

ABSTRAK

Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas (Studi Deskriptif terhadap siswa MTsN Langsung Kadap Kabupaten Pasaman)

Oleh: Lilis Suryani

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Pada masa pubertas remaja mengalami perubahan, yaitu fisik dan psikologis. Remaja diharapkan mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi dalam dirinya pada masa pubertas yaitu menerima keadaan fisik dan memergunakannya secara efektif. Kenyataan di MTsN Langsung Kadap Kabupaten Pasaman masih banyak remaja yang belum mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja mengenai pubertas dan remaja kurang menerapkan pola hidup sehat.

Penelitian ini bertujuan mengungkapkan penyesuaian diri remaja pada masa pubertas. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi penelitian adalah siswa kelas VII, VIII dan IX MTsN Langsung Kadap Kabupaten Pasaman yang terdaftar pada tahun pelajaran 2012-2013 sebanyak 1090 orang yang terbagi dalam 27 kelas. Sampel penelitian adalah sejumlah siswa yang mewakili populasi diambil menggunakan teknik *Stratified Random Sampling* dengan jumlah sampel 92 orang. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah angket dan diolah dengan menggunakan statistik sederhana yaitu persentase.

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa: (a) Remaja kurang mampu melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan fisik. (b) Remaja kurang mampu melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan psikologis.

Berdasarkan temuan penelitian disarankan kepada: (1) Guru pembimbing agar dapat membantu remaja menyesuaikan diri pada masa pubertas dengan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling, misalnya layanan informasi tentang cara merawat tubuh, pola hidup sehat dan kiat sukses disenangi oleh teman, layanan konseling perorangan, bimbingan kelompok dan konseling kelompok. (2) Kepala sekolah diharapkan menyediakan jam pembelajaran bimbingan dan konseling agar pelayanan bimbingan dan konseling dapat terlaksanakan dengan optimal. (3) Remaja agar dapat menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh, mengembangkan perilaku yang dapat diterima oleh orang lain, misalnya sopan, bertanggung jawab, jujur, mampu mengendalikan emosi, ramah dan terbuka kepada orangtua dan guru. (4) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang berhubungan dengan pubertas, misalnya persiapan remaja menghadapi masa pubertas.