

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **II.1 Konsep Remaja**

##### **II.1.1 Definisi Remaja**

Menurut Badan Penanggulangan Bencana Kependudukan dan Keluarga (BKKBN), remaja berusia antara 10-24 tahun dan belum pernah menikah (Kemenkes RI, 2017). Masa remaja diartikan sebagai transformasi dari masa anak menuju dewasa. Namun jika seseorang menikah pada usia remaja, maka ia termasuk dewasa atau bukan lagi remaja. Sebaliknya, jika usia bukan lagi remaja, tetapi masih bergantung pada orang tua (mandiri), mereka termasuk dalam kelompok remaja. Remaja adalah seseorang yang berusia antara 10-19 tahun dan belum menikah. Dapat disimpulkan bahwa remaja adalah warga negara atau penduduk yang termasuk dalam rentang usia 10 sampai 20 tahun, dan masa ini disebut masa transisi dewasa. Jumlah remaja usia 10-24 di Indonesia mencapai 65 juta atau 30% dari total penduduk (Yusfarani, 2020).

Masa remaja juga bisa dikatakan masa ketika seseorang berada dalam masa kritis dan rawan mengalami kegagalan, hal ini akan berdampak besar pada perjalanan hidup, namun jika masa remaja berhasil maka akan membuahkan hasil yang baik. Di tahap kehidupan selanjutnya.(Yusfarani, 2020)

##### **II.1.2 Tahapan Remaja**

Tahap perkembangan pubertas bisa diukur berdasarkan usia. Menurut Erickson, usia pubertas dapat dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal, remaja pertengahan, dan remaja akhir. Pada masa remaja awal, rentang usia remaja berkisar antara 12-15 tahun. Pada pertengahan masa remaja, rentang usia remaja sekitar 15-17 tahun. Pada masa remaja akhir, rentang usia remaja sekitar 18-21 tahun (Agustriyana, 2017).

### II.1.3 Ciri-Ciri Remaja

Masa remaja menjadi masa yang paling sulit bagi remaja dan orang tuanya. Menurut (Saputro, 2018) kesulitan tersebut bermula dari kejadian remaja yang memiliki beberapa perilaku khusus, yaitu:

- a. Remaja mulai mengekspresikan kebebasan mereka dan hak untuk mengungkapkan pendapat mereka. Tak dihindarkan, hal ini menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan membuat remaja jauh dari rumah.
- b. Dibandingkan dengan anak-anak, remaja lebih cenderung dipengaruhi oleh teman sebayanya. Artinya pengaruh orang tua semakin lemah. Remaja berperilaku berbeda dan bersenang-senang, dan bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarga. Contoh umum termasuk model pakaian, gaya rambut, dan kesenangan musik, yang semuanya harus mutakhir.
- c. Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa dalam pertumbuhan dan perilaku seksualnya. Timbulnya emosi seksual bisa menakutkan, membingungkan, dan menjadi sumber rasa bersalah dan frustrasi.
- d. Remaja sering menjadi terlalu percaya diri (*overconfidence*), yang bersama dengan emosi mereka yang biasanya meningkat, menyulitkan orang tua untuk menerima nasihat dan bimbingan orang tua.

Dari berbagai penjelasan di atas, dapatlah dipahami tentang berbagai ciri yang menjadi kekhususan remaja. Ciri-ciri tersebut ialah :

- a. Masa remaja merupakan masa yang penting  
Pada masa remaja, Perkembangan fisik yang pesat dibarengi dengan perkembangan intelektual yang pesat, terutama pada awal pubertas. Semua perkembangan ini telah menciptakan kebutuhan akan adaptasi spiritual dan kebutuhan untuk membentuk perilaku dan minat bakat.
- b. Masa remaja adalah masa peralihan  
Remaja tahap ini bukan lagi anak-anak atau orang dewasa. Jika remaja bertingkah laku seperti anak kecil , mereka akan diajari untuk bertindak sesuai dengan usianya. Di sisi lain, Keadaan remaja yang kreatif ini juga baik karena memberinya waktu untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan perilaku dan karakteristik yang paling cocok untuknya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Derajat perubahan sikap dan perilaku selama remaja sama dengan derajat perubahan fisik. Pada masa remaja awal, ketika perubahan fisik terjadi dengan cepat, perubahan perilaku dan sikap juga mengikuti dengan sendirinya. Jika perubahan fisik menurun, maka perubahan lain seperti sikap dan perilaku juga akan ikut menurun.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap masa perkembangan memiliki masalahnya sendiri, tetapi masalah pubertas biasanya sulit dipecahkan oleh anak laki-laki dan perempuan. Banyak remaja yang tidak dapat menyelesaikan masalah dengan caranya sendiri, sehingga mereka bisa menunjukkan bahwa solusi tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja adalah masa mencari identitas

Pada tahap awal masa remaja, penting bagi anak laki-laki dan perempuan untuk beradaptasi dengan kelompok. Lambat laun, mereka mulai merindukan jati dirinya dan tidak lagi puas menjadi sama dalam segala hal.

f. Masa remaja adalah masa yang tidak realistis

Remaja melihat dirinya dan orang lain sebagai apa yang dia inginkan, terutama dalam hal harapan dan meraih masa depan. Harapan dan ambisius yang tidak realistis ini, tidak hanya untuk mereka tetapi juga untuk keluarga dan teman-temannya. Remaja akan merasa sakit hati dan kecewa ketika orang lain mengecewakan atau gagal mencapai tujuan yang mereka ingin capai..

g. Masa remaja sebagai masa ambang dewasa

Mendekati usia dewasa yang sah, remaja menjadi gugup untuk meninggalkan stereotip remaja dan memberi kesan kepada orang-orang bahwa mereka akan mencapai usia dewasa. Tidaklah membuat merasa cukup dengan berpakaian dan berperilaku seperti orang dewasa. Oleh karena itu, remaja mulai memperhatikan perilaku yang berkaitan dengan status dewasa, yaitu dengan merokok, minum alkohol, menggunakan narkoba, dan melakukan hubungan seks bebas yang mengganggu. Mereka mengira perilaku ini akan memberi mereka citra yang mereka harapkan.

### II.1.4 Tugas dan Perkembangan Remaja

Salah satu periode dalam hidup adalah pubertas. Periode ini merupakan bagian penting dari kehidupan dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat memandu pertumbuhan orang dewasa yang sehat.

Menurut William Kay, sebagaimana dikutip dari (Saputro, 2018) menjelaskan bahwa tugas perkembangan remaja, yaitu :

- a. Menerima perbedaan kondisi fisik dan kualitas.
- b. Mewujudkan kemandirian emosional dari orang tua atau kerabat.
- c. Mengembangkan keterampilan seperti dapat berkomunikasi interpersonal dan bersosialisasi dengan teman sebaya (*peer*) secara individu maupun kelompok.
- d. Mencari panutan untuk menentukan identitasnya.
- e. Menerima diri sendiri dan percayalah pada kemampuan sendiri.
- f. Memperkuat pengendalian diri (kemampuan mengendalikan diri) yang dinilai menurut skala nilai, prinsip dan falsafah kehidupan.
- g. Kemampuan untuk meninggalkan respons dan penyesuaian di masa kecil.

## II.2 Konsep Kesehatan Reproduksi

### II.2.1 Pengertian

Menurut definisi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kesehatan reproduksi adalah keadaan kesehatan fisik, psikologis dan sosial yang komprehensif, bukan hanya tidak adanya penyakit atau kelemahan yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi dan prosesnya. Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) merupakan bagian dari program kesehatan dan keluarga berencana di Indonesia. Program ini secara khusus membahas isu-isu yang berkaitan dengan pernikahan dini, kehamilan yang tidak diinginkan, konsumsi alkohol dan AIDS (Kemenkes RI, 2017).

Masa remaja adalah masa dimana terjadi perubahan dari masa anak menjadi dewasa, tidak hanya secara mental tetapi juga fisik. Bahkan perubahan fisik yang terjadi merupakan gejala utama pertumbuhan pubertas, dan perubahan psikologis tersebut merupakan akibat dari perubahan fisik tersebut. Di antara perubahan fisik,

yang paling berdampak pada perkembangan jiwa pada masa remaja adalah pertumbuhan tubuh, dimulainya fungsi alat reproduksi dan tumbuhnya ciri-ciri seksual sekunder. Berikut perubahan fisik pada remaja :

Pada anak perempuan:

- a. Pertumbuhan tulang badan.
- b. Membesarnya payudara.
- c. Munculnya bulu halus di daerah kemaluan.
- d. Ketinggian badan yang maksimal.
- e. Haid atau menstruasi.
- f. Tumbuhnya rambut pada ketiak.

## **II.2.2 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kesehatan Reproduksi**

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi. Faktor tersebut mayoritas dapat dibagi menjadi empat kelompok yang berdampak tidak baik bagi kesehatan alat reproduksi (Priyatni & Rahayu, 2016), hal itu :

### **a. Faktor Demografis - Ekonomi**

Faktor ini bisa mempengaruhi kesehatan reproduksi yaitu tidak adanya penghasilan, tingkat pendidikan yang rendah, dan ketidaktahuan masalah perkembangan seks dan proses reproduksi. Sementara itu, faktor yang lainnya seperti demografi yang dapat merubah kesehatan reproduksi antara lain akses layanan kesehatan, remaja yang tidak bersekolah, daerah terpencil.

### **b. Faktor Budaya dan Lingkungan**

Faktor ini dapat mempengaruhi adat istiadat dan memicu pada kesehatan reproduksi. Kepercayaan memiliki banyak keturunan akan beruntung, Informasi tentang fungsi reproduksi membuat anak dan remaja bingung karena konflik, pandangan agama, status perempuan, dan ketidaksetaraan gender. Lingkungan tempat dan gaya bersosialisasi, pandangan masyarakat tentang fungsi reproduksi pribadi, hak dan tanggung jawab, dan dukungan atau komitmen.

### c. Faktor Psikologis

Harga diri yang rendah (*“low self esteem“*), tekanan teman sebaya (*“peer pressure“*), kekerasan dalam keluarga / lingkungan sekitar, dan dampak keretakan orang tua dan remaja, depresi akibat ketidakseimbangan hormon, perasaan perempuan tidak berharga terhadap laki-laki, pada dasarnya membeli kebebasan.

### d. Faktor Biologis

Faktor biologis seperti gangguan organ pada genetalia, cacat saluran reproduksi setelah penyakit menular seksual, malnutrisi, anemia, radang panggul atau keganasan organ genetalia.

Diantara banyaknya faktor yang mempengaruhi kesehatan reproduksi di atas, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik perempuan, oleh karena itu perlu dilakukan penanganan yang baik agar semua perempuan dapat menikmati hak reproduksi dan membuat kehidupan reproduksi lebih berkualitas.

## II.3 Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri

Untuk menghindari gangguan kesehatan pada organ reproduksi, seperti keputihan, infeksi pada organ reproduksi, dan kemungkinan terpapar kanker, maka penting untuk menjaga kebersihan organ reproduksi. Pemeliharaan kesehatan reproduksi ada 3 aspek yaitu, perawatan organ genetalia, manajemen menstruasi dan deteksi dini penyakit menular seksual (Kholifah et al., 2017). Menjaga kesehatan alat reproduksi dimulai dengan menjaga kebersihan diri sendiri, salah satunya kebersihan vagina yang bertujuan untuk menjaga agar vagina tetap bersih, normal dan terhindar dari penyakit termasuk keputihan (Ilmiawati & Kuntoro, 2017). Beberapa cara yang bisa diambil untuk perawatan pribadi membersihkan genetalia dengan mencuci bagian sela bibir dengan perlahan, caranya membasuh alat genetalia dari arah yang benar dari depan ke belakang, tidak menggunakan parfum dan sabun *antiseptic* karena dapat mengganggu keseimbangan flora normal di vagina, ganti pakaian dalam 2 sampai 3 kali sehari, dan gunakan pakaian dalam yang bersih dan terbuat dari katun, cuci tangan sebelum menyentuh vagina, jangan gunakan handuk milik orang lain, keringkan vagina, cukur rambut vagina

setidaknya setiap 7 hari, maksimal hingga 40 hari untuk mengurangi kelembaban pada vagina.

Menstruasi merupakan fenomena yang normal dan hampir terjadi pada semua wanita saat usia subur. Personal Hygiene pada saat menstruasi merupakan masalah utama yang sangat menentukan kesehatan remaja pada saat masa usia tuanya (Bujawati et al., 2017). Perilaku yang perlu di tekankan pada wanita yang pada saat mengalami menstruasi, salah satunya adalah menjaga kebersihan dirinya sendiri. Menjaga kebersihan dan kesehatan pada saat menstruasi dengan mengganti pembalut 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, setelah mandi atau buang air besar vagina harus dikeringkan dengan handuk berbahan kain lembut agar tidak lembab, dan pakaian dalam yang digunakan harus terbuat dari bahan yang bisa menyerap keringat.

Penyakit menular seksual (PMS) merupakan penyakit yang muncul dapat disebabkan melalui kontak seksual dengan tanda gejala berupa timbulnya kelainan pada alat kelamin. Saat pertama kalinya penyakit ini disebut dengan “penyakit kelamin” atau *venereal disease* kemudian berubah menjadi *sexually transmitted disease* atau di Indonesia disebut penyakit menular seksual. Penyakit menular seksual adalah penyakit yang sangat mengganggu kesehatan reproduksi yang disebabkan oleh hubungan seks yang tidak aman. Sebaliknya, penyakit menular seksual (PMS) lebih banyak terjadi pada remaja dan kelompok umur lainnya (Nari et al., 2015)

## **II.4 Konsep Ketahanan Keluarga**

### **II.4.1 Konsep Keluarga**

Menurut Friedman (2010) Keluarga adalah sekumpulan dua orang atau lebih yang memiliki hubungan darah, perkawinan atau adopsi, mereka tinggal dalam satu tempat tinggal, dan setiap orang akan berinteraksi sesama satu sama lain dan memainkan peran masing-masing. Keluarga adalah unit terkecil dalam komunitas. Keluarga juga bisa dikatakan sebagai kelompok sosial pertama yang berinteraksi dengan anggota keluarga dan saling memahami

Secara umum suatu keluarga memiliki 4 (empat) karakteristik :

- a. Keluarga terdiri dari beberapa orang yang dipersatukan dalam pernikahan, hubungan darah atau adopsi.
- b. Disuatu tempat anggota keluarga tinggal bersama dalam bangunan di bawah atap sebuah keluarga.
- c. Dalam anggota keluarga yang berinteraksi, berkomunikasi dan menciptakan peran sosial dengan setiap anggota yang lain, seperti suami, istri, orang tua, putra dan putri.
- d. Hubungan antar anggota keluarga merupakan upaya untuk mempertahankan model budaya bersama yang diperoleh dari budaya umum masyarakat.

#### **II.4.2 Pengertian Ketahanan Keluarga**

Ketahanan keluarga adalah sifat, skala dan kebiasaan keluarga untuk membantu keluarga mengatasi kesulitan dengan mencari perubahan dan kemampuan beradaptasi dalam menanggapi situasi krisis (Sixbey, 2005). Ketahanan keluarga adalah suatu kondisi di mana terdapat kesinambungan yang cukup untuk mengelola pendapatan sumber daya guna memenuhi kebutuhan sehari-hari, seperti pangan, air bersih, layanan sanitasi, pendidikan, perumahan, dan waktu untuk berpartisipasi dalam masyarakat (Sunarti, 2018). Dapat disimpulkan bahwa suatu kondisi keluarga yang memiliki kemampuan dalam menghadapi masalah dan mempertahankannya untuk mencapai keluarga yang sejahtera.

#### **II.4.3 Indikator Ketahanan Keluarga**

Menurut Buku Panduan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Nomor 6 Tahun 2013 tentang Pelaksanaan Pembangunan Keluarga menyebutkan bahwa konsep ketahanan dan kesejahteraan keluarga mencakup 5 (lima) dimensi, Kelima dimensi tersebut yaitu :

- a. Ketahanan Sosial Budaya.
- b. Ketahanan Sosial Budaya.
- c. Ketahanan Ekonomi.
- d. Ketahanan Sosial Psikologi.
- e. Ketahanan Fisik.



f. Legalitas dan Struktur Keluarga.

Dalam pengembangan alat ukur untuk mengukur teori konseptual ketahanan keluarga, alat ukur untuk penentuan ketahanan keluarga dan kesulitan, pengukuran ketahanan keluarga dipengaruhi oleh berbagai interpretasi variabel kunci, yaitu enam indikator ketahanan keluarga. menurut (Sixbey, 2005) antara lain;

- a. Komunikasi keluarga dan pemecahan masalah (FCPS) memiliki 27 item pertanyaan yang dikembangkan.
- b. Manfaatkan sumberdaya dan ekonomi (USER) memiliki 8 item pertanyaan yang dikembangkan.
- c. Mempertahankan pandangan positif (MPO) memiliki 6 item pertanyaan yang dikembangkan.
- d. Keterhubungan keluarga (FC) memiliki 6 item pertanyaan yang dikembangkan.
- e. Spiritualis keluarga (FS) memiliki 4 item pertanyaan yang dikembangkan.
- f. Kemampuan memaknai kesulitan (MMA) memiliki 3 item pertanyaan yang dikembangkan.

#### II.4.4 Komponen Ketahanan Keluarga

Menurut (Sunarti, 2018) terdapat 3 (tiga) komponen ketahanan keluarga, yaitu:

a. Ketahanan Fisik

Ketahanan fisik dapat berupa ketahanan yang berkaitan dengan kemampuan ekonomi keluarga dalam memperoleh sumber ekonomi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Jika pendapatan per kapita keluarga melebihi kebutuhan fisik minimum (sandang, pangan, papan), dan satu atau lebih anggota keluarga bekerja, keluarga ini tangguh secara fisik.

b. Ketahanan Sosial

Ketahanan sosial mengacu pada kemampuan memiliki kekuatan keluarga dalam menggunakan nilai-nilai agama, komunikasi yang efektif, pembagian peran dan penerimaan, penetapan tujuan dan dorongan untuk maju, sehingga menghasilkan kekuatan positif untuk menghadapi masalah dalam keluarga.

c. Ketahanan Psikologis

Ketahanan psikologis merupakan salah satu bentuk ketahanan yang setiap anggota keluarga memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosinya untuk mendapatkan konsep diri yang positif dan terpenuhi kebutuhannya.

#### **II.4.5 Cara Meningkatkan Ketahanan Keluarga**

Terdapat 3 (tiga) cara meningkatkan ketahanan keluarga menurut (Sunarti, 2018), yaitu :

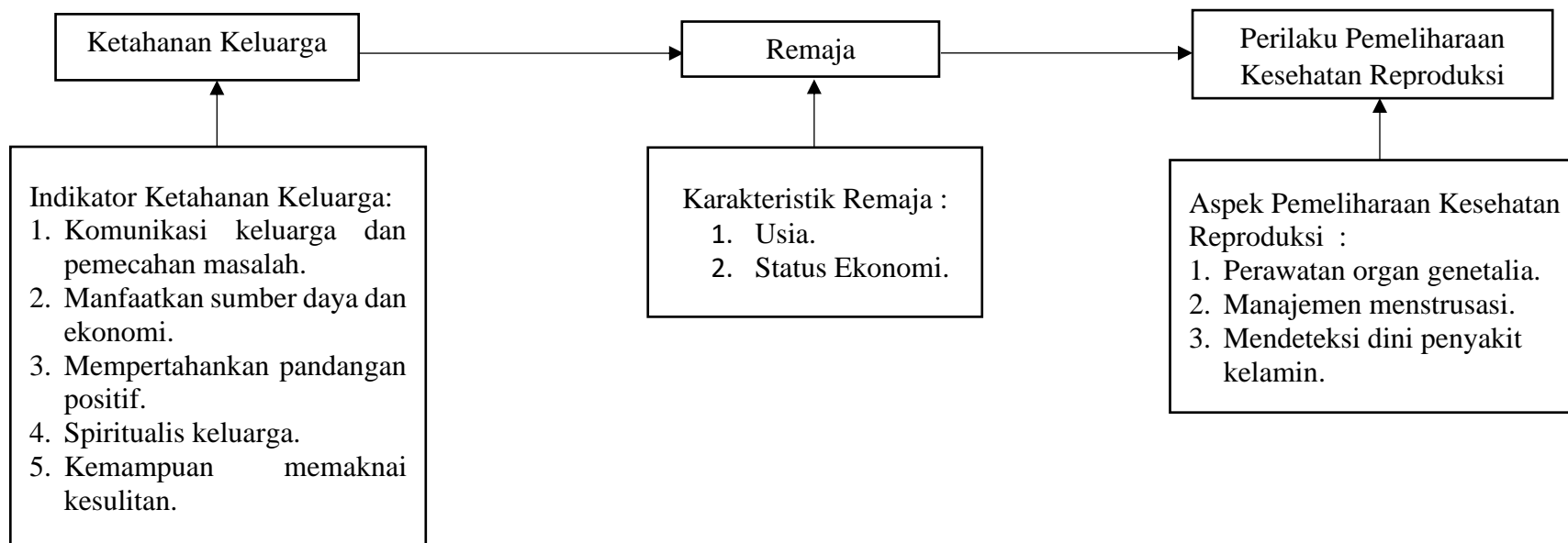
- a. Secara luas melaksanakan pendidikan pembangunan sosial dan mengoptimalkan fungsi.
- b. Salah satu faktor yang sangat menentukan keberhasilan ketahanan keluarga yang dilandasi oleh keyakinan agama yang kuat adalah pendidikan.
- c. Pada beberapa penelitian menunjukkan bahwa lama pendidikan, jumlah anak, tahun menikah, pendapatan dan pengelolaan sumber daya keluarga berhubungan dengan ketahanan keluarga.

#### **II.4.6 Dampak Positif Keluarga yang Memiliki Ketahanan**

Keluarga yang memiliki ketahanan yang baik akan memperoleh keuntungan sebagai berikut menurut (Sunarti, 2018) :

- a. Keluarga dapat berpeluang untuk mencapai cita-cita menjadi keluarga yang harmonis dan berkualitas.
- b. Keluarga memiliki kemampuan untuk menghadapi masalah yang dihadapinya.
- c. Keluarga dapat lebih cepat beradaptasi dengan situasi yang ada.
- d. Keluarga akan memelihara sumber daya manusia yang baik.
- e. Keluarga dapat menyumbangkan kontribusi besar bagi pembangunan negara dan negara.

## II.5 Kerangka Teori



**Skema 1 Kerangka Teori**

Dalam skema 1 : Kerangka teori ini, teori ketahanan keluarga menggunakan teori dari (Sixbey, 2005) dan Teori pemeliharaan kesehatan reproduksi pada remaja menggunakan teori dari (Kholifah et al., 2017)