



**SMALL GROUP DISCUSSION SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG MENSTRUAL HYGIENE DI SMP PLUS AL FATIMAH BOJONEGORO**

*Small Group Discussion as an Effort to Increase Knowledge and Behaviour in Teenagers About Menstrual Hygiene at Al Fatimah Junior High School Bojonegoro*

**Andin Ajeng Rahmawati, Fela Putri Hariastuti**

IStEK ICsada Bojonegoro

**Abstrak**

**Riwayat artikel**

Diajukan: 24 September

2024

Diterima: 30 Oktober  
2024

**Penulis**

**Korespondensi:**

- Andin Ajeng Rahmawati
- IStEK ICsada Bojonegoro

email:

andinajeng88@gmail.com

**Kata Kunci:**

*Small group discussion, knowledge, attitude, female teenagers, Menstrual Hygiene*

**Pendahuluan:** Menstruasi biasanya dimulai antar usia 10 dan 16 tahun dan akan berakhir pada masa menopause yaitu 45-50 tahun. Melalui pendekatan SGD siswi diharapkan menjadi lebih aktif, berani untuk bertanya, dan lebih fokus terhadap apa yang diajarkan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro. **Metode:** Desain yang digunakan adalah *Pre-Experimental Designs (nondesigns)*. Populasi penelitian ini seluruh remaja putri di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro sebanyak 348 siswi. Sampel dalam penelitian ini sebagian remaja putri kelas VIII di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro sebanyak 112 siswi. Penelitian ini menggunakan *cluster random sampling*. Variabel *independent* penelitian ini adalah Pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* metode *small group discussion*. Variabel *dependent* penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *menstrual hygiene*. Jenis instrumen adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dan *Chi-Square*. **Hasil:** Dari hasil penelitian didapatkan bahwa dari 112 responden didapat sebelum pemberian pendidikan kesehatan, sebagian besar (66,1%) dengan pengetahuan kurang tentang *menstrual hygiene*, sebelum pemberian pendidikan kesehatan, lebih dari sebagian (60,7%) dengan sikap positif tentang *menstrual hygiene*, sesudah pemberian pendidikan kesehatan, sebagian besar (66,1%) dengan pengetahuan cukup tentang *menstrual hygiene*, sesudah pemberian pendidikan kesehatan, sebagian besar (84,8%) dengan sikap positif tentang *menstrual hygiene*. Hasil penelitian bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro. **Kesimpulan:** Diharapkan untuk penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan kualitatif.

**Abstract**

**Background:** Menstruation usually begins between the ages of 10 and 16 years and will end at menopause, namely 45-50 years. Through the SGD approach, female students are expected to become more active, dare to ask questions, and focus more on what is being taught. **Objective:** This research aims to determine the effect of providing health education using the small group discussion method on teenagers' knowledge and attitudes about menstrual hygiene at SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro. **Method:** In this study, the population was all young women at SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro, totaling 348 female students. The sample in this study was 112 female students from class VIII at SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro. This research uses cluster random sampling. The independent variable of this research is health education about menstrual hygiene using the small group discussion method. The dependent variable of this research is the knowledge and attitudes of young women regarding menstrual hygiene. The type of instrument is a questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon Sign Rank Test and Chi-Square test. **Results:** From the research results, it was found that of the 112 respondents obtained before providing health education, most (66.1%) had less knowledge about menstrual hygiene, before providing health education, more than half (60.7%) had a positive attitude about menstrual hygiene, after providing health education, the majority (66.1%) had sufficient knowledge about menstrual hygiene, after providing health education, the majority (84.8%) had a positive attitude

*about menstrual hygiene. The results of the research show that there is a positive and significant influence between providing health education using the small group discussion method on teenagers' knowledge and attitudes about menstrual hygiene at SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro.. Conclusion: It is hoped that future research will use a qualitative approach.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia yang sangat penting. Pada masa ini banyak sekali kejadian hidup dan perubahan yang akan terjadi pada diri seorang remaja yang akan menentukan kualitas hidupnya di masa dewasa. Masa remaja merupakan suatu masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang berjalan antara umur 12-21 tahun dan ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis dan psikosoial. Perubahan paling awal muncul pada masa ini yaitu perkembangan secara biologis (Widyastuti, Rahmawati, and Purnamaningrum 2018).

Banyak perubahan khas yang terjadi secara biologis baik pada remaja laki-laki maupun remaja perempuan. Salah satu tanda keremajaan yang muncul secara biologis pada perempuan yaitu remaja ini akan mengalami menstruasi. Menstruasi biasanya dimulai antar usia 10 dan 16 tahun dan akan berakhir pada masa menopause yaitu 45-50 tahun. Menstruasi sendiri adalah masa perdaraan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa suburnya kecuali apabila terjadi kehamilan (Wiknjosastro 2018).

Menurut *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) tahun 2020, jumlah remaja dunia diperkirakan sebanyak 1,2 miliar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Sebanyak 45% dari total jumlah penduduk 250 juta jiwa di Indonesia berusia dibawah 25 tahun, 1 dari 5 penduduk merupakan remaja berusia antara 10 sampai 19 tahun. Remaja di dunia berjumlah sekitar 24 juta jiwa, rata-rata mendapatkan menarche pada usia

13 tahun. Menurut UNICEF, sebagian besar permasalahan remaja yang terjadi akibat terinfeksi kuman saat menstruasi antara lain Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), infeksi *Bacterial Vaginosis* (BV), dan Infeksi Saluran Kemih (ISK). Untuk mencegah terjadinya permasalahan pada organ reproduksi maka perlu memperhatikan higiene menstruasi. Di asrama atau pondok transmisi penularan penyakit menular dapat meningkat karena semua fasilitas dan aktivitas dilakukan secara bersama, seperti makan, tidur, tempat untuk mencuci, dan kegiatan sanitasi (Chandra-Mouli and Patel 2017). *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 (Notoatmodjo 2012).

Siswa-siswi SMP merupakan masa-masa awal perpindahan dari masa anak-anak menjadi remaja, bisanya pada masa ini identik dengan krisis peran, kebingungan tentang jati diri, dan sering bersifat pemalu, sehingga mereka lebih suka memendam ketidaktahuannya dari pada bertanya. Melalui pendekatan SGD siswi diharapkan menjadi lebih aktif, berani untuk bertanya, dan lebih fokus terhadap apa yang diajarkan. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui pengaruh pemberian

pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro.

## METODE

Desain penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Designs*. Teknik pendekatan yang digunakan adalah pendekatan rancangan pra-pascates dalam satu kelompok (*one-group pra-posttest design*). Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh remaja putri di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro sebanyak 348 siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian remaja putri kelas VIII di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro sebanyak 112 siswi. Pada penelitian ini sampling yang digunakan adalah *probability sampling* yaitu dengan cara *cluster random sampling*. Penelitian menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dan *Chi-Square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

### A. DATA UMUM

- Karakteristik responden berdasarkan usia, tempat tinggal, mendapat informasi dan sumber informasi.

Tabel 4.1 Distribusi usia remaja putri di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro tahun 2023

No	Usia	Frekuensi	Persen (%)
1.	12 tahun	53	47,3
2.	13 tahun	59	52,7
	Jumlah	112	100,00
No	Tempat Tinggal	Frekuensi	Persen (%)
1.	Dengan orangtua	105	93,8
2.	Dengan nenek	4	3,6
3.	Dengan paman	3	2,7
	Jumlah	112	100,00
No	Mendapat informasi	Frekuensi	Persen (%)
1.	Pernah	112	100,0
2.	Tidak pernah	0	0
	Jumlah	112	100,00

No	Sumber informasi	Frekuensi	Persen (%)
1.	Internet	103	92,0
2.	Guru	5	4,5
3.	Orang	4	3,6
	Jumlah	112	100,00

Sumber : Data primer bulan Juli tahun 2023

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 112 responden, sebagian besar responden (52,7%) berusia 13 tahun. Mayoritas responden (93,8%) tinggal bersama orang tua. Seluruh responden (100%) pernah memperoleh informasi tentang *menstrual hygiene*. Mayoritas responden (92%) memperoleh informasi tentang *menstrual hygiene* dari internet.

### B. DATA KHUSUS

- Pengetahuan dan sikap remaja tentang *menstrual hygiene* sebelum pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion*
- Pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan Kesehatan serta hasil uji SPSS.

Tabel 4.2 Pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan serta hasil uji SPSS pada remaja putri di SMP Plus Al-Fatimah Bojonegoro tahun 2023

No	Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
		F	%	F	%
1.	Baik	0	0	27	24,1
2.	Cukup	38	33,9	74	66,1
3.	Kurang	74	66,1	11	9,8
	Jumlah	112	100,	112	100,
			00		00

No	Wilcoxon Signed Ranks Test	p value (signifikan)
1.	Pengetahuan sebelum HE - Pengetahuan sesudah He	0,000

Sumber : Data primer bulan Juli tahun 2023

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 112 responden sebelum pemberian pendidikan kesehatan, sebagian besar (66,1%) dengan pengetahuan kurang tentang *menstrual hygiene*. Dari 112 responden sesudah pemberian pendidikan kesehatan, sebagian besar (66,1%) dengan pengetahuan cukup tentang *menstrual hygiene*.

Hasil uji hipotesis dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan remaja tentang *menstrual hygiene* diperoleh nilai derajat signifikan  $\rho$  (0,000) lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) maka  $H_1$  diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian promosi kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro.

- b) Sikap sebelum pemberian pendidikan kesehatan, sesudah serta hasil uji SPSS  
 Tabel 4.3 Sikap sebelum pemberian pendidikan Kesehatan, sesudah serta hasil uji SPSS pada remaja putri di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro tahun 2023

No	Sikap	Pre Test		Post Test	
		Pre Test	F	%	F
1.	Sikap Positif	68	60,7	95	84,8
2.	Sikap Negatif	44	39,3	17	15,2
	Jumlah	112	100,00	112	100,00
<b>No</b>		<b>Chi-Square Test</b>		<b>p value (signifikan)</b>	
1.	Sikap sebelum HE - Sikap sesudah He			0,000	

Sumber : Data primer bulan Juli tahun 2023

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 112 responden sebelum pemberian pendidikan kesehatan, lebih dari sebagian (60,7%) dengan sikap positif tentang *menstrual hygiene*. Dari

112 responden sesudah pemberian Pendidikan Kesehatan, Sebagian besar (84,8%) dengan sikap positif tentang *menstrual hygiene*.

Hasil uji hipotesis dengan uji *Chi-Square Test* pada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap sikap remaja tentang *menstrual hygiene* diperoleh nilai derajat signifikan  $\rho$  (0,000) lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) maka  $H_1$  diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian promosi kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap sikap remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh diketahui bahwa pada hasil uji beda antara pengetahuan, dan sikap remaja tentang *menstrual hygiene* sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* diperoleh nilai derajat signifikan  $\rho$  (0,000) lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) maka  $H_1$  diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh yang positif dan signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro. *Menstrual hygiene management* menurut WHO yaitu wanita dan remaja perempuan dapat menggunakan material yang bersih saat menstruasi, mempunyai privasi saat mengganti material selama periode menstruasi, serta menggunakan air dan sabun, dan memiliki fasilitas untuk membuang material menstruasi setelah digunakan. Setiap wanita harus paham mengenai menstruasi dan mampu melakukan menejemen higiene menstruasi (Chandra-Mouli and Patel 2017). Tujuan dari *menstrual hygiene* adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan

psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang (Sinaga et al. 2017) Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *menstrual hygiene* yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* pada remaja putri dengan metode *small group discussion*. (Hasibuan and Moedjiono 2015)

Sebelum, dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* dengan metode *small group discussion*, ada pengaruh yang positif, dan signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang menstrual hygiene di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka penulis dapat menyimpulkan beberapa hal diantaranya yaitu, sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* dengan metode *small group discussion*, terdapat sebagian besar remaja dengan pengetahuan kurang tentang *menstrual hygiene* dan lebih dari sebagian remaja dengan sikap positif tentang *menstrual hygiene*. Sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* dengan metode *small group discussion*, terdapat sebagian besar remaja dengan pengetahuan cukup tentang *menstrual hygiene* dan sebagian besar remaja dengan sikap positif tentang *menstrual hygiene*. Ada pengaruh yang positif dan signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan dengan metode *small group discussion* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang *menstrual hygiene* di SMP Plus Al Fatimah Bojonegoro. Dalam hal ini peran orangtua sangat penting dalam hal Pendidikan Kesehatan reproduksi terhadap semaja sehingga informasi yang remaja dapatkan dari

internet bisa membuat remaja lebih bijak. Tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan promosi kesehatan tentang *menstrual hygiene* terutama pada remaja putri yang duduk di kelas VII SMP karena pada tingkatan kelas tersebut biasanya remaja putri baru mendapatkan haid pertama (*menarche*). Untuk penelitian selanjutnya bisa dilakukan dengan metode kualitatif.

### DAFTAR PUSTAKA

- Chandra-Mouli, Venkatraman, and Sheila Vipul Patel. 2017. "Mapping the Knowledge and Understanding of Menarche, Menstrual Hygiene and Menstrual Health among Adolescent Girls in Low- and Middle-Income Countries." *Reproductive Health* 14(1): 1–16. doi:10.1186/s12978-017-0293-6.
- Hasibuan, and Moedjiono. 2015. *Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. "Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan." Jakarta: rineka cipta 193.
- Rahayu, Astuti Wulandari Dewi, and Afi Lutfiyati. 2022. "Pengetahuan Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMPN 3 Tempel Sleman." *Jurnal Indonesia Sehat* 1(1): 15–20.
- Sinaga, Ernawati, Nonon Saribanon, Suprihatin, Nailus Sa'adah, Salamah Ummu, Yulia Andani Murti, Agusniar Trisnamati, and Santa Lorita. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One.
- Widyastuti, Y, A Rahmawati, and Y E Purnamaningrum. 2018. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2018. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.