pada anak perempuan dan sebelum 9 tahun pada anak laki-laki.

Masa puber (pubertas) adalah periode yang unik dan khusus yang ditandai oleh perubahan dan perkembangan tertentu yang tidak terjadi dalam tahap-tahap lain dalam kehidupan seorang remaja, termasuk di dalam hal adalah pola berkomunikasi para remaja.² Kata pubertas berasal dari kata lain yang berarti usia kedewasaan. Kata ini lebih menunjuk pada perubahan fisik dari pada perubahan perilaku yang terjadi pada saat individu secara seksual menjadi matang dan mampu memberikan keturunan. Menurut Ahli Yunani Kuno, masa puber dikenal sebagai saat terjadinya perubahan-perubahan fisik dan perilaku. Lebih lanjut diungkapkan bahwa anak perempuan yang sedang puber: mudah marah, penuh gairah, sangat rajin dan selalu memerlukan pengawasan karena berkembangnya dorongan-dorongan seksual.

Remaja merupakan salah satu periode penting dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat perilaku, dan juga pola pikir.³ Remaja sangat rentan sekali mengalami masalah psikososial yaitu masalah psikis atau kejiwaan yang timbul sebagai akibat terjadinya perubahan sosial. Pengaruh arus globalisasi dan juga lingkungan akan sangat berdampak pada mentalitas dan juga moralitas individu tersebut. Seorang remaja yang dapat membedakan dan menjaga dirinya dari segala hal yang dapat membuatnya terjerumus dalam banyak hal negatif dalam masa remaja.

Ciri-ciri perubahan tubuh yang umum pada masa pubertas yang terjadi pada perempuan biasanya tumbuhnya bulu di bagian tertentu, payudara membesar, pinggul mulai mengembang dari biasanya, dan menstruasi. Sedangkan pada laki-laki kulit berminyak, suara berubah, tumbuhnya bulu di bagian tertentu, ejakulasi biasanya terjadi

¹ WHO, "More Than 1,2 Million Adolescents Die Every Year, Nearly All Preventable," 2015.

² IDAI, "Kesehatan Anak Dan Remaja," 2013.

³ Cut Nya Dhin, "Pembinaan Anak Pada Masa Pubertas Menurut Pendidikan Islam," *Jurnal Ilmiah Didaktika* 14, no. 1 (August 1, 2013), <https://doi.org/10.22373/jid.v14i1.492>.

mimpi basah pada laki-laki.⁴ Pada kehidupan seseorang pasti akan mengalami masa pubertas. Masa pubertas merupakan masa yang sangat sensitif di mana anak-anak mulai menempuh masa remaja dan pada masa ini juga termasuk masa kecemasan dalam kehidupan seseorang. Faktor yang penting membedakan masa ini yaitu kekuatan tubuh, pemikiran serta perubahan cara berpikir dan dalam bersikap menghadapi hal-hal yang baru.⁵

Anak yang sedang mengalami masa pubertas akan banyak sekali masalah yang akan dihadapinya karena perubahan tubuh yang juga banyak terjadi pada dirinya bahkan sangat banyak anak yang merasa kesulitan menjalani masa-masa ini. Mereka akan dihadapi masalah-masalah baru seperti kegelisahan karna banyak keinginan yang tidak terpenuhi, pertentangan dengan orang lain tentang keinginan yang tidak sesuai dengan harapan, dan banyak ingin mencoba hal-hal baru.

Permasalahan yang dihadapi seperti malu dan khawatir pada perubahan fisiknya. Pada masa pubertas selain perubahan fisik dan psikis, terdapat juga perubahan intelektual yang dipengaruhi oleh perkembangan kognitif. Pada masa ini merupakan periode operasi formal. Anak remaja seharusnya mampu berpikir logis untuk semua jenis masalah hipotesis, masalah verbal, dan dapat menggunakan penalaran ilmiah juga dapat menerima pandangan orang lain, tetapi beberapa remaja belum mencapai kemampuan dalam berpikir logis tersebut karena berbagai faktor.⁶

Remaja pada masa pubertas dengan berbagai perubahan tersebut berpotensi menghadapi berbagai situasi kritis. Permasalahan biologi, remaja mengalami kebingungan perubahan fisik seperti mengalami *problem body image*, *selfesteem* rendah, dan tidak percaya diri. Kedua terkait perkembangan sosial di masa pubertas, remaja juga terlibat dalam *body shaming*.⁷ Seperti kasus seorang remaja berumur 15 tahun di Batam yang tewas diduga dipukul temannya sendiri yang merupakan korban *bully body shaming*. Pelaku emosi ketika *dibully* lalu memukul kepala temannya yang melakukan *bullying*. Korban langsung koma usai dipukuli hingga beberapa hari dirawat di rumah sakit dan berakhir dengan meninggal dunia. Terkait dengan intelektual, yaitu remaja sulit memutuskan tindakan yang terpuji dan tercela. Misalnya mengkonsumsi minuman keras, hamil di luar nikah dan menonton

⁴ Nurhasanah Leni, "Kenakalan Remaja Dalam Perspektif Antropologi," *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 4, no. 1 (July 1, 2017): 23–34, <https://doi.org/10.24042/kons.v4i1.1392>.

⁵ Tati Nurhayati, "Perkembangan Perilaku Psikososial Pada Masa Pubertas," 2016.

⁶ Nungki Anditiasari and Nuriana Rachmani Dewi, "Analisis Teori Perkembangan Kognitif Piaget Pada Anak Usia 11 Tahun Di Brebes," *Mathline: Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika* 6, no. 1 (April 12, 2021): 97–108, <https://doi.org/10.31943/mathline.v6i1.177>.

⁷ Andi Riswandi Buana Putra, "Peran Guru Bimbingan Konseling Mengatasi Kenakalan Remaja Di Sekolah," *Pedagogik: Jurnal Pendidikan* 10, no. 1 (March 3, 2015): 32–39, <https://doi.org/10.33084/pedagogik.v10i1.597>.

video porno. Hal ini sesuai dengan pendapat Sunarwiyati yang menyatakan bahwa remaja dapat melakukan kenakalan yang bersifat kenakalan biasa, kenakalan yang menjurus pada pelanggaran dan kejahatan, serta kenakalan khusus.⁸ Saat ini banyak anak-anak kurang pemahaman terhadap masa pubertas yang mana mereka mengira masa pubertas masa dewasa mereka yang boleh melakukan apa saja yang mereka inginkan, sehingga tanpa mereka sadari mereka telah terjerumus pada pergaulan bebas. Belakangan banyak juga remaja yang mengidap HIV/AIDS, hamil di luar nikah dan lain sebagainya.

Masa pubertas merupakan tantangan yang begitu besar dan berpengaruh terhadap kehidupan seorang remaja, apalagi keberagaman pada masa remaja.⁹ Masa pubertas sendiri memiliki implikasi terhadap perilaku seorang anak-anak pada masa Sekolah Menengah Pertama (SMP) khususnya dalam perilaku keagamaan. Dapat kita lihat pemahaman tentang pubertas anak-anak SMP khususnya siswi perempuan akan sangat berpengaruh.¹⁰

Dengan masalah yang dihadapi remaja pada masa pubertas, sangat penting bagi remaja untuk dibekali pengetahuan agar bisa melewati masa-masa sulit pubertas. Untuk mengatasi hal itu, konselor memberikan layanan Orientasi untuk siswa-siswi SMP N 2 Kota Jambi. Layanan orientasi adalah layanan yang dilakukan untuk memperkenalkan kepada siswa baru atau seseorang terhadap lingkungan ataupun suasana baru yang akan dilaluinya. Layanan orientasi memberikan pengetahuan yang baru bagi peserta didik. Dalam hal ini konselor berupaya untuk memberikan atau mengamalkan masalah pubertas kepada siswa, guna memberi bekal dan cara menghadapi masalah pubertas yang akan terjadi pada siswa.¹¹

B. Metode

Pelaksanaan Penelitian kepada Masyarakat (PkM) dilakukan di SMPN 02 Kota Jambi dengan Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling sebagai pemberi materi dan siswa-siswi kelas VIII sebagai peserta kegiatan. Materi yang disampaikan dalam rangka memberikan pemahaman pubertas kepada para siswa, dengan lingkup kegiatan dalam pelaksanaan layanan orientasi yang diberikan oleh para mahasiswa PLK-PLS di PKBI Daerah Jambi sebagai bentuk pelaksanaan program kegiatan yang telah dirancang oleh para mahasiswa.

⁸ Prima Dewi Kusumawati, "Edukasi Masa Pubertas pada Remaja," *Journal of Community Engagement in Health* 1, no. 1 (March 22, 2018): 14–16, <https://doi.org/10.30994/10.30994/vol1iss1pp16>.

⁹ Nunung Unayah, "Fenomena Kenakalan Remaja Dan Kriminalitas," *Sosio Informa* 1, no. 2 (March 4, 2016), <https://doi.org/10.33007/inf.v1i2.142>.

¹¹ Prayitno dan Erman Amti, "Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling," 2013.

Metode Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode pendidikan masyarakat. Adapun tahapan kegiatan dapat dilihat pada tahapan dari rangkaian kegiatan tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut: a) persiapan, tahapan ini dimulai dengan analisa situasi, membuat kerja sama dengan mitra, dan merancang kegiatan. Kerja sama dilakukan dengan pihak sekolah tingkat menengah yang ada di wilayah Kota Jambi . Tujuan dari tahapan ini ialah mendiskusikan program kegiatan dan memberikan Layanan yang tepat kepada target dari kegiatan pengabdian ini. b) implementasi, Tim pengabdian melaksanakan kegiatan sosialisasi secara tatap muka atau luar jaringan (luring). Kegiatan Layanan Orientasi dilakukan dengan memaparkan materi secara langsung menggunakan *power point* materi berkaitan dengan pubertas. c) penyusunan laporan, Pada langkah ini, hasil kegiatan dilaporkan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi selaku pengelola kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

C. Hasil dan Pembahasan

Terdapat tiga tahapan inti dalam pengabdian masyarakat ini, yaitu persiapan, implementasi, dan pelaporan. Seluruh proses ini telah dilaksanakan dengan baik. Tahap persiapan diawali dengan mempersiapkan segala urusan surat-menyurat dan persiapan dokumen kunjungan seperti surat tugas dan bukti kunjungan. Disertakan juga kuesioner *Pretest* dan *Posttest* yang akan digunakan pada hari pelaksanaan kegiatan layanan orientasi Di SMPN 02 Kota Jambi. Pada tahap ini juga dilakukan rapat dengan Koordinator Divisi Respond PKBI Daerah Jambi dan mempersiapkan aktivitas kunjungan ke sekolah-sekolah. Kunjungan ini bertujuan untuk menjalin kerja sama dengan pihak sekolah agar sekolah menginstruksikan siswanya secara resmi untuk mengikut kegiatan Layanan Orientasi. Dokumentasi sebagian ketika ke salah satu kelas di SMPN 02 Kota Jambi dapat dilihat pada Gambar 1.





Gambar 1. Dokumentasi kunjungan sekolah (a) Siswa Kelas VIII G SMPN 02 Kota Jambi (b) Mahasiswa PLK-PLS BK Di depan Kantor Guru SMPN 02 Kota Jambi (c) Foto bersama Anak Kelas VIII G (d) Mahasiswa PLK-PLS BK selepas Kunjungan

Implementasi kegiatan ini dilakukan pada hari Selasa tanggal 21 November 2022 mulai pukul 08.00 WIB hingga pukul 12.00 WIB. Kegiatan Layanan Orientasi dilakukan secara luring Di SMPN 02 Kota Jambi. Peserta dari kelas VIII G adalah sebanyak 37 orang yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Mayoritas peserta berumur 13 dan 14 tahun. Namun pada saat pelaksanaan kegiatan dihadiri oleh 28 peserta. Selanjutnya hasil kegiatan dilaporkan kepada Koordinator Respond PKBI Daerah Jambi dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi.

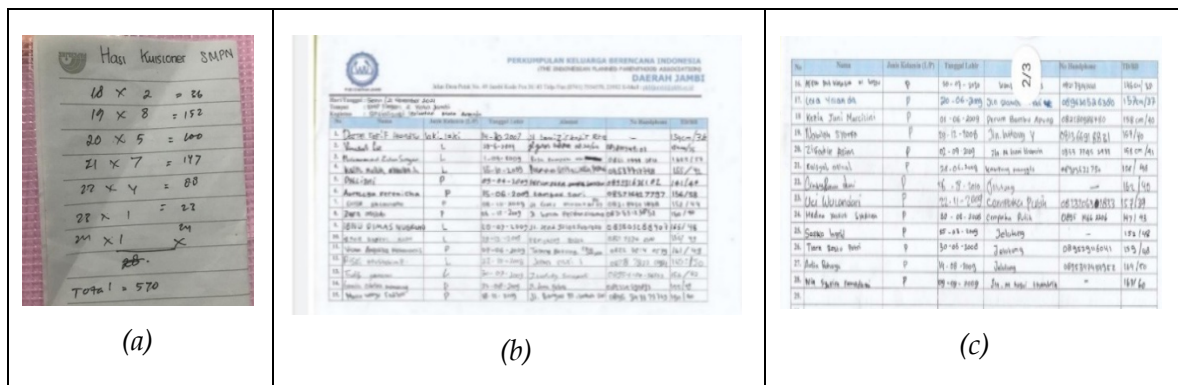
Adapun materi yang dipaparkan dalam kegiatan layanan orientasi ini ialah tentang sosialisasi orientasi masa remaja "Pubertas" dan pengenalan masa remaja kepada siswa. Pubertas adalah suatu proses alamiah dalam tahapan tumbuh kembang manusia, dari usia anak-anak menuju dewasa, yang ditandai dengan adanya perubahan-perubahan fisik, psikologis dan sosial secara signifikan pada diri individu, usia individu yang memasuki fase ini disebut juga dengan remaja. Tahapan pubertas terdiri dari tahap pra puber, tahap puber dan tahap pasca puber, ciri-ciri pubertas pada laki-laki dan perempuan masing-masing terfokus pada kondisi emosional remaja, ovaries pada perempuan, dan testicles pada laki-laki, serta aturan-aturan pada masa pubertas sebagai norma hidup. Pentingnya materi ini adalah untuk membentuk kesadaran tentang sejauh mana masa remaja yang sudah berkembang di masa SMP dan hal yang terjadi ketika masa remaja terkait pubertas.

Dokumentasi implementasi kegiatan Layanan Orientasi dapat dilihat pada Gambar 2 berikut ini:



Gambar 2. Dokumentasi implementasi kegiatan (a) Pembukaan oleh Dekan FTI; (b) Paparan materi 1; (c) Paparan materi 2; (d) Pembagian doorprize

Pada akhir kegiatan diberikan formulir daftar hadir yang sekaligus berisi Kuisisioner singkat bagi peserta terhadap kegiatan layanan orientasi yang telah dilaksanakan. Hasilnya dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Hasil survei (a) Perhitungan Kuisisioner (b) Daftar Hadir Peserta kegiatan layanan Orientasi (c) lanjutan Daftar Hadir

Berdasarkan Gambar 5 (a) dapat disimpulkan bahwa peserta mendapatkan hasil kuisisioner yang mencapai angka 570 atau sangat baik dan merasa antusias terhadap rangkaian kegiatan yang diberikan, peserta juga menyatakan banyak mendapat ilmu yang baru perihal masa remaja dan pubertas sehingga ilmu yang didapat ini dapat menjadi bekal dalam menjalani masa remaja yang sekarang sedang mereka hadapi. Pada Gambar 5(b) ditampilkan sebanyak 15 peserta yang hadir dan. Selanjutnya pada Gambar 5(c), sebanyak 28 peserta yang hadir pada kegiatan layanan orientasi tersebut. Hasil kuisisioner

yang relatif besar ini mengkonfirmasi bahwa paparan materi kegiatan pengabdian telah tersampaikan dengan baik kepada peserta sehingga tujuan pengabdian telah tercapai, yaitu mengenalkan informasi dan pengetahuan mendasar tentang masa remaja "pubertas" sehingga menjadi bekal bagi para remaja untuk memilih dan memilah ketika akan melakukan sesuatu hal yang berkaitan dengan tubuhnya di masa depan.

D. Kesimpulan

Tujuan kegiatan telah tersampaikan dengan baik yang dibuktikan melalui hasil kuisioner dengan sebesar 570, peserta telah dapat mengenali apa saja yang dialami ketika masa remaja "pubertas" dan tindakan yang dapat dilakukan ketika memasuki masa remaja serta hal-hal yang diperhatikan ketika masa remaja tersebut. Keterbatasan waktu persiapan dan kurang tepatnya waktu pelaksanaan (karena terlaksana pada masa jam belajar aktif siswa) dapat menjadi salah satu penyebab peserta yang hadir relatif tidak terlalu banyak. Namun demikian, antusiasme yang ditunjukkan oleh para peserta mengindikasikan kebutuhan para siswa SMP terkait informasi-informasi detail tentang masa remaja "pubertas" yang kedepannya dengan terlaksananya layanan orientasi ini peserta memiliki bekal untuk menjalani masa remaja di masa depan dan tercapainya tugas-tugas perkembangan di masa remaja tersebut nantinya.

E. Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh tim yang telah bekerja keras hingga kegiatan tersebut dapat terlaksana dengan baik

F. Kontribusi Penulis

Terima kasih kepada PKBI Daerah Jambi dan keluarga besar SMPN 02 Kota Jambi berkat kerja samanya.

G. Daftar Pustaka

- Anditiasari, Nungki, and Nuriana Rachmani Dewi. "Analisis Teori Perkembangan Kognitif Piaget Pada Anak Usia 11 Tahun Di Brebes." *Mathline : Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika* 6, no. 1 (April 12, 2021): 97–108. <https://doi.org/10.31943/mathline.v6i1.177>.
- IDAI. "Kesehatan Anak dan Remaja," 2013.
- Kusumawati, Prima Dewi. "Edukasi Masa Pubertas pada Remaja." *Journal of Community Engagement in Health* 1, no. 1 (March 22, 2018): 14–16. <https://doi.org/10.30994/10.30994/vol1iss1pp16>.

- Leni, Nurhasanah. "Kenakalan Remaja Dalam Perspektif Antropologi." *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 4, no. 1 (July 1, 2017): 23–34. <https://doi.org/10.24042/kons.v4i1.1392>.
- Nurhayati, Tati. "Perkembangan Perilaku Psikososial pada Masa Pubertas," 2016.
- Nya Dhin, Cut. "Pembinaan Anak pada Masa Pubertas Menurut Pendidikan Islam." *Jurnal Ilmiah Didaktika* 14, no. 1 (August 1, 2013). <https://doi.org/10.22373/jid.v14i1.492>.
- Prayitno dan Erman Amti. "Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling," 2013.
- Prima Dewi Kusumawati. "Edukasi Masa Pubertas pada Remaja." *Journal of Community Engagement In Health* 1 (2018).
- Putra, Andi Riswandi Buana. "Peran Guru Bimbingan Konseling Mengatasi Kenakalan Remaja Di Sekolah." *Pedagogik: Jurnal Pendidikan* 10, no. 1 (March 3, 2015): 32–39. <https://doi.org/10.33084/pedagogik.v10i1.597>.
- Unayah, Nunung. "Fenomena Kenakalan Remaja an Kriminalitas." *Sosio Informa* 1, no. 2 (March 4, 2016). <https://doi.org/10.33007/inf.v1i2.142>.
- WHO. "More Than 1,2 Million Adolescents Die Evcery Year, Nearly All Preventable," 2015.