**Pengalaman Keluarga (Ibu) Menghadapi Remaja Pubertas Usia**

**12-15 Tahun di RT 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi**

**Hesty\***

Program Studi DIII Keperawatan, STIKes Baiturrahim,

Jl. Prof M.Yamin, SH No.30 Lebak Bandung-Jambi, 36135, Jambi, Indonesia

\*Email Korespondensi: *hestywiqi@gmail.com*

***Abstract***

*Adolescence is a period of transition from children to adults. The transitions that occur include the transition of psychological factors and physical factors. Changes in body, interests and roles expected by social groups raise new problems. Changes in values ​​as a consequence of changes in interests and behavior patterns. Be ambivalent to any changes adolescents want and demand freedom, but are often afraid to take responsibility for the risks and doubt their ability to overcome them. Each period has its own problems, the problems of adolescence are problems that are difficult for both boys and girls to overcome because during adolescence they want to solve their own problems, they are already independent. This research is a qualitative research with a phenomelogical approach that aims to actively interpret the experiences of families (mothers) in dealing with adolescent puberty in RT 16 Thehok Subdistrict, Jambi City. The participant taking technique used a purposive sampling technique, namely purposive sampling, namely purposive sampling in accordance with the sample inclusion criteria that the researcher had determined which was considered to represent the characteristics of the population. Methods of data collection by way of in-depth interviews observations conducted by researchers. The results of the study show that the family must play an active role in providing education, protection, understanding and parental support is very beneficial for the development of adolescents. Open communication where each family member can speak without any disputes will provide cohesiveness in the family so that it will also be very help their teens in the process of finding their own identity. The experience of families (mothers) dealing with puberty adolescents is very appropriate and in accordance with the development of families who have pubertal adolescents, starting from monitoring behavior, education, protecting their adolescent children.*

*Keywords: adolescence, family experience, puberty*

***Abstrak***

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Peralihan yang terjadi diantaranya peralihan faktor psikis dan faktor fisik. Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok social menimbulkan masalah baru. Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan pola tingkah laku. Bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan remaja menghendaki dan menuntut kebebasan, tetapi sering takut bertanggung jawab akan resikonya dan meragukan kemampuannya untuk mengatasinya. Setiap periode memiliki masalah sendiri, masalah masa remaja termasuk masalah yang sulit diatasi, baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan karena pada masa remaja dia ingin mengatasi masalahnya sendiri, dia sudah mandiri. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomelogi yang bertujuan untuk secara aktif menginterpretasikan pengalaman keluarga (ibu) dalam menghadapi remaja pubertas di RT 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi. Teknik pengambilan partisipan menggunakan teknik purposive sampling yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan kriteria inklusi sampel yang telah peneliti tentukan yang dianggap mewakili karakteristik populasinya. Metode pengambilan data dengan cara wawancara mendalam pengamatan yang dilakukan peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keluarga harus berperan aktif dalam memberikan pendidikan, pengayoman, pengertian dan dukungan orang tua sangat bermanfaat bagi perkembangan remaja. Komunikasi yang terbuka di mana masing-masing anggota keluarga dapat berbicara tanpa adanya perselisihan akan memberikan kekompakan dalam keluarga sehingga hal tersebut juga akan sangat membantu anak remajanya dalam proses pencarian identitas diri. Pengalaman Keluarga (Ibu) menghadapi remaja pubertas sudah sangat tepat dan sesuai dengan perkembangan keluarga yang memiliki remaja pubertas, mulai dari pengawasan tingkah laku, pendidikan, pengayoman kepada anak remajanya.

Kata Kunci: pengalaman keluarga, pubertas, remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Peralihan yang terjadi diantaranya peralihan faktor psikis dan faktor fisik. Dan dapat terjadi perubahan-perubahan primer lainnya dalam pertumbuhan remaja (Mulyatiningsih, 2006).

Masa remaja atau pubertas berada pada usia antara 10-19 tahun dan terjadinya peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa (Marmi, 2013). Begitu pula menurut WHO, remaja diartikan sebagai masa peralihan dari masa kanak kanak ke dewasa. Batasan usia remaja yaitu antara 12-24 tahun (Efendi, 2009).

Apabila ditinjau dari tingkat pendidikan, maka dapat dikatakan remaja adalah orang yang sedang menempuh pendidikan duduk di bangku SMP, SMU dan perguruan tinggi. Sedangkan masa SMP yaitu mereka berada pada usia maksimal 18 tahun. Karena itu, pelajar SMP tergolong remaja. Mereka yang berusia 11-24 tahun namun telah menikah, tidak dapat disebut remaja lagi. Sedangkan mereka yang berusia 24 tahun ke lebih namun belum juga menikah dan masih bergantung pada orang tua, mereka masih dikatakan remaja (Mulyatiningsih, 2006).

Para ahli merumuskan bahwa istilah pubertas digunakan untuk menyatakan perubahan biologis baik bentuk maupun fisiologis yang terjadidengan cepat dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, terutama perubahanalat reproduksi. Sedangkan istilah adolescence lebih ditekankan padaperubahan psikososial atau kematangan yang menyertai masa pubertas (Soetjiningsih, 2004).

Selama masa remaja perubahan sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan yang terjadi pada masa remaja memang beragam, tetapi ada perubahan yang terjadi pada semua remaja. Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok social menimbulkan masalah baru. Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan pola tingkah laku. Bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan remaja menghendaki dan menuntut kebebasan, tetapi sering takut bertanggung jawab akan resikonya dan meragukan kemampuannya untuk mengatasinya. Setiap periode memiliki masalah sendiri, masalah masa remaja termasuk masalah yang sulit diatasi, baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan karena pada masa remaja dia ingin mengatasi masalahnya sendiri, dia sudah mandiri (Gunawan, 2011)

Persepsi negative terhadap remaja seperti tidak dapat dipercaya, cenderung merusak dan perilaku merusak, mengindikasikan pentingnya bimbingan dan pengawasan orang dewasa. Demikian pula terhadap kehidupan remaja muda yang cenderung tidak simpatik dan takut bertanggung jawab, Mereka memandang diri sendiri dan orang lain berdasarkan keinginannya, dan bukan berdasarkan kenyataan yang sebenarnya. Apabila dalam hal cita-cita yang tidak realistic ini berakibat pada tingginya emosi yang merupakan ciri awal masa remaja (Gunawan, 2011).

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat. Keluarga didefinisikan dengan istilah kekerabatan dimana invidu bersatu dalam suatu ikatan perkawinan dengan menjadi orang tua. Dalam arti luas anggota keluarga merupakan mereka yang memiliki hubungan personal dan timbal balik dalam menjalankan kewajiban dan memberi dukungan yang disebabkan oleh kelahiran,adopsi,maupun perkawinan (Stuart, 2014).

Fungsi Afektif keluarga menurut Fiedman, 2008 merupakan presepsi keluarga terkait dengan pemenuhan kebutuhan psikososial sehingga mempersiapkan anggota keluarga berhubungan dengan orang lain, sedangkan fungsi sosialisasi merupakan proses perkembangan individu sebagai hasil dari adanya interaksi sosial dan pembelajaran peran sosial.. Fungsi ini melatih agar dapat beradaptasi dengan kehidupan sosial.

Siapapun yang memiliki anak yang memasuki masa puber pasti dihinggapi rasa khawatir tentang bagaimana kelak anak mereka bergaul. Tingginya angka seks bebas, kehamilan tak diinginkan, hingga kasus pelecehan seksual menjadikan orang tua zaman sekarang lebih protektif. Teknologi kerap menjadi kambing hitam kasus pergaulan bebas. Padahal, orang tua memiliki peran yang lebih besar dalam menangkal pengaruh buruk teknologi, salah satunya dengan mengenalkan pendidikan seks pada anak sejak mereka belum memasuki masa puber. Masa puber adalah periode dimana anak-anak berubah dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual, dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan reproduksi. Pada anak perempuan, kematangan seksual ini ditandai dengan terjadinya menstruasi dan pada anak laki-laki ditandai dengan terjadinya mimpi basah. Pada masa inilah keingintahuan remaja akan masalah seksual meningkat. (Menur Adhiyasasti, 2018).

Idealnya, orang tua berperan sebagai sumber informasi utama remaja tentang seks, seperti yang tecermin dari hasil riset Studi Kualitatif Kesehatan Reproduksi Remaja di Indonesia yang diselenggarakan oleh UGM dan Johns Hopkins Center for Communication Program. Riset yang dilakukan tahun 2017 di 9 Provinsi di Indonesia tersebut menyatakan bahwa sumber informasi yang menjadi rujukan utama dan pertama bagi mayoritas remaja usia 10-14 tahun tentang kesehatan reproduksi, terutama dalam kaitannya dengan masa puber dan menjaga diri dari kehamilan tak diinginkan (KTD) adalah orang tua. Baik remaja laki-laki ataupun perempuan memilih orang tua, terutama ibu, sebagai tempat bertanya terkait kesehatan reproduksi.

Jumlah warga di RT 16 Kelurahan Thehok sebanyak 468 orang dengan kepala keluarga (KK) sebanyak 176 KK dan remaja berjumlah 20 orang. 10 orang duduk di bangku SMP sederajat, 4 orang duduk di Sekolah Dasar sederajat dan 6 orang duduk di bangku SMA sederajat.

Hasil survey awal di RT 16 Kelurahan Thehok dari 3 partisipan yang dilakukan wawancara secara mendalam tentang remaja yang pubertas yaitu keluarga Bapak B mengatakan "Iyo sayo punyo anak yang sedang pubertas, kadang susah diatur, sekendak dio lah, malas disuruh-suruh, main hp terus, katonyo ngerjokan tugas sekolah, padahal sayo tengok dio main games. Di Keluarga Bapak R mengatakan Anak sayo cewek..dimasa puber sekarang ni, banyak bedandan bae, lebih suko bersih-bersih dirinyo, yang agak repot mintak belikan pemutih muko yang lagi tren sekarang tuh nah, jadi kadang mamanyo repot ngikutin apo kendaknyo. Sedangkan di keluarga Bapak S mengatakan Ini anak jantan sayo memang lagi suko belagak, naik motor nak ngebut-ngebut, kadang sayo takut jugo jadinyo terus tuh kalu lah balik ke rumah dak mau mandi,,beleha-leha dululah, main gameslah, bikin mak nyo ngomel nengok dio.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengalaman Keluarga Menghadapi Remaja Pubertas Usia 12-15 Tahun di RT 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi.

Berdasarkan data dan permasalahan dari uraian latar belakang tersebut maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana Keluarga Menghadapi Remaja Pubertas Usia 12-15 Tahun di RT 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplor dan menggali secara mendalam makna dan arti dari pengalaman keluarga menghadapi remaja pubertas usia 12-15 tahun di Rt 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang bertujuan untuk secara aktif menginterpretasikan pengalaman keluarga menghadapi remaja pubertas di RT. 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi. Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Oktober- Desember 2020 dan teknik pengambilan partisipan menggunakan teknik purposive sampling yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan kriteria inklusi sampel yang telah peneliti tentukan yang dianggap mewakili karakteristik populasinya. Partisipan yang diambil diharuskan dapat memberikan informasi yang berharga bagi peneliti. Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan metode wawancara mendalam dengan panduan wawancara dilengkapi dengan lembar pertanyaan terhadap lima orang partisipan, tujuh orang informan terdiri dari lima orang keluarga partisipan, satu orang tenaga kesehatan dan satu orang Ketua RT.

Proses penelitian ini dilakukan sesuai dengan kontrak waktu bersama partisipan di RT. 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi. Penelitian dilaksanakan pada Bulan November 2020. Partisipan dalam penelitian ini dipilih menggunakan tekhnik purposive sampling yaitu pengambilan sampel secara sengaja sesuai dengan persyaratan sampel yang telah peneliti tentukan yang dianggap mewakili karakteristik populasinya. Partisipan yang diambil berjumlah 5 orang.Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah sebagi berikut:a. Remaja perempuan usia 12-15 tahun, b. Bersedia menjadi partisipan, c. Berdomisili di RT.16 Kelurahan Thehok, d. Mampu berkerjasama dan berkomunikasi dengan baik selama prosespenelitian.

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara mendalam dengan panduan wawancara. Wawancara mendalam dilakukan pada keluarga dalam menghadapi remaja pubertas usia 12-15 tahun di RT 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi dan pertemuan selanjutnya sesuai dengan kesepakatan antara peneliti dengan partisipan. Wawancara dilaksanakan selama dua sampai tiga kali pertemuan, pada pagi hingga sore hari dengan menjelaskan terlebih dahulu maksud dan tujuan.

Pengertian dan dukungan orang tua sangat bermanfaat bagi perkembangan remaja. Komunikasi yang terbuka di mana masing-masing anggota keluarga dapat berbicara tanpa adanya perselisihan akan memberikan kekompakan dalam keluarga sehingga hal tersebut juga akan sangat membantu anak remajanya dalam proses pencarian identitas diri.

Ada beberapa cara yang bisa kita lakukan untuk menghadapi anak pra remaja, di antaranya menanamkan ajaran agama pada anak dengan menjelaskan apa yang diperbolehkan dan dilarang menurut ajaran agama karena hal tersebut merupakan dasar (fondasi) yang paling kuat dalam pembentukan karakter anak dan merupakan pendidikan moral di masa depan anak. Selain itu, orang tua harus mampu menjadi sumber informasi pertama dan utama bagi anak terkait dengan pubertas.

HASIL

Penelitian ini menghasilkan beberapa tema yang dibahas secara terpisah. Namun tema - tema tersebut saling berhubungan satu sama lainnya untuk menjelaskan suatu pengalaman yang dirasakan oleh keluarga (Ibu) dengan remaja pubertas di RT 16 Kelurahan Thehok adalah sebagai berikut : Tema 1: Upaya partisipan untuk memahami remaja pubertas. Tema pertama dalam penelitian ini adalah upaya untuk memahami remaja pubertas yang digambarkan dengan perilaku remaja dan keluarga yang ditunjukkan dengan perilaku keseharian remaja.

Hasil wawancara peneliti kepada partisipan mengenai upaya yang dilakukan oleh partisipan untuk memahami remaja pubertas dalam kesehariannya adalah sebagai berikut : Pertanyaan: Apa upaya yang dilakukan Ibu dalam memahami remaja pubertasdi keluarga ibu?Jawaban :"Kalau saya, akan anggap anak sebagai temanlah, seperti teman bermain juga, biar anak merasa nyaman dan tidak takut untuk bercerita tentang masalahnya" (Partisipan 1)."Saya akan menjadi orang tua yang mendidik anaknya kearah yang lebih baik, karena saya paham anak pubertas itu perlu diberikan pengetahuan dan nasehat yang akan menjadi sandaran dia agar tidak salah langkah" (Partisipan 2). "Iya kalau saya tentunya akan memberikan perlindungan untuk anak saya yang lagi pubertas bisa sebagai teman, ataupun sebagai orang yang mengayomilah, agar anak bisa tetap di jalan yang lurus, tidak macam-macam, kalaupun nakal ya dinsehati lah "(Partisipan 3)"Saya tentunya akan mengawasi anak saya bergaul dan berteman dengan siapasaja, kemana perginya, jadi ornag tua aktiflah" (Partisipan 4) "Saya melakukan pendekatan dengan anak saya, memberikannya pendidikan agama dan pemahaman tentang seksual ataupun pergaulan dikalangan remaja, jika ada sesuatu hal yang perlu disampaikan ke orang tua saya sarankan kepada anak saya untuk selalu terbuka dan mau bercerita mengenai semua masalahnya"(Partisipan 5) "saya selalu akrab dengan adik saya yang perempuan, terkadang seperti teman bagi adik saya"(Partisipan 6)"Kakak saya dengan anaknya yang laki-laki itu memang agak keras mendidiknya, tidak boleh keluar rumah jika tidak terlalu penting, apalagi sekarang juga lagi pandemic covid-19, belajar saja, jangan macam-macam bergaul "(Partisipan 7) Saya beserta istri saya, kalau dengan anak-anak tuh kayak temanlah, merekajuga manja dan merasa enjoy dengan kami tidak malu untuk bercerita bagaimana disekolah dengan teman-teman bermainnya juga (Partisipan 8) "Istri saya memang agak keras dalam mendidik anak kami, kadang terkesancerewetlah, aktif bertanya jika anak tuh dari luar rumah, di kamar lagi apa, janganbanyak main sampai lupa makan, atau malas mandi" (Partisipan 9)"Ponakan saya, tertib menjalankan apa yang ibunya kasih tahu, mereka anakyang murut, saya tahu bagaimana kakak saya itu memberikan pendidikan kepadaanaknya, terutama tentang agama"(Partisipan 10).

Salah satu bagian penting dari perubahan perkembangan dalam masa pubertas ini ialah perkembangan aspek kognisi sosial remaja, yakni kecenderungan remaja untuk menerima dunia (dan dirinya sendiri) dari perspektifnya mereka sendiri yang disebut dengan egosentrisme. Dalam hal ini, remaja mulai mengembangkan suatu gaya pemikiran egosentris, dimana mereka lebih memikirkan tentang dirinya sendiri dan seolah-olah memandang dirinya dari atas.

Remaja mulai berpikir dan menginterpretasikan kepribadian dengan cara sebagaimana yang dilakukan oleh para ahli teori kepribadian berpikir dan menginterpretasikan kepribadian, dan memantau dunia sosial mereka dengan cara-cara yang unik (Desmita, 2008). Selain itu, perkembangan remaja mempunyai pengaruh yang besar terhadap relasi antara orang tua dengan remaja.

Salah satu ciri yang menonjol dari remaja yang mempengaruhi relasinya adalah perjuangan untuk memperoleh otonomi, baik secara fisik maupun psikologis. Dalam hal ini, peran orang tua dan keluarga dianggap oleh sebagian besar para remaja sebagai tembok penghalang kebebasan dan cara pandang remaja, sehingga remaja umumnya banyak meluangkan waktu dengan teman sebaya yang dianggap lebih penting dari segalanya.

Keluarga mempunyai pengaruh yang cukup besar bagi perkembangan remaja karena keluarga merupakan lingkungan sosial pertama, yang meletakan dasar-dasar kepribadian remaja.Selain orang tua, saudara kandung dan posisi anak dalam keluarga juga berpengaruh bagi remaja.Pola asuh orang tua sangat besar pengaruhnya bagi remaja Dinamika dan hubungan-hubungan antara anggota dalam keluarga juga memainkan peranan yang cukup penting bagi remaja. Seperti halnya pola asuh, hubungan-hubungan tersebut telah membentuk perilaku jauh sebelum usia remaja. Anak tertua yang dominan terhadap adiknya pada masa kecil akan terbawa hingga usia remaja, anak perempuan yang ketika usia 6 tahun menjadi "anak ayah" kemungkinan masih tetap dekat dengan ayah pada usia 16 tahun. Walaupun hubungan-hubungan tersebut berjalan secara alamiah dan sehat, orang tua tetap perlu untuk menjaga kesatuan dan adanya batasan-batasan diantara orang tua dan anak-anak (Soetjiningsih, 2007).

Karena remaja hidup dalam suatu kelompok individu yang disebut keluarga, salah satu aspek penting yang dapat mempengaruhi perilaku remaja adalah interaksi antar anggota keluarga. Harmonis atau tidaknya, intensif atau tidaknya interaksi antar anggota keluarga akan mempengaruhi perkembangan sosial remaja yang ada didalam keluarga (Mohammad Ali dkk., 2010). Ketika anak memasuki usia remaja di mana sangat membutuhkan kebebasan dan mereka sering meninggalkan rumah, orang tua harus dapat melakukan penyesuaian terhadap keadaan tersebut. Remaja membutuhkan dukungan yang berbeda dari masa sebelumnya karena pada saat itu remaja sedang mencari kebebasan dalam mengeksplorasi diri sehingga dengan sendirinya keterikatan dengan orang tua berkurang.

Pengertian dan dukungan orang tua sangat bermanfaat bagi perkembangan remaja. Komunikasi yang terbuka di mana masing-masing anggota keluarga dapat berbicara tanpa adanya perselisihan akan memberikan kekompakan dalam keluarga sehingga hal tersebut juga akan sangat membantu anak remajanya dalam proses pencarian identitas diri.

Ada beberapa cara yang bisa kita lakukan untuk menghadapi anak pra remaja, di antaranya menanamkan ajaran agama pada anak dengan menjelaskan apa yang diperbolehkan dan dilarang menurut ajaran agama karena hal tersebut merupakan dasar (fondasi) yang paling kuat dalam pembentukan karakter anak dan merupakan pendidikan moral di masa depan anak. Selain itu, orang tua harus mampu menjadi sumber informasi pertama dan utama bagi anak terkait dalam hal apapun, terutama tentang pubertas. Jika orang tua tidak mampu memberikan informasi yang tepat, maka anak akan bertanya dengan teman-temannya dan belum tentu menjamin ia akan mendapatkan informasi yang benar dan tepat.

Belajar memahami suatu masalah dari sudut pandang anak juga penting dilakukan. Orang tua harus mulai menganalisis mengapa dia membangkang, marah, apa yang menyebabkan dia tidak mau mendengarkan orang tua, dan lain-lain. Dalam hal ini, sebagai orang tua kita harus belajar menjadi pendengar, belajar sabar dan menahan emosi dalam upaya menggali apa yang sebetulnya dibutuhkan oleh anak. Selain itu, ornag tua harus berusaha menjadi sahabat terbaik bagi anak, menjadi orang yang dapat dipercaya, membuat anak merasa nyaman, aman, dan senang saat berada di dekat orang tua. Orang tua juga harus bisa masuk dalam peer group mereka dengan mengenal teman-temannya, mengikuti aktivitas mereka, sehingga anak merasa orang tua dapat memahaminya dan anak akan merasa nyaman bercerita apapun dengan orang tuanya.

Menghadapi perkembangan jaman yang semakin pesat, orang tua juga harus turut mengontrol penggunaan gadget pada anak, memperhatikan apa yang anak tonton, mengintip grup Whatsapp, Facebook, Instagram, Twitter denganmenjadi pengikut/ followernya untuk memantau anak. Selain itu, orang tua dapat membuat perjanjian (kompromi) serta aturan-aturan yang dibuat bersama dalam penggunaan gadget, apa yang boleh dishare, info apa yang harus disembunyikan, situs apa yg boleh /tidak dibuka, waktu penggunaan gadget, dan lain-lain serta konsekuensi yang harus diterima jika melanggar kesepakatan.

Ketika anak melakukan kesalahan, orang tua jangan menghakimi, namun cobalah untuk mengajak anak berpikir dan menawarkan beberapa alternatif solusi, serta biarkan anak yang membuat keputusan dari alternatif solusi yang kita berikan. Hal yang terpenting dari semua adalah orang tua harus belajar untuk percaya kepada anak dan menanamkan nilai-nilai kejujuran.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, didapatkan kesimpulan bahwa Ibu dengan remaja pubertas di RT 16 Kelurahan Thehok melakukan upaya memahami tentang remaja yang pubertas dikeluaganya seperti menjadi teman yang baik kepada anaknya, menjadi orang tua yang mendidik anaknya ke arah yang lebih baik dan menjadi orang tua aktif agar anak remajanya tidak salah langkah dalam menjalani masa remajanya.

Tema 2: Upaya yang dilakukan partisipan ketika remaja mengalami gejolak batin. Hasil wawancara peneliti kepada partisipan mengenai upaya yang akan ol partisipan ketika sakit pada masa padomi covid 19 adalah bagi ber Pertanyaan: Apa upaye yang dilakukan keta remaja bertas mengalami gejolak batin?Jawaban:"Saya akan menjadi pendengar yang baik ketika anak saya punya masalah, setelah itu saya kasih nasehor" (Partisipan 1) "Saya akan rangkul anak saya, tunjukkan sikap pada anak jika kita dapatdipercaya olehnya" (Partisipan 2)"Saya akan melihat dari segi apa anak saya ada masalanya, tentang apa, dengan siapa dia punya masalah, saya akan cari dulu pokok tekanan yang dialaminya, saya akan menjadi pendengar yang baik dan tidak akan menghakimi begitu saja" (Partisipan 3) "Tanyakan kenapa anak banyak melamun, apa yang dirasakannya, jika memangdia di bully, apa penyebabnya, dan cari pemecahannya dengan menjadi sahabat anak,serta katakana pada anak jika dia punya potensi yang baik juga, jangan malu, semua orang punya kelebihan dan kekurangan" (Partisipan 4)"Saya akan dekati anak saya, tanyakan apa yang menjadi keresahannya, sayaakan sabar dan memberikan perhatian pada anak saya sampai anak mau menceritakankeluhannya, setelah tahu saya tentunya berusaha untuk tidak emosi, lihatpermasalannya dulu "(Partisipan 5) Mendengarkan cerita anaknya, kemudian dinasehati" (Partisipan 6) Upayo adolah menunjukkan sikap dapat dipercayai, mengayomi anak, dan anak menjadi murut apa yang diminta "(Partisipan 7) Ada uraian cerita dari si anak karena ibunya menjadi pendengar yang baikdan tidak menghakimi, sehingga tahu apa yang menjadi penyebab (Partisipan 8) Terlihat ibu menjadi sahabat bagi anaknya, ketika anak dibully, dan ibu memberikan motivasi bahwa anak punya potensi juga seperti teman-temanya yang lain, tinggal di asah saja" (Partisipan 9) Sabar dan tidak emosi serta memberikan perhatian pada anaknya"(Partisipan 10) "Alhamdulillah anak-anak remaja di sekitar RT 16 ini tidak berperilaku yang menyimpang dari kebiasaan remaja umumnya, nakal yang wajar saja, paling banyak main games, online youtube, selfi-selfi begitu "(Partisipan 11).Sepertinya para orang tua masih mampu memberikan pengayoman bagi anak anaknya yang pubertas, "(Partisipan 12).

Kesehatan mental bukan sekadar tidak hadirnya gangguan kejiwaan dalam diri seseorang, tapi juga kemampuan untuk bisa mengatasi stres dan masalah dalam hidup. Gangguan kejiwaan tersebut tidak sama artinya dengan sakit jiwa (gila). Jika tidak dipedulikan, kesehatan mental yang terganggu akan berakhir kepada permasalahan belajar, perkembangan, kepribadian, dan masalah kesehatan fisik remaja Berdasarkan teori diatas dapat dipahami bahwa kesehatan mental remaja adalah terhindarnya dari gangguan ataupun penyakit kejiwaan,mampu menyesuaikan diri,sanggup menghadapi masalah-masalah dan kegoncangan-kegoncangan biasa,sehingga mendapatkan keserasian fungsi-fungsi jiwa (tidak konflik) dan merasa bahwa dirinya berharga, berguna dan bahagia, serta bermanfaat dan mampu berbuat.

Berdasarkan hasil penelitian Yunita Eka Rahmayanti, Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kejadian Depresi pada Remaja Awal analisa bivariat secara statistik, dukungan keluarga mempunyai yang bermakna terhadap kejadian depresi pada remaja awal di SMPN 106 Jakarta Timur. Hasil penelitian menunjukkan remaja awal yang memiliki dukungan keluarga baik dengan tidak mengalami depresi sebesar 76,9% Penelitian ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Rahmawati (2015) yaitu dukungan keluarga memberikan dampak positif terhadap seseorang dalam melawan stressor yang dialaminya. Rata rata remaja yang memiliki dukungan keluarga baik mengungkapkan bahwa orang tua senantiasa memberikan petunjuk dalam bertindak 39,2%, orang tua bersedia menemani remaja ketika sedang kesepian 39,8%, orang tua sering menyempatkan diri untuk mengajak remaja berekreasi 37,5%, orang tua akan memotivasi remaja ketika terpuruk 38,6%, sehingga remaja memiliki pertahan diri yang cukup baik untuk menghadapi stressor yang dialaminya.

Tema 3 : Pendapat partisipan untuk tetap mengawasi tingkah laku remaja. Hasil wawancara peneliti kepada partisipan mengenai pendapat partisipan untuk tetap mengawasi tingkah laku remaja pubertas adalah sebagai berikut: Pertanyaan: Bagaimana upaya Ibu untuk mengawasi tingkah laku remaja pubertas? Jawaban :"Saya selalu mengatakan pada anak saya, kalau ada perlu bepergian keluar rumah, sebaiknya izin dengan keluarga yang ada di rumah, jaga diri jangan sembarangan bergaul, jangan pulang terlalu larut malam karena akan membuat cemas keluarga, kalau lagi pegang hp digunakan untuk belajar saja, jangan digunakan untuk hal-hal yang tidak berguna, seperti lihat konten-konten yang bukan menjadi konsumsi remaja (Partisipan 1)."Anak saya biasanya selalu izin mau pergi kemanapun, jika dia lupa, dia akan memberitahu dengan menelpon saya,saya juga selalu menekankan untuk jaga diri, jangan mau kumpul dengan teman-teman yang tidak baik saya ingatkan anak saya jangan pulang larut malam jika tidak ada seuatu yang diperlukan "(Partisipan 2). "Anak kadang bertanya, jika ingin pergi dengan si A atau si B boleh tidak, sayahanya mengingatkan jangan bergaul terlalu bebas, pulang jangn malam-malam tidakbaik dilihat orang dan juga untuk jaga diri, pandai-pandailah berhubungan denganorang, jangan sering-sering lihat konten yang tidak baik bertanyalah jika tidaktahu "(Partisipan 3)."Selalu mengingatkan anak, jangan kelewatan dalam bergaul, kenalkan dengan keluarga teman-temannya, jangan lupa jika keluar rumah beritahu orang tua ataukeluarga, sehingga tidak merasa kehilangan" (Partisipan 4). "Kalau menghadapi anak remaja pubertas memang harus pelan-pelan dan sabar, kasih tahu hal-hal yang sesuai dengan pemikirannya, ingatkan saja jika keluar rumah izin, jangan pulang malam-malam, bergaul baik dengan semua orang dan jaga diri. "(Partisipan 5). Kami selalu berpesan pada anak kami untuk selalu memberitahu keberadaaanya jika diluar rumah, selalu mengontrol diri, jangan terlalu berlebihan bergaul dengan orang"(Partisipan 6)"Anak memberi informasi jika mau keluar rumah, kasih tahu dengan siapa dia berteman, Janji tidak akan sembarangan dalam bergaul, dan jaga diri, diingatkan jangan lihat konten-konten yang tidak perlu dilihat, supaya jangan salah dalam bersikap dan bertingkah laku dengan lawan jenis" (Partisipan 7)."Keluar rumah izin dengan ibunya, atau kakanya, main dengan teman-teman disekitar rumahlah, selalu pergi mengaji, pegang hp hanya untuk belajar online, atau kadang-kaang untuk berfoto-foto biasa baik sendiri atau dengan temannya."(Partisipan 8).Anak terkadang sedikit membantah jika dibilang jangan bergaul sembarangan, ada saja alasan yang diberikannya, bahwa semua orang itu baik, tapi saya tetap mengingatkan anak, walaupun kadang sambil menggerutu jika pergi keluar rumah tetap izin dengan saya atau keluarga, anak saya manja jadi memang harus sabar kasih tahunya. "(Partisipan 9).Selalu mengingatkan anak jika bergaul dengan siapapun, jangan lupa kasih tahu jika keluar rumah, jaga diri dengan benar, jangan terlalu berlebihan bertingkah laku diluaran, jangan pulang malam-malam "(Partisipan 10)."Anak remaja ini jarang membuat keonaran atau keributan di lingkungannya,apalagi pandemic covid-19 ini membuat mereka lebih banyak di rumah dan lebih mudah mengawasinya "(Partisipan 11) Terlihat remaja ini tidak bergaul dengan sembarangn orang, mereka tertib" (Partisipan 12).

Menurut Mubarak (2009) bahwa orang tua befungsi untuk menjaga dan memelihara anak terkhususnya remaja pada masa pubertas dari tindakan negatif yang mungkin timbul. Masa puber merupakan periode transisi dari anak menuju dewasa. Pada usia ini kerap ditemukan perilaku beresiko yang bisa menjadi mengarah ke tindakan kriminal. Remaja melakukan hal yang menyimpang ini disebut sebagai kenakalan remaja. Orangtua sangat berperan memberikan pendidikan terhadap bahaya berbagai perilaku menyimpang ini seperti berkata kotor, tawuran merokok, mencuri, meminum minuman keras, narkoba, dan perilaku seks bebas.

Remaja pubertas harus dapat menerima, memelihara dan menghormati keadaan tubuh mereka, dan bahwa perubahan-perubahan ini akan menyebabkan adanya suatu "dorongan dari dalam" yang belum pernah mereka alami sebelumnya. Ahmadi dan Sholeh, (2005) Orang tua hendaknya menyadari banyak tentang perubahan fisik maupun psikis yang akan dialami remaja. Untuk itu orang tua wajib memberikan bimbingan dan arah kepada anak.

Nilai-nilai yang ditanamkan orangtua kepada anaknya sejak dini merupakan bekal dan benteng mereka untuk menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi. Agar kelak remaja dapat membentuk rencana hidup mandiri, disiplin, dan tanggung jawab. Orang tua perlu menanamkan arti penting dari pendidikan dan ilmu pengetahuan yang mereka dapatkan di sekolah, di luar sekolah serta di dalam keluarga (BKKBN, 2008).

Friedman, (2010) menyatakan bahwa tugas perkembangan keluarga pada masa remaja adalah: tugas perkembangan keluarga yang pertama adalah menyeimbangkan kebebasan dan tanggung jawab seiring dengan kematangan remaja. Orang tua harus secara progresif mengubah hubungan mereka dengan remaja dari hubungan yang sebelumnya bergantung menjadi mandiri. Tugas perkembangan keluarga. Penyalahgunaan obat dan alkohol, kontrasepsi, kehamilan yang tidak diinginkan adinih hal yang perlu di edukasikan oleh orang tua dan hal yang harus diperhatikan orang tua pada remaja.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, dapat disimpulkan hawa keluarga terutama ibu di RT 16 Kelurahan Thehok selalu memberikan pengawasan dan pendidikan bagi anaknya, agar tidak salah dalam pergaulan bebas ataupun sering melihat konten-konten yang belum pantas untuk dilihat, mengingatkan anak untuk selalu terbuka dan menjadi teman atau sahabat bagi anaknya, tidak menghakimi, sabar dan tidak emosi dalam menghadapi anak remaja pubertas dengan cara jika keluar rumah harus izin orang tua/keluarga, jangan pulang terlalu malam, jaga diri bergaul yang sesuai dengan perkembangan remaja.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa upaya yang di lakukan Ibu ketika remaja mengalami gejolak batin adalah dengan menjadi sahabat bagi anaknya, menjadi pendengar yang baik, sabar dan tidak emosional, tidak menghakimi, membuat anak percaya akan pengayoman yang diberikan orang tua, memotivasi anak bahwa ia punya potensi yang baik.

SIMPULAN

Penelitian ini di lakukan terhadap kelima partisipan yang terdiri dari 5 ibu dan keluarga di RT 16 Kelurahan Thehok, maka di peroleh data, hasil dan pembahasan penelitian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya maka dapat di simpulkan bahwa makna dari Pengalaman Keluarga (Ibu)Menghadapi Remaja Pubertas Usia 12-15 Tahun Di Rt 16 Kelurahan Thehok Kota Jambi sudah sangat tepat dan sesuai dengan perkembangan keluarga yang memiliki remaja pubertas, mulai dari pengawasan tingkah laku, pendidikan, pengayoman kepada anak remajanya.

SARAN

RT. 16 Kelurahan Thehok diharapkan selalu mempertahankan pengawasan terhadap remaja dengan tingkah lakunya yang masih labil. Bekerjasama dengan tim kesehatan yang ada di Puskesmas untuk mengadakan penyuluhan terkait remaja dan permasalahannya. Dapat meningkatkan program kesehatan terutama KKR di wilayah kerja Puskesmas. Disarankan untuk dapat menjaga keharmonisan keluarga, selalu mengontrol perkembangan remaja dan menjadi teladan bagi perembangan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada STIKes Baiturrahim Jambi atas dukungan dana dan motivasi sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik. Ucapan yang sama juga disampaikan kepada Ketua RT dan warga RT 16 Kelurahan Thehok, mahasiswa Program Studi D III Keperawatan STIKes Baiturrahim Jambi serta semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan ini. semoga menjadi ladang amal bagi kita semua.

DAFTAR PUSTAKA

Adiyanti, M. (2018). The children’s happiness in Javanese families: Two Prepectives. *J Child Psychol*, *2*, 16–22. https://www.pulsus.com/abstract/the-childrens-happiness-in-javanese-families-two-perspectives-4423.html

Ali Mohammad. (2010). *Metodologi dan Aplikasi, Riset Pendidikan*. CV Pustaka Cendikia Utam.

Arif Gunawan. (2011). *CV Pustaka Cendikia Utama. Arif Gunawan. (2011). Remaja dan Permasalahannya*. Hanggar Kreator.Beni.

BKKBN. (2008). Remaja dan SPN (Sek Pranikah. In *Dinkes*.

Desmita. (2008). *Psikologi Perkembangan*. PT. Remaja Rosdakarya.

Efendi, F. & M. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Salemba Medika.

Friedman, M. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori, dan Praktek* (5th ed.). EGC.

Marmi. (2013). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi.* Pustaka Pelajar.

Mubarak, W, I & Chayatin, N. (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori*. Salemba Medika.

Mulyatiningsih. (2006). *Bimbingan Pribadi-Sosial Belajar, Karier*. Gramedia Widiasarana Indonesia.

Rahmawati. (2015). Kepatuhan Santri terhadap Aturan di Pondok Pesantren Modern. *UMS*.

Rahmawati, T. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Remaja Awal. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, *3*, 47–54. http://journal.unisa-bandung.ac.id/index.php/jaia/article/view/87

Sholeh, A. dan. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Rineka Cipta.

Soetjiningsih. (2004). *Tumbang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.

Soetjiningsih. (2007). *Tumbuh Kembang Anak*. Penerbit Buku Kedokteran.

Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2014). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.