

PENGARUH *SMALL GROUP DISCUSSION* TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG *DISMENORE* PADA SISWI SMPN I DOLOPO

Hery Ernawati

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Abstrak . Sebagai wanita pada saat menstruasi mengalami nyeri menstruasi, atau *dismenore*, terjadi karena berbagai faktor diantaranya faktor fisik dan psikologi, termasuk fisik yang lemah, kurang gerak dan stres.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *Small Group Discussion* Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang *Dismenore*. Rancangan penelitian ini menggunakan *True-Experimental* pada dua kelompok sampel yaitu kelompok eksperimen dan kontrol, dengan jumlah masing-masing 15 responden. Uji Statistik yang dipergunakan uji Mann Whitney.

Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa pengetahuan pada kelompok eksperimen lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan hasil uji statistik p value 0,01 sehingga ada pengaruh diskusi kelompok kecil terhadap tingkat pengetahuan tentang *dismenore* pada siswi kelas I SMP N I Dolopo

Kata Kunci : Pengetahuan, *Dismenorea*, *Small Group Discussion*

PENDAHULUAN

Setiap manusia dalam masa hidupnya pasti mengalami masa remaja, atau *adolesence*. Pada remaja terjadi perubahan biologis dan psikologis yang pesat dari masa kanak-kanak ke masa dewasa terutama organ reproduksinya yaitu perubahan alat kelamin dari tahap anak-anak ke dewasa. Bagi remaja putri, kematangan organ reproduksi ditandai dengan datangnya menstruasi. Sebagai wanita pada saat menstruasi mengalami nyeri menstruasi, atau *dismenore*, terjadi karena berbagai faktor diantaranya faktor fisik dan psikologi, termasuk fisik yang lemah, kurang gerak dan stres. Oleh karena nyeri yang dialami, wanita sering berupaya untuk mendapatkan perawatan melalui konsultasi pada tenaga kesehatan dan mencari perawatan atas

keluhan yang dialami. Nyeri ini dirasakan sebelum dan selama menstruasi disertai dengan rasa mual, pusing dan lemas. Nyeri ini sedemikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan harus meninggalkan pekerjaannya dan cara hidupnya sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari (Wiknjosastro.2007).

Sebanyak 50% wanita mengalami *dismenore* primer, 10% wanita mengalami nyeri hebat selama menstruasi sehingga membuat mereka tidak mampu melakukan aktivitas sehari-hari selama 1-3 hari setiap bulannya. (Reeder & Martin, 2011). Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi *dismenore* yang cukup tinggi pada remaja (12-17 tahun). Studi epidemiologi di Amerika Serikat menyatakan bahwa prevalensi *dismenore*

pada remaja perempuan sekitar 20-90 % (15%-nya mengalami *dismenore* berat) (Proctor, 2006). Puncak insiden *dismenore* primer terjadi pada akhir masa remaja (*Adolescence*) dan diawal usia 20-an, insiden *dismenore* pada remaja dilaporkan sekitar 92% dan menurun seiring dengan bertambahnya usia dan meningkatnya kelahiran. Di Swedia dilaporkan *dismenore* terjadi pada 90% wanita yang berusia kurang dari 19 tahun dan 67% wanita yang berusia 24 tahun.

Insidensi, prevalensi, dan angka kesakitan *dismenore* pada remaja di Indonesia sebesar 64,25%. Diantara penelitian yang sudah dilakukan yaitu di daerah Jakarta, didapatkan angka kejadian *dismenore* 31,6 % mengenai anak SMU di Kecamatan Pulau Gadung. Di kota Surakarta adalah 87,7 %. Delapan puluh tujuh koma tujuh persen remaja tetap beraktivitas saat terjadi *dismenore* dan 12,2% yang menggunakan analgetika untuk mengurangi rasa nyeri saat menstruasi (Widjanarko, 2006; Amini, 2009).

Rasa ketidaknyamanan jika tidak diatasi akan mempengaruhi fungsi mental (seperti kurang mood, mudah marah, sensitif) dan fisik (seperti malas beraktivitas, mual, muntah, pusing dan lain-lain) individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan/terapi secara farmakologi atau non farmakologi (Ernawati:2010).

Tidak semua remaja mempunyai mekanisme coping baik. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang cukup tentang *dismenore*. Pemberian pendidikan kesehatan melalui diskusi kelompok kecil diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan

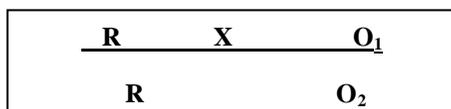
remaja sehingga remaja-remaja yang sudah menstruasi, baik yang mengalami *dismenore* atau tidak mengalaminya, tidak lagi kebingungan bila ada masalah *dismenore*.

Small Group Discussion (SGD) atau diskusi kelompok kecil merupakan elemen belajar secara aktif. Dengan aktivitas kelompok kecil, siswa akan belajar : menjadi pendengar yang baik, memberikan dan menerima umpan balik yang konstruktif, menghormati pendapat orang lain, mendukung pendapat dengan bukti dan lain-lain. Aktivitas diskusi kelompok dapat berupa membangkitkan ide, menyimpulkan poin penting, mengakses tingkat *skill* dan pengetahuan, memungkinkan memproses *outcome* pembelajaran pada akhir kelas, dan dapat menyelesaikan masalah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen (*experiment research*) dengan tujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya suatu perlakuan tertentu. Rancangan eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *True-Experimental* dengan *Post-test Only Control Design*. Dalam desain ini terdapat dua kelompok yang masing-masing dipilih secara random (R). Kelompok pertama diberi perlakuan (X) dan kelompok lain tidak. Kelompok yang diberi perlakuan disebut kelompok eksperimen dan kelompok yang tidak diberi perlakuan disebut kelompok kontrol. Pada penelitian ini tidak dilakukan *pre test*, baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, hanya dilakukan *post test* setelah perlakuan pada kelompok eksperimen dan observasi pada kelompok kontrol tanpa perlakuan

(Arikunto, 2006). Menurut Sugiyono (2009) desain penelitian tersebut dapat digambarkan dalam skema berikut ini :



Gambar 3.1 Desain *post-test Only Control Design*

Keterangan :

O₁ = Nilai *post test* pada kelompok eksperimen setelah perlakuan

O₂ = Nilai *post test* pada kelompok kontrol tanpa adanya perlakuan

X = Perlakuan yang diberikan.

R = Pemilihan responden secara random atau acak

Uji statistic yang digunakan untuk mengetahui adanya perbedaan pengetahuan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol dengan menggunakan uji Mann Whitney.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

| Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| Umur | | |
| 13 Tahun | 17 Orang | 56,7 % |
| 14 Tahun | 13 Orang | 43,3 % |
| Haid | | |
| Belum | 1 Orang | 3,3 % |
| Sudah | 29 Orang | 97,3% |
| Usia Menarche | | |
| 9 Tahun | 1 Orang | 3,3 % |
| 11 Tahun | 7 Orang | 23,3 % |
| 12 Tahun | 11 Orang | 36,7 % |

| | | |
|-------------------|----------|--------|
| 13 Tahun | 2 Orang | 6,7 % |
| Nyeri haid | | |
| Belum menstruasi | 1 Orang | 3,3 % |
| Tidak nyeri | 8 Orang | 27,7 % |
| Nyeri | 21 Orang | 70 % |
| Informasi | | |
| Belum pernah | 3 Orang | 10 % |
| Pernah | 27 Orang | 90 % |
| Sumber Informasi | | |
| Guru | 21 Orang | 70 % |
| Orang tua | 5 Orang | 16,7 % |
| Teman | 1 Orang | 3,3 % |
| Petugas Kesehatan | 10 Orang | 30 % |

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa dari keseluruhan responden yang berjumlah 30 orang, yang berumur yang berumur 13 tahun berjumlah 17 orang (56,7 %), dan yang berumur 14 orang berjumlah 13 orang (43,3%). Responden yang sudah menstruasi sebanyak 29 orang (97,3%), Usia pertama kali haid usia 12 tahun (36,7%), Yang mengalami nyeri saat haid sebanyak 21 orang (70%), hampir seluruhnya sudah mendapatkan informasi (27 orang) dengan sumber informasi terbanyak dari guru sebanyak 21 orang (70%).

Perbedaan Tingkat Pengetahuan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

Tabel 4.4 Distribusi tingkat pengetahuan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol

| Tingkat Pengetahuan | Kelompok Intervensi | | Kelompok Kontrol | |
|---------------------|---------------------|---------|------------------|---------|
| | Jumla | Prosent | Juml | Prosent |

| | h | se (%) | ah | se (%) |
|--------------------|----|--------|----|--------|
| Kurang | 0 | 0 % | 0 | 0 % |
| Cukup | 1 | 6,7 % | 2 | 20 % |
| Baik | 4 | 26,7 % | 12 | 80 % |
| Sangat Baik | 10 | 66,7 % | 0 | 0 % |
| Jumlah | 15 | 100 % | 15 | 100 % |

Berdasarkan tabel diatas pada kelompok kontrol tingkat pengetahuan responden mayoritas baik yaitu berjumlah 12 orang (80%) sedangkan pada kelompok intervensi tingkat pengetahuan responden mayoritas sangat baik yaitu berjumlah 10 orang (66,7%).

Analisis Mann Whitney merupakan salah satu uji statistic non parametric yang digunakan untuk menguji adanya perbedaan antar dua kelompok subyek yang berbeda. Dalam penelitian ini, didapatkan hasil dari uji Mann Whitney sebesar 0,01 (P value < 0,05) yang berarti bahwa Ho ditolak.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Responden Pada Kelompok Eksperimen

Berdasarkan dari tabel 4.2 bahwa pengetahuan responden pada kelompok eksperimen sebagian besar sangat baik (66,7 %). Hal ini dipengaruhi oleh faktor pernah mendapat informasi dan sumber informasi serta adanya pengalaman sebelumnya tentang nyeri haid atau dismenorhe. Menurut Novia (2008) bahwa faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya dari ketiga faktor yang telah disebutkan tadi. Responden sebagian besar sudah pernah mendapatkan informasi tentang nyeri haid dengan sumber informasi dari guru dan petugas kesehatan. informasi yang tepat akan membuat informasi yang ditranfer ke responden akan lebih akurat

dibandingkan dari sumber teman atau media massa. Selain itu sebagian besar responden juga sudah ada pengalaman/ mengalami nyeri haid sebelumnya, sehingga orang yang sudah terpapar suatu pengalaman akan lebih mudah menerima informasi yang bertema sama.

2. Tingkat Pengetahuan Responden Pada Kelompok Kontrol

Pengetahuan responden pada kelompok kontrol sebagian besar baik (80) tentang nyeri haid, dan tidak ada satupun yang memiliki pengetahuan sangat baik. Hal ini dikarenakan informasi yang didapatkan bersumber dari sesama teman yang kebenaran informasi tersebut masih diragukan. Selain itu proses transfer informasi hanya sepihak yaitu tanpa ada suatu proses diskusi. Hal ini mengakibatkan kedalaman informasi yang diterima juga masih kurang dan mengakibatkan pengetahuannya tentang nyeri haid juga hanya dalam kategori baik.

3. Perbedaan Pengetahuan antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan dari tabel 4.4 , didapatkan hasil dari uji Mann Whitney sebesar 0,01 (P value < 0,05) yang berarti bahwa Ho ditolak

Menurut Notoatmodjo (2003), tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa factor antara lain tingkat pendidikan, pengalaman dan informasi. Informasi bisa didapatkan melalui beberapa cara antara lain dengan pendidikan kesehatan/penyuluhan, melalui media elektronik dan lain lain. Salah satu cara pendidikan kesehatan yang mampu meningkatkan pengetahuan adalah dengan

small group discussion (SGD) atau diskusi kelompok kecil.

Metode diskusi kelompok kecil hampir sama dengan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan. Diskusi kelompok kecil mempunyai beberapa keuntungan antara lain melatih peserta didik dalam berkomunikasi, menumbuhkan suasana akrab, penuh perhatian terhadap pendapat orang lain, dapat menghimpun berbagai pendapat dalam waktu yang singkat serta mampu menstimulai pikiran dan mendorong tidak anggota untuk berpartisipasi dalam diskusi dengan membuat suatu pernyataan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini bahwa pengetahuan responden tentang nyeri haid lebih baik pada kelompok eksperimen dibandingkan pada kelompok kontrol. Berdasarkan dari uji statistic dengan menggunakan uji Mann Whitney sebesar 0,01 (P value < 0,05) yang berarti bahwa H_0 ditolak.

Saran dari penelitian ini diharapkan pihak Puskesmas Dolopo, orangtua, dan guru saling memberikan informasi terkait dengan kesehatan reproduksi remaja pada umumnya sehingga remaja bisa menjaga kesehatan reproduksinya secara bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

- Amini, Raisa. Effect of Passive Smoking on The Incidence of Primary Dysmenorrhea. **Jurnal Kedokteran Indonesi, Vol. 1/NO. 2/JULI/2009: 161-165.**
- Ernawati, Tri Hartiti dan Idris Hadi. 2010. Prosiding Seminar Nasional Unimus 2010. **Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang.**
- Notoadmodjo, S. 2003. **Metodologi Penelitian Kesehatan.** Jakarta : Rineka Cipta.
- Novia, Ika& Nunik Puspitasari. Faktor Resiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer. **The Indonesian Journal of Public Health, Vol. 4, No. 2, Maret 2008: 96-104.**
- Proctor, M. 2006. **Diagnosis And Manajemen of Dysmenorrhea.** BMJ.
- Reeder & Martin. 2011. **Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga, Volume 1, Edisi 18.** Jakarta : EGC.
- Widjanarko, Bambang. Dismenore, Tinjauan Terapi Pada Dismenore Primer. **Majalah Kedokteran Damianus. Vol. 5, No. 1, Januari 2006: 1-10.**
- Wiknjastro, Hanif. 2007. **Ilmu Kandungan.** Jakarta : YBP-SP.