

Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif untuk meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi remaja sekolah menengah pertama

Amalia Ratu Zharfa^{*)}, Indah Sukmawati

Universitas Negeri Padang, Indonesia

*Corresponding author, e-mail: amaliaratzharfa@gmail.com.

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemahaman peserta didik tentang kesehatan reproduksi remaja sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif serta untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif. Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan desain penelitian *the non equivalent control group*. Subjek dalam penelitian ini adalah 20 orang peserta didik kelas VIII-3 SMP Adabiah Padang. Instrumen yang digunakan angket dengan model *Skala Guttman*. Teknik analisis data yang digunakan yakni *Wilcoxon Singed Rank Test* untuk mengetahui perbandingan skor *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terjadinya peningkatan pemahaman peserta didik mengenai kesehatan reproduksi remaja, serta layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif efektif untuk meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi remaja. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemahaman kesehatan reproduksi remaja dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif efektif.

Keywords: Layanan bimbingan kelompok, pendekatan kognitif, & pemahaman kesehatan reproduksi remaja



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2023 by author.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, maupun sosial. Remaja ada individu yang berada pada rentang usai 12-21 tahun (Wulandari, V. F., & Nirwarna, H., Nurfarhanah, 2012). Masa remaja mengalami perubahan yang sangat pesat secara fisik maupun psikologisnya. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja terlihat pada saat masa pubertas yaitu bertambahnya tinggi dan berat badan serta kematangan sosial. Perubahan-perubahan tersebut dapat menimbulkan persoalan yang kemungkinan dapat mengganggu perkembangan remaja, diantara persoalan yang dihadapi para remaja adalah masalah kesehatan reproduksi (BKKBN, 2008).

Kesehatan reproduksi adalah kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang utuh dan bukan hanya tidak ada penyakit atau kelemahan dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi dan fungsi serta prosesnya (Azhar, S, K., Daharnis & Sukmawati, I., 2013). Pentingnya kesehatan reproduksi bagi remaja adalah karena usia remaja merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. Kristiani & Widjayanti (2021) menjelaskan bahwa konteks kesehatan reproduksi remaja pada masa kini menghadapi sejumlah masalah yang membutuhkan perhatian diantaranya adalah hubungan seksual pranikah, kehamilan yang tidak diinginkan, dan pubertas dini. Kemudian ditambah dengan kurang memadainya informasi tentang kesehatan dan proses reproduksi,

kurangnya pelayanan dan bimbingan tentang lesehatan reproduksi, serta penyebaran HIV/AIDS. Data terbaru Departemen Kesehatan RI tahun 2020 menyatakan bahwa kasus HIV/AIDS di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Seperti selama sebelas tahun terakhir jumlah kasus HIV di Indonesia mencapai puncaknya pada tahun 2019, yaitu sebanyak 50.282 kasus. Berdasarkan data WHO tahun 2019, terdapat 78% infeksi HIV baru di regional Asia Pasifik. Untuk kasus AIDS tertinggi selama sebelas tahun terakhir pada tahun 2013, yaitu 12.214 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Sudah seharusnya kaum pendidik, orangtua, dan guru bersikap lebih tanggap dalam menjaga dan mendidik anak remaja agar ekstra berhati-hati terhadap gejala-gejala sosial, terutama berkaitan dengan masalah seksual yang dapat merusak kesehatan reproduksi remaja (Desyolmita. N & Firman, 2013). Layanan bimbingan dan konseling di sekolah diberikan kepada peserta didik untuk membantu peserta didik dalam memahami dirinya dan dapat memutuskan sikap apa yang akan diambilnya sehingga dapat bertanggungjawab atas keputusan yang telah diambilnya (Firman, 2009). Oleh karena itu, proses konseling dipandang sebagai bentuk proses pendidikan yang bertumpu dalam membantu dan dibantu untuk mengatasi permasalahan yang ada (Karneli, Y., Firman, F., & Netrawati, N., 2018).

Bimbingan kelompok adalah layanan BK dengan mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu. Sejalan dengan itu (Sukma, D., 2018) bimbingan kelompok dan konseling kelompok adalah jenis layanan yang menggunakan dinamika kelompok sebagai dasar dari pengembangan proses kelompok. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengurangi masalah-masalah yang terjadi pada siswa (Neviyarni, S., & Efendi, M., Fajhriani, D., 2015). Bimbingan kelompok dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kognitif. White (Corey, 2019) menjelaskan bahwa terapi kognitif kelompok didasarkan pada teori yang menekankan interaksi pikiran, perasaan, dan perilaku; komponen ini saling terkait dan multi arah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 guru BK di SMP Adabiah Padang ketika ditanyakan apakah sekolah sudah pernah memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi. Guru BK menjawab untuk 5 tahun belakangan ini belum ada informasi yang diberikan kepada siswa terkait kesehatan reproduksi. Dilanjutkan mewawancarai 10 siswa kelas 8 yang diambil secara acak. Hasil wawancara dari 10 siswa tersebut terdapat 7 siswa yang tidak memahami tentang kesehatan reproduksi, dan 3 siswanya lagi memiliki pemahaman yang sedang tentang kesehatan reproduksi. Sebab dari beberapa pertanyaan saat mewawancarai 3 siswa tersebut sekitar 40% dari pertanyaan siswa bisa menjawabnya. Melihat fakta yang ada di lapangan menunjukkan bahwa masih ada peserta didik yang belum paham tentang kesehatan reproduksi, disamping itu guru BK yang belum memberikan informasi kembali mengenai kesehatan reproduksi kepada peserta didik sejak 5 tahun belakang ini. Peran guru BK dalam hal ini sangatlah dibutuhkan agar dapat mencegah dan mengentaskan tindakan yang berlawanan dengan nilai dan norma yaitu dengan memberikan layanan bimbingan konseling salah satunya menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Metode

Metode penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan *quasi* eksperimen dengan desain penelitian *the non-equivalent control group* yang bertujuan untuk melihat perbandingan antara kelompok eksperimen dan kelompok sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif pada kelompok eksperimen dan pada kelompok kontrol tanpa menggunakan pendekatan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII-3 sebanyak 20 orang siswa SMP Adabiah Padang. Adapun teknik analisis menggunakan *Wilcoxon Singed Rank Test* dengan bantuan komputer SPSS versi 20.0.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut terdapat hasil penelitian, berikut hasil *pretest* dan *posttest* pemahaman kesehatan reproduksi remaja pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun skor *pretest* dan *posttest* yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1. *Pretest-Posttest* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Kode siswa	Pretest			Posttest			Kode siswa	Pretest			Posttest		
	Jumlah	%	Kategori	Jumlah	%	Kategori		Jumlah	%	Kategori	Jumlah	%	Kategori
E. CA	33	61	R	47	87	T	K. RO	34	63	R	39	72	S
E. KV	33	61	R	40	74	S	K. SA	28	65	R	36	69	R
E. KI	33	61	R	47	87	T	K. AF	38	58	S	40	65	S
E. FM	30	63	R	41	82	S	K. SC	40	70	S	42	70	S
E. FS	29	60	R	37	80	S	K. FP	39	74	S	41	78	S
E. FF	37	77	S	40	80	S	K. HH	38	72	S	38	76	S
E. CT	46	85	T	51	94	T	K. DA	42	79	T	42	78	T
E. AY	33	69	S	42	82	T	K. SP	47	87	T	48	76	T
E. ME	32	67	S	44	88	T	K. KR	47	87	T	44	81	S
E. AZ	41	85	T	46	92	T	K. AR	47	87	T	46	81	T
Jumlah	347			435				400			416		
Mean	34,7	69		43,5	85			40,0	74		41,6	74,6	

Berdasarkan tabel 1 diperoleh skor rata-rata hasil *pretest* peserta didik pada kelompok eksperimen adalah 34,7 dengan persentase 69% dari data tersebut maka ditafsirkan bahwa tingkat pemahaman kesehatan reproduksi remaja pada tingkat sedang dan pada hasil *posttest* yang dilakukan, diperoleh skor rata-rata 43,5 dengan persentase 85% dapat ditafsirkan bahwa tingkat pemahaman kesehatan reproduksi remaja peserta didik setelah dilakukannya perlakuan berada pada kategori tinggi. Sementara itu pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata hasil *pretest* peserta didik adalah 40,0 dengan persentase 74%. Dari data tersebut dapat ditafsirkan bahwa tingkat pemahaman kesehatan reproduksi remaja berada pada kategori sedang. Pada hasil *posttest* kelompok kontrol dengan rata-rata 41,6 dengan persentase 74,6%, maka dapat ditafsirkan bahwa pemahaman kesehatan reproduksi pada peserta didik kelompok kontrol meningkat.

Selanjutnya untuk menilai efektif atau tidaknya layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif dilakukan analisis menggunakan uji *wilcoxon signed rank test* dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 20.0. Berikut hasil uji *wilcoxon signed rank test*:

Tabel. 2 Hasil Uji *Wilcoxon*

	Test Statistics ^a	
	Post-test Eksperimen - Pre-test Eksperimen	Post-test Kontrol - Pre-test Kontrol
Z	-2,807 ^b	-1,479 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005	,139

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 2, bahwa signifikansi (2-tailed) pada kelompok eksperimen sebesar 0,005 yang artinya lebih kecil dari 0,05 (0,005<0,05), sedangkan signifikansi (2-tailed) pada kelompok kontrol sebesar 0,139 yang artinya lebih besar dari 0,05 (0,138>0,05). Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif efektif untuk meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi remaja.

Perubahan fisik, kejiwaan dan kematangan seksual

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pemahaman perubahan fisik, kejiwaan, dan kematangan seksual secara keseluruhan meningkat dengan kategori tinggi pada kelompok eksperimen dan kategori sedang pada kelompok kontrol. Pembekalan pengetahuan tentang perubahan fisik, kejiwaan, dan kematangan seksual memudahkan peserta didik dalam memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkannya (Marmi, 2015). Sehingga informasi mengenai perubahan fisik, kejiwaan, dan kematangan seksual sangat diperlukan. Sejalan dengan hal tersebut WHO (Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., dll. 2021) menjelaskan bahwa semakin banyak informasi yang diperoleh dapat menambah pengetahuan individ yang menimbulkan kesadaran sehingga pada khirnya individu bersika dan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang ia miliki.

Cara menjaga dan merawat alat reproduksi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai cara menjaga dan merawat alat reproduksi secara keseluruhan berada pada kategori sedang baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Peserta didik sangat perlu mendapatkan perhatian khusus dalam menjaga kesehatannya, terutama kesehatan reproduksi remaja yang ditandai dengan organ reproduksi yang telah berfungsi dan tanda-tanda seksual yang tumbuh (Sarwono, 2005).

Pengendalian naluri seksual

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengendalian naluri seksual secara keseluruhan berada pada kategori sedang baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Remaja perlu mengendalikan naluri seksualnya dengan cara menyalurkannya menjadi kegiatan yang positif (Marmi, 2005). Hal tersebut sejalan dengan Santoso. B. E (2009) yang menjelaskan bahwa pengendalian naluri seksual dapat disalurkan menjadi kegiatan yang positif, agar terhindar dari penyimpangan seksual yang berdampak pada kehamilan yang tidak diinginkan.

Pergaulan yang sehat antar lawan jenis

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pergaulan yang sehat antar lawan jenis secara keseluruhan berada pada kategori sedang baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Pergaulan yang sehat antara remaja laki-laki dan perempuan banyak ditemukan kewaspadaan terhadap masalah remaja. Sehingga remaja memerlukan informasi tersebut agar selalu waspada dan berperilaku reproduksi sehat dalam bergaul dengan lawan jenisnya (Marmi, 2015).

Mempertahankan diri dalam menghadapi ajakan yang mengarah ke hubungan seksual

Berdasarkan hasil penelitian mengenai mempertahankan diri dalam menghadapi ajakan yang mengarah ke hubungan seksual secara keseluruhan berada pada kategori tinggi baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Masalah seks pada remaja sering kali mencemaskan para orangtua. Adapun yang dimaksud dengan perilaku seksual ialah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual baik dengan lawan jenis maupun sesama jenis (Sarwono, Sarlito. W., 2012) Sehubungan dengan itu Balitbangkes (2015) menjelaskan bahwa remaja harus dibekali dengan kemampuan untuk dapat menolak melakukan perilaku pornografi.

Simpulan

Berdasarkan hasil temuan dan pembahasan maka dari itu diperoleh kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan kognitif efektif untuk meningkatkan pemahaman peserta didik mengenai kesehatan reproduksi remaja di SMP Adabiah Padang.

Referensi

- Azhar, S. K., Daharnis, I., & Sukmawati, I. (2013). Persepsi siswa tentang layanan informasi kesehatan reproduksi remaja yang diberikan guru BK SMAN 1 Kubung. *Jurnal Ilmiah Konseling*, 2(1), 146-150.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (BALITBANGKES). (2015). *Dokumen rumusan hasil penelitian tahun 2014*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- BKKBN. (2008). *Modul kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta: BKKBN
- Corey. (2012). *Theory & practice of group counseling, eight edition*. US: Brooks/Cole.
- Desyolmita, N. & Firman (2013). Hubungan Persepsi Dengan Peranan Siswa Dalam Pelaksanaan Program Kegiatan Pusat Informasi Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMP N 2 Pariaman. *Konselor*, 2(1).
- Firman. (2009). Tanggung jawab profesi guru dalam era teknologi informasi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, IX(1), 48-57.
- Karneli, Y., Firman, F., & Netrawati, N. (2018). Upaya Guru BK/Konselor untuk menurunkan perilaku agresif siswa dengan menggunakan konseling kreatif dalam bingkai modifikasi kognitif perilaku. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(2), 113-118.
- Kementerian Kesehatan. (2020). *Infodatin pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI*. Diperoleh dari <https://www.kemkes.go.id/>
-

-
- Marmi. 2015. *Kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Neviyarni, S., & Efendi, M., Fajhriani, D. (2015). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Memahami Ayat-Ayat Alquran untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di Mts. Alfurqan Padang. *Konselor*, 4(2), 76-83.
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., dll. (2021). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Santoso. B. E (2019). *Menangkal perilaku seks pada remaja*. Diambil dari <https://stikessurabaya.ac.id>
- Sarwono. (2008). *Psikologi remaja*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sukma, D. (2018). Concept and application group guidance and group counseling base on Prayitno's paradigms. *Konselor*, 7(2), 49-54.
- Wulandari, V. F., Nirwana, H. & Nurfarhanah (2012). Pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi remaja melalui layanan informasi. *Konselor*, 1(2).