

Edukasi Masa Pubertas pada Siswa Kelas VI SDN 1 Genteng Banyuwangi

Sudarsri Lestari¹⁾, Fathi Hidayah²⁾, Atiqotul Musyarofah³⁾

^{1,2} IAI Ibrahimy Genteng Banyuwangi

lestarisudarsri@gmail.com

ABSTRACT

In Islamic religious understanding, the cycle of human maturity is divided into 2, namely before puberty and after puberty. Puberty can be defined as someone being said to be an adult if they are at a certain age and have changes in their body biologically. Biological body changes in children as they reach adolescence are often also referred to as puberty. Educational activities during puberty are very important to carry out, considering that nowadays high school elementary school students have started to enter puberty. Apart from that, it is also important for parents to accompany their children in the sense of providing attention, knowledge and supervision so that children are better prepared to face physical and emotional changes during puberty.

The aim of this service activity is to provide students with insight into the importance of preparing well for puberty, so that students are ready to face the changes that occur both physically and emotionally. The service was carried out in the form of outreach to class VI students at SDN 1 Genteng, totaling 126 students. The results of the service show that students can understand the socialization material that has been delivered, this can be reflected in the results of surveys and interviews conducted after the service activity. Based on observations, it was also found that students were better prepared to face puberty, including facing physical and emotional changes.

KEYWORD: Puberty, Aqil baligh

ABSTRAK

Dalam pemahaman agama islam siklus kedewasaan manusia ini dibagi menjadi 2 yaitu sebelum aqil baligh dan sesudah aqil baligh. baligh dapat didefinisikan apabila seseorang dikatakan dewasa jika sudah berada pada usia tertentu serta memiliki perubahan pada tubuh mereka secara biologis. Perubahan tubuh secara biologis pada anak-anak menginjak usia remaja seringkali juga disebut sebagai masa pubertas. Kegiatan edukasi masa puber sangat penting untuk dilaksanakan, mengingat pada zaman sekarang siswa SD kelas tinggi sudah mulai memasuki masa pubertas. Selain itu, penting pula bagi orang tua untuk mendampingi anak dalam arti memberikan perhatian, pengetahuan, dan pengawasan agar anak lebih siap dalam menghadapi perubahan baik fisik dan emosionalnya selama masa pubertas.

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan wawasan kepada siswa akan pentingnya mempersiapkan masa pubertas dengan baik, agar siswa siap menghadapi perubahan yang terjadi baik secara fisik, maupun emosional. Pengabdian dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi pada siswa kelas VI SDN 1 Genteng yang berjumlah 126 siswa. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa siswa dapat memahami materi sosialisasi yang sudah disampaikan, hal tersebut dapat tercermin dari hasil survey dan wawancara yang dilakukan setelah kegiatan pengabdian. Berdasarkan pengamatan juga ditemukan bahwa siswa lebih siap menghadapi masa pubertas, termasuk menghadapi perubahan fisik dan emosionalnya.

Kata Kunci: Masa pubertas, Aqil baligh

Received: 20-12023	Revised: 29-12-2023	Accepted: 29-12-2023	Available online: 02-01-2024
-----------------------	------------------------	-------------------------	--

PENDAHULUAN

Pendidikan karakter usia *akil baligh* merupakan salah satu pendidikan karakter yang penting untuk menjaga adab anak generasi muda. Pendidikan karakter sejak usia belia dapat menghasilkan kesiapan dalam mengelola emosi. Kesiapan dalam mengatur emosi ini menjadi sangat penting bagi kehidupan anak. Ketika menjalani masa depan yang penuh tantangan baik dalam akademik maupun kehidupan bernegara. Selain itu, pendidikan ini juga membantu anak agar menjadi sosok yang matang dan lebih bertanggung jawab ketika diusia dewasa nanti. Pendidikan dapat diartikan sebagai suatu upaya untuk mengembangkan pemenuhan kehidupan manusia, khususnya yang bersifat perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku dan dalam kehidupan sehari – hari. (Daryanto 2012).

Pada proses implementasi pengajarannya pendidikan *akil baligh* harus seimbang baik pendidikan *akil* maupun *baligh* itu sendiri. Dalam pemahaman agama islam siklus kedewasaan manusia ini dibagi menjadi 2 yaitu sebelum *akil baligh* dan sesudah *akil baligh*. Menurut (Maulidy 2021), *Aqil* memiliki artian berakal, mengetahui atau memahami. Jika didefinisikan memiliki makna dimana seseorang sudah memiliki kedewasaan secara akal nya. Sementara itu, *baligh* dapat didefinisikan apabila seseorang dikatakan dewasa jika sudah berada pada usia tertentu serta memiliki perubahan pada tubuh mereka secara biologis. Perubahan tubuh secara biologis pada anak-anak menginjak usia remaja seringkali juga disebut sebagai masa pubertas.

Menurut (Suryabrata 2011), pada masa pubertas ini sikap anak akan sangat sensitif dan berpengaruh terhadap psikologis mereka. Pada masa tersebut anak - anak akan mengalami tanda - tanda pubertas yang berbeda bagi laki dan perempuan. Pada agama islam terdapat petunjuk mengenai tanda tanda anak yang sudah *baligh* atau pubertas, biasanya ditandai dengan keluarnya air mani baik itu dari mimpi basah ataupun dari yang lainnya. Pada agama islam, mimpi basah dapat disebut dengan *hulm*. *Hulm* atau mimpi basah ini dijelaskan dalam surat An-Nuur ayat 59 yang terjemahannya sebagai berikut “*dan apabila anak anakmu telah sampai hulm, maka hendaklah mereka meminta izin, seperti orang yang sebelum mereka meminta izin,*

seperti ini lah allah menjelaskan ayat -ayatnya. Dan allah mengetahui lagi maha bijaksana. Menurut tafsiran dan kementrian agama ayat tersebut dapat diartikan “. Apabila anak telah mencapai usia baligh maka perlakukan mereka seperti orang dewasa yang lainnya, serta ketika memasuki rumah ataupun ruang pribadi orang tua mereka hendaknya meminta izin dahulu, seperti orang dewasa yang lainnya.

Perlu kesiapan yang matang guna menyambut masa pubertas, apalagi datangnya tanda – tanda memasuki masa puber tidaklah sama pada setiap anak. Pada saat anak tidak memahami perubahan yang akan dialami, maka cenderung dapat memiliki tingkat stress yang lebih tinggi, apalagi menghadapi perubahan fisik. Pada dasarnya sikap yang sering ditunjukkan oleh anak perempuan yaitu merasa malu dengan perubahan yang terjadi, seperti haid pertama (menarche), penambahan besar dan perubahan payudara, penambahan tinggi dan berat badan, serta mulai tumbuh jerawat yang menjadikan kurang percaya diri untuk bergaul dengan yang lainnya. Karena adanya masa pubertas, maka remaja putri lebih memperhatikan penampilan.

Pengetahuan yang rendah akan berdampak pada sikap dan perilaku dalam menghadapi masa pubertas. Sikap dan perilaku tersebut dapat menunjukkan kesiapan anak dalam mencapai salah satu kematangan fisik pada masa pubertas. Ketidaktahuan akan kesehatan reproduksi dan perawatan organ reproduksi dapat mengakibatkan banyak kerugian dan penyakit penyerta. Anak yang punya kesiapan lebih matang akan merasa lebih siap menghadapi masa pubertas karena dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar yang memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi yang aman, jelas dan tuntas.

Pendidikan untuk menyongsong masa pubertas sangat penting untuk diberikan agar anak mampu menghadapi masa puber dengan tenang dan tidak panik. Ditambah lagi pendidikan seks yang juga penting untuk mengetahui bagaimana cara menjaga diri dari pergaulan bebas. Berkembangnya teknologi membuat orang tua perlu memberikan pengawasan ekstra untuk siswa sekolah dasar dimana mereka sudah paham tentang vitur-vitur link video dewasa. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada siswa kelas VI SDN 1 Cluring, diketahui bahwa 30% siswa baik laki-laki maupun perempuan sudah memasuki masa pubertas dan mulai memiliki ketertarikan pada lawan jenis. Berdasarkan hal tersebut, kegiatan edukasi ini

bertujuan untuk membekali siswa dengan pengetahuan yang memadai agar lebih siap memasuki masa puber.

METODE

Pengabdian dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi yang diberikan kepada siswa kelas VI SDN 1 Genteng yang berjumlah 126 siswa, yang masing-masing terdiri dari VI A sejumlah 45 siswa, VI B sejumlah 42 siswa dan VI C sejumlah 39 siswa. Terdapat tiga langkah utama yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian, yakni sebagai berikut.

- 1) Persiapan, membentuk tim yang terdiri dari dosen dan mahasiswa. Keduanya berkolaborasi dalam menentukan target sosialisasi, berkoordinasi dengan mitra, dan menyiapkan materi dan kegiatannya. Persiapan sosialisasi dimulai pada tanggal 2 Februari 2023 sampai dengan 22 Februari 2023
- 2) Pelaksanaan, kegiatan berlangsung pada tanggal 23 Februari 2023. Dosen sebagai pemateri terdiri dari dua orang, yang bertugas menyampaikan materi sosialisasi. Materi terdiri dari pengertian pubertas, ciri-ciri masa pubertas, faktor penyebabnya, cara menyikapi perubahan, dan masa pubertas. Mahasiswa bertugas sebagai moderator serta membantu mengondisikan siswa selama proses sosialisasi berlangsung.
- 3) Evaluasi, dilakukan dengan mengumpulkan informasi selama kegiatan berlangsung guna mengambil kesimpulan serta menganalisis kelebihan dan kekurangan dari kegiatan sosialisasi yang telah dilaksanakan. Kegiatan evaluasi dilakukan dosen dan mahasiswa setelah pelaksanaan, yakni pada tanggal 24 Februari 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan dini menghadapi masa pubertas perlu diketahui oleh anak, serta orang tua dan guru sebagai orang yang dekat dengan kehidupan anak. Pada periode pubertas akan terjadi perubahan dari masa anak-anak menjadi dewasa. Perubahan

tersebut meliputi perubahan hormon, perubahan fisik, perubahan psikologi dan sosial. Pubertas merupakan proses perubahan ketidakmatangan fisik dan seksual menuju kematangan fisik dan seksual (Arfah and Yarni 2023). Menjaga diri dengan baik serta memahami bagian-bagian tubuh yang boleh disentuh dan tidak boleh disentuh oleh orang lain kecuali orang tua. Orang tua dan guru diharapkan dapat selalu memantau pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, juga harus sering tanya terkait masalah-masalah yang terjadi pada anak agar semuanya bisa bersifat terbuka. Tujuan utama dari Pendidikan Pubertas antara lain: (1) memberikan wawasan terkait pentingnya pendidikan seks; (2) mencegah anak melakukan perbuatan seksual yang tidak benar; (3) agar anak tidak terkejut melalui fase perubahan dalam perkembangan fisik dan mental saat memasuki usia pubertas; (4) menyadarkan anak-anak akan pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi.

Berdasarkan hasil survey melalui angket pra pengabdian pada siswa kelas VI di SDN 1 Genteng Banyuwangi, diketahui bahwa 83% siswa belum memahami tentang masa pubertas dan *aqil baligh*. Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, seorang remaja akan mengembangkan bakat dan kemampuan yang dimiliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari pada orang lain (Kusmiran 2011). Selama menjalani masa pubertas akan mengalami banyak perubahan fisik dan psikologis yang sifatnya sangat cepat. Pada anak laki-laki, perubahan seks primer masa pubertas ditandai dengan mimpi basah, sedangkan perubahan sekunder berupa suara mulai berubah, tumbuh rambut di daerah ketiak, kumis, jenggot, alat kelamin. Sementara perubahan seks primer anak perempuan ditandai dengan menstruasi pertama kali (menarche) dan biasanya diikuti dengan perubahan organ seksual sekunder yaitu memiliki payudara dan pinggul yang membesar (Triyanto 2010).

Perubahan yang mencolok serta dapat dilihat dan dirasakan adalah perubahan fisik yang terjadi secara alamiah yang terkadang remaja tidak tahu atau belum siap terhadap perubahan fisik tersebut akhirnya berdampak pada rasa malu dan cemas, selain itu juga tidak menutup kemungkinan mereka dapat merasa ada masalah dengan fisik mereka yang menyebabkan mereka menjadi cemas, malu dan merasa ada masalah dan asing dengan fisik mereka sendiri (Sevi Budiati and

Apriliastuti 2012).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan mulai pukul 07:00 sampai dengan 11:00. Kegiatan dimulai dengan memberikan penjelasan atau materi tentang masa puber, meliputi pengertian pubertas, ciri –ciri masa pubertas, faktor penyebabnya, cara menyikapi perubahan, dan cara menjaga organ reproduksi. Setelah tim selesai memberikan materi, dibuka sesi tanya jawab bagi peserta yang masih belum paham tentang materi yang disampaikan. Setelah sesi tanya jawab, dilanjutkan dengan kegiatan *ice breaking* dengan bernyanyi dan menari bersama. Pada bagian akhir sesi, tim memberikan kuesioner evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap materi yang telah disampaikan.



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian

Pada pelaksanaan sebuah kegiatan tentu akan terdapat kelemahan dan kelebihan. Kelebihan kegiatan ini adalah sebagai berikut: (1) belum pernah dilaksanakan di SDN 1 Genteng; (2) Materi sangat menarik karena siswa juga dapat berbagi pengalaman; (3) dukungan dari pihak sekolah dan antusias siswa yang sangat baik untuk terselenggaranya kegiatan. Adapun kekurangan dari kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut: (1) ruangan yang kurang luas sedangkan jumlah peserta sangat banyak, sehingga pemateri kurang leluasa untuk menjangkau seluruh peserta didik; (2) durasi terbatas; (3) perlu adanya sinergi antara sekolah dan wali murid agar kegiatan edukasi dapat terlaksana dengan baik.

Selama kegiatan edukasi, siswa sangat antusias menyimak penjelasan pemateri. Siswa juga banyak memanfaatkan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan masa pubertas berdasarkan pengalaman yang telah dialami. Berdasarkan survey dengan menggunakan angket yang dilakukan

setelah kegiatan pengabdian, dapat diketahui bahwa 90% siswa telah memahami materi tentang masa pubertas yang disampaikan. Indikator survey terdiri dari mengenal perbedaan lawan jenis, mengenal organ seks, dan kesiapan menghadapi pubertas. Sejalan dengan hasil survey, berdasarkan hasil tanya jawab setelah kegiatan, siswa juga dapat memahami dan menjelaskan kembali tentang informasi masa puber yang sudah diperoleh. Berdasarkan pengamatan, siswa tidak lagi menjadikan perubahan fisik akibat masa puber sebagai bahan untuk membully rekannya. Sebelumnya sesama siswa saling mengejek jika ada rekannya yang mengalami perubahan fisik yang signifikan, misalnya bila ada rekan laki-laki yang berjerawat, tumbuh jakun, serta jika ada rekan perempuan yang mengalami perubahan bentuk tubuh secara signifikan, maupun bila ada rekan yang menunjukkan ketertarikan terhadap lawan jenis. Siswa mulai menyadari apabila hal tersebut merupakan perubahan yang wajar dan alami, yang dapat akan terjadi pada setiap individu, sehingga pelan – pelan mereka dapat menata emosi masing – masing.



Gambar 2. Serah terima sertifikat dan surat keterangan pengabdian di akhir kegiatan

Kegiatan edukasi masa puber sangat penting untuk dilaksanakan secara berkala, mengingat pada zaman sekarang siswa SD kelas tinggi sudah mulai memasuki masa pubertas. Selain itu, penting pula bagi orang tua untuk mendampingi anak dalam arti memberikan perhatian, pengetahuan, dan pengawasan agar anak lebih siap dalam menghadapi perubahan baik fisik dan emosionalnya selama masa pubertas. Sebagian besar anak merasa malu untuk membahas permasalahan pubertas, baik dengan guru, teman, maupun orang tuanya, sehingga perlu kiranya guru dan orang tua yang lebih dulu untuk memberikan

informasi terkait yang sangat dibutuhkan oleh anak dalam menghadapi pubertas.

SIMPULAN

Masa puber adalah suatu tahap dalam perkembangan di mana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapai kemampuan reproduksi. Tahap ini disertai dengan perubahan-perubahan dalam pertumbuhan somatis dan perspektif psikologis.

Tujuan utama dari pendidikan pubertas antara lain memberikan wawasan terkait pentingnya pendidikan seks, mencegah anak melakukan perbuatan seksual yang tidak benar, agar anak tidak terkejut saat memasuki usia pubertas, dan menyadarkan anak-anak akan pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi. Strategi yang digunakan untuk menanamkan pemahaman akan pentingnya pendidikan pubertas diantaranya sosialisasi, pelebagaan, integrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfah, Miftahul, and Linda Yarni. 2023. "Kesiapan Anak Menghadapi Masa Puber." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3(2):7607–17.
- Daryanto, M. 2012. "Raharjo." *Model Pelajaran Inovatif, 1st Ed. Yogyakarta: Gava Media.*
- Kusmiran, Eny. 2011. "Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita." *Jakarta: Salemba Medika* 21.
- MAULIDY, AHMAD SHOFWAN. 2021. "PERANCANGAN BUKU VISUAL PANDUAN PERSIAPAN MEMASUKI AQIL BALIGH BAGI LAKI-LAKI DAN."
- Sevi Budiati, A., and Dwi Anita Apriliastuti. 2012. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Kesiapan Anak Menghadapi Masa Pubertas." *Jurnal Kebidanan.*
- Suryabrata, Sumadi. 2011. "Psikologi Kepribadian."
- Triyanto, Endang. 2010. "Pengalaman Masa Pubertas Remaja Studi Fenomenologi

Di Purwokerto.” *Jurnal Ners* 5(2):147–53.