

PENGARUH METODE *SMALL GROUP DISCUSSION CLASS* TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG DISMENOREA PADA SISWI KELAS VII DI SMP NEGERI 1 KUTA

Ni Luh Putu Kristina Dewi¹, Ni Ketut Noriani², Ni Wayan Sri Rahayuni³
^{1,2,3}Institut Teknologi Kesehatan (ITEKES) Bali, Denpasar. 80225, Indonesia
Penulis Korespondensi: kristinadeui@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Salah satu gangguan yang paling sering terjadi saat menstruasi adalah dismenore. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenoreia di SMP Negeri 1 Kuta.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, design *quasi eksperimen* dengan menggunakan *one group pretest posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri di kelas VII SMP Negeri 1 Kuta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dengan jumlah sampel sebesar 20 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* serta dilakukan analisis data dengan *wilcoxon sign rank test*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dilakukan metode *small group discussion* sebesar (65%), setelah diberikan metode *small group discussion* menjadi (75%).

Simpulan: Ada pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenoreia dengan nilai (*p-value* $0,001 < 0,05$).

Kata kunci: Pengetahuan, Remaja, *Small group discussion class*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja yakni antara usia 10-19 tahun adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia yang sering disebut masa pubertas pada masa pubertas ini terdapat masalah yang sering dihadapi oleh remaja saat menstruasi. Salah satu gangguan yang paling sering terjadi saat menstruasi adalah dismenore. Dismenore yaitu nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah dan terjadi sebelum, selama, atau sesudah menstruasi (Priastana & Dwijayanto, 2020).

Pendidikan kesehatan merupakan upaya yang penting dalam perubahan perilaku kesehatan khususnya untuk pengetahuan tentang cara penanganan dismenore. Beberapa metode pendidikan

kesehatan dapat menjadi pilihan untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam menangani dismenore. Beberapa metode pendidikan kesehatan dapat menjadi pilihan untuk meningkatkan pengetahuan remaja dalam menangani dismenore. Metode yang bisa dipilih dengan ceramah, *brainstorming*, dan *Small Group Discussion Class* (SGD) (Haka, Ii, & Oktafiani, 2023). Metode SGD memang sudah dilakukan oleh beberapa peneliti tetapi peneliti sebelumnya meneliti penerapan SGD dalam mengukur tingkat kecemasan WUS dalam menghadapi pra menopause (Dewi, 2021). Penelitian tentang pengetahuan dan sikap terhadap dismenore sudah banyak dilakukan, namun sejauh ini penelitian menggunakan SGD yang membuktikan pengaruh metode tersebut terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore masih belum ada.

Selain metode, hal penting yang harus diperhatikan dalam pemberian pendidikan kesehatan adalah media yang digunakan, karena semakin menarik media yang digunakan maka semakin mudah bagi pendengar untuk memahami materi yang diberikan. Dalam bidang penyuluhan dan informasi, salah satu media yang sering digunakan adalah media *power point*. Keuntungan dari media ini adalah materi akan tersaji lebih memikat serta menarik, jadi pesan yang disampaikan akan dengan mudah diterima (Dewi, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 1 Kuta pada kelas VII yang terdiri dari 152 siswi dengan jenis kelamin perempuan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 15 orang siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Kuta, dari hasil 10 orang siswi yang diwawancara didapatkan hasil yaitu 6 orang yang mengalami nyeri saat menstruasi dan 4 orang yang hanya kadang-kadang mengalami nyeri saat menstruasi. Kemudian 9 orang yang belum pernah mendengar kata dismenorea dan 1 orang sudah pernah mendengar kata dismenorea. 10 siswi tersebut mengatakan belum mengetahui banyak tentang hal-hal apa saja yang biasa dilakukan untuk mengurangi nyeri saat menstruasi selain tidur dan beristirahat, karena 10 siswi tersebut mengatakan saat mereka mengalami nyeri

saat menstruasi, hal yang mereka lakukan hanya istirahat dan tidur saja.

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa informasi kesehatan tentang reproduksi khususnya dismenorea sangat penting untuk diketahui oleh remaja putri dan dapat dijadikan panduan pada saat mereka mengalaminya atau tidak mengalaminya. Dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui metode *small group discussion class* dan media *power point* tentang pengetahuan dismenorea diharapkan dapat menambah pengetahuan remaja putri tentang dismenorea. Hal inilah yang menarik minat penulis untuk melakukan penelitian tentang pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorea dengan media *power point*.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan *Quasi Experiment* dengan *one group pretest and posttest design*. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 1 Kuta pada bulan April 2025 dengan melibatkan sampel sebanyak 20 remaja putri yang ditentukan menggunakan teknik sampling jenis *nonprobability sampling* yaitu *purposivel sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan lembar kuesioner dan dianalisis menggunakan analisis uji *Wilcoxon sign rank test*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	N	Presentase (%)
Usia		
1. 12 tahun	4	30
2. 13 tahun	16	70

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Sebelum Dilakukan Metode *Small Group Discussion Class* di SMP Negeri 1 Kuta Kabupaten Badung (n=20)

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	4	20
Sedang	13	65
Baik	3	15

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Sebelum Dilakukan Metode *Small Group Discussion Class* di SMP Negeri 1 Kuta Kabupaten Badung (n=20)

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	3	15
Sedang	2	10
Baik	15	75

Tabel 4. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorea pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Kuta (n=20)

Variabel		N	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Wilcoxon Sign Ranks Test P Values
Tingkat Kecemasan	<i>Pre Test</i>	30	0	30	0	<0,001
	<i>Post Test</i>	30	0	30	0	

Berdasarkan tabel diatas didapat hasil yaitu pada penelitian ini seluruh responden berjenis kelamin perempuan dan berada di kelas VII, dengan responden terbanyak berada pada usia 13 tahun yaitu berjumlah 16 orang (70 %). Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan murid sebagian besar memiliki pengetahuan sedang yaitu sebesar 13 responden (65%) sedangkan hanya 3 responden (15%) yang memiliki pengetahuan baik. Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden setelah intervensi memiliki pengetahuan baik sebesar 15 responden (75%), sedangkan hanya 2 responden (10%) yang memiliki pengetahuan sedang.

Tabel 4 menunjukkan hasil analisis statistik *Wilcoxon Sign Rank Test* didapatkan hasil negative ranks 0 hal ini menunjukkan setelah diberikan metode *small group discussion class* tidak ada responden yang mengalami penurunan skor pengetahuan. Sedangkan hasil positive ranks 20, hal ini menunjukkan setelah diberikan metode *small group discussion class* semua responden mengalami peningkatan skor pengetahuan. Ties 6 hal ini menunjukkan ada 6 responden skornya tetap sebelum dan setelah diberikan metode *small group discussion*. Dari hasil uji statistik *Wilcoxon sign rank test* didapatkan nilai Z sebesar 3,321 dan nilai p value < 0,001 ($\alpha < 0,05$). Maka dapat disimpulkan

bahwa terdapat pengaruh metode *small group discussion class* yang bermakna (signifikan) terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorea pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Kuta.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorea dengan nilai *p-value* 0,001 dimana kurang dari 0,05. Artinya, terdapat pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorea. Berdasarkan tabel diatas juga disebutkan nilai *negative ranks* sebesar 0 yang bermakna tidak ada nilai responden dari kelompok *pre-test* lebih rendah dari pada kelompok *post tes*, yang berarti tidak ada responden dari kelompok *post test* memiliki kecemasan yang lebih berat dibandingkan dengan kelompok *pre test*. *Positive Ranks* pada penelitian ini sebesar 14 yang bermakna semua responden memiliki nilai *post test* lebih tinggi dibandingkan dengan nilai *pre test*, berarti semua responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan intervensi. Serta nilai *Ties* pada penelitian ini adalah 6 yang berarti ada nilai yang sama pada kelompok sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Penelitian berjudul hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang dismenorea dan tindakan dalam penanganan dismenorea dilaksanakan oleh Yuniana et al., (2023). Hasil yang didapatkan menunjukkan pengetahuan kategori tidak baik sebanyak 33 orang (62,5%) dan pengetahuan kategori baik sebanyak 20 orang (37,5%), tingkat sikap responden sikap kategori tidak baik sebanyak 34 orang (64,2%) dan sikap kategori baik sebanyak 19 orang (35,8%), kategori tidak melakukan tindakan dalam penanganan dismenore (nyeri haid) sebanyak 36 orang (67,9%) dan yang melakukan tindakan dalam penanganan dismenore (nyeri haid) sebanyak 17 orang (32,1%).

Sejalan dengan penelitian berjudul gambaran pengetahuan remaja tentang dismenore pada siswa putri di MTS NU Mranggen Kabupaten Demak dilakukan oleh Ainun (2020). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang dismenore pada siswa putri. Penelitian ini dilaksanakan di MTS NU Mranggen Kabupaten Demak. Hasil yang didapatkan menunjukkan responden memiliki pengetahuan kurang tentang dismenore yaitu sebanyak 36 siswi (78,3%) dan 4,3% (2 siswi) yang memiliki pengetahuan baik.

Hasil yang sama juga didapatkan dari penelitian berjudul pengaruh *small group discussion* terhadap pengetahuan dismenore pada siswi di SMPN 2 Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro dilakukan oleh Oktari (2018). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *small group discussion* terhadap pengetahuan dismenore pada siswi. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Kepohbaru Kabupaten Bojonegoro. Penelitian ini menggunakan desain pra eksperimental dengan menggunakan pendekatan *one-group pre-post test design* tanpa control. Sampel berjumlah 43 responden. Instrumen yang digunakan berupa ceklist dan kuesioner. Hasil yang didapatkan menunjukkan pengetahuan responden sebelum di lakukan *Small Group Discussion* sebagian besar cukup dan hanya ada satu

yang memiliki pengetahuan sangat baik, pengetahuan responden sesudah di lakukan *Small Group Discussion* sebagian besar sangat baik dan tidak ada satupun yang memiliki pengetahuan cukup, ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan siswi tentang dismenorea sebelum dan sesudah *small group discussion*.

Selain metode, hal penting yang harus diperhatikan dalam pemberian pendidikan kesehatan adalah media yang digunakan, karena semakin menarik media yang digunakan maka semakin mudah bagi pendengar untuk memahami materi yang diberikan. Dalam bidang penyuluhan dan informasi, salah satu media yang sering digunakan adalah media *power point*. Keuntungan dari media ini adalah materi akan tersaji lebih memikat serta menarik, jadi pesan yang disampaikan akan dengan mudah diterima (Dewi, 2021).

Small group discussion adalah rangkaian kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa dalam kelompok-kelompok tertentu untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah dirumuskan. Ada 4 unsur penting dalam pembelajaran *small group discussion*, yaitu adanya peserta, aturan, upaya belajar setiap kelompok dan tujuan yang akan dicapai (Yuniana, Ningrum, & Hidayatunnikmah, 2023).

Strategi *small group discussion* dilakukan dengan membagi siswa dalam kelompok-kelompok yang jumlah anggotanya antara 3-10 orang dalam satu kelompok yang bekerja terlepas dari pemberi penyuluh. Pelaksanaannya dimulai dengan pemberi penyuluhan menyajikan permasalahan secara umum, kemudian masalah tersebut dibagi ke dalam submasalah yang harus dipecahkan oleh setiap kelompok kecil. Selesai diskusi, ketua kelompok menyajikan hasil diskusinya (Ainun, 2020).

Menurut asumsi peneliti pendekatan ini mempunyai beberapa keuntungan diantaranya lebih memberikan kesempatan untuk bertanya serta dapat mengevaluasi pengetahuan siswi secara lisan perorang. Dengan diskusi kelompok kecil, siswa akan belajar menjadi pendengar yang baik dan

memberi umpan yang konstruktif serta menghormati pendapat orang lain. Aktivitas diskusi kelompok kecil dapat membangkitkan ide, menyimpulkan point penting, mengakses tingkat kemampuan dan pengetahuan, memungkinkan memproses *outcome* pembelajaran pada akhir kelas dan dapat menyelesaikan masalah.

Selain metode, hal penting yang harus diperhatikan dalam pemberian pendidikan kesehatan adalah media yang digunakan, karena semakin menarik media yang digunakan maka semakin mudah bagi pendengar untuk memahami materi yang diberikan. Dalam bidang penyuluhan dan informasi, salah satu media yang sering digunakan adalah media *power point*. Keuntungan dari media ini adalah materi akan tersaji lebih memikat serta menarik, jadi pesan yang disampaikan akan dengan mudah diterima.

4. SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value} < \alpha$ ($p\text{-value} < 0,000$, $\alpha = 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi otot progresif terdapat pengaruh metode *small group discussion class* terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorea.

5. REFERENSI

- Ainun, S. (2020). Pengaruh Metode Ceramah dan Metode Brainstorming (CEBRA) terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Penanganan Dysmenorrhea pada Remaja Putri Kelas XII di Madrasah Aliyah Negeri Surabaya. *Skripsi*, 1–96.
- Amalia, P., & Amrullah, Y. (2019). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 287–291. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1423>
- Asiva Noor Rachmayani. (2015). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri terhadap Disminore. *Title*. 6.
- Astuti, S. A., Juwita, F., & Fajriyah, A. (2020). Pengaruh Pemberian Kunyit Asam terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 3(2), 143. <https://doi.org/10.35473/ijm.v3i2.618>
- Dewi, N. K. R. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Dalam Penanganan Dismenore. In *Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*.
- Dharma. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian* (Edisi Revi). Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- FRISTIWI, P., Sumaryono, D., Linda, L., Andeka, W., & ... (2022). Pengaruh Media Video Senam Dysmenorrhea Melalui Aplikasi Tiktok terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Penatalaksanaan Dysmenorrhea di Smp N 4 Kota Retrieved from [http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/eprint/2397%0Ahttp://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/2397/1/SKRI PSI PINGKAN.pdf](http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/id/eprint/2397%0Ahttp://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/2397/1/SKRI%20PSI%20PINGKAN.pdf)
- Haka, N. B., Ii, P. P., & Oktafiani, R. (2023). Pengaruh Metode Small Grup Discussion Berbantu Media Video Animasi Terhadap Skripsi I (Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan memenuhi Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S . Pd) dalam Ilmu Biologi Oleh : Raina Maharani NPM : 19110.
- Handayani, E. Y., & Syahadat, A. (2018). Pencegahan Nyeri Haid Melalui Pemanfaatan Terapi Non-Farmakologi Pada Remaja Putri Sman I Tambusai. *Journal Of Midwifery Science*, 2(1), 14–20.
- Hawari. (2018). *Manajemen Stres, cemas dan depresi*. Jakarta: FKUI.
- KeMenKes RI. (2018). Berat Badan yang Disarankan untuk Wanita - Direktorat P2PTM.
- Kozier. (2015). *Faktor-Faktor Kecemasan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). *Disminore Primer dan Faktor Risiko*

- Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.
- MEINIK, H. (2021). *Perbedaan Pemberian Aromaterapi Lemon Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu Tahun 2021*. XIII+55.
- Mislani, A., Mahdalena, & Syamsul, F. (2019). Penanganan Dismenore Cara Farmakologi dan Nonfarmakologi. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(1), 23–32.
- Nurhalimah, E., Sutrisno, & Fitriani. (2020). Efektivitas Kompres Jahe dan Kompres Serai Terhadap Penurunan Dismenorea di Asrama Putri Universitas An Nuur. *Journal of TSCS1Kep*, 5(2), 46–53.
- Oktari. (2018). *Kompres, Pengaruh Rebusan, Hangat Serai, A I R*.
- Priastana, I. K. A., & Dwijayanto, I. M. R. (2020). Pemanfaatan Tanaman Serai dan Jahe sebagai Anti Nyeri. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 3(4), 27–31.
- Pujalestarigmailcom, E. (2023). *Jurnal Health Reproductive Pengaruh Metode Small Group Discussion (SGD) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Seksual Pranikah Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia Nyeri persalinan sering dialami oleh ibu hamil, terutama pada kala I persalinan* (. 8(2), 34–38.
- Royhanaty, I., Mayangsari, D., & Novita, M. (2018). Manfaat Minuman Serai (Cymbopogo Citrus) Dalam Menurunkan Intensitas Dismenore. *Jurnal SMART Kebidanan*, 5(1), 37. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v5i1.153>
- Setiawan, A. (2016). *Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Tusyukriyah, F., Aisah, S., Fatkhul Mubin, M., Setyawati, D., Studi Keperawatan, P., Muhammadiyah Semarang, U., & Keperawatan Fikkes Universitas Muhammadiyah Semarang, D. (n.d.). *Intervensi Aromaterapi Lemon untuk Mengatasi Dismenore Lemon Aromatherapy Intervention to Overcome Dysmenorrhoea*. 945–953.
- Wulandari, A., Rodiyani, & Sari, R. D. P. (2018). Pengaruh Pemberian Ekstrak Kunyit (*Curcuma longa linn*) dalam Mengatasi Dismenorea [Effect of Turmeric Extract (*Curcuma longa linn*) in Reducing Dysmenorrhoea]. *Majority*, 7(2), 193–197.
- Yuniana, E., Ningrum, N. P., & Hidayatunnikmah, N. (2023). Pengaruh Metode Small Group Discussion (SGD) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Seksual Pranikah (Studi di SMP dan SMK Nurul Huda Bragang Kecamatan Klampis). *Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian “Peran*, 2668–2678.