

PUBLICATION MANUSCRIPT

NASKAH PUBLIKASI

**COMPARATIVE STUDY INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION BY THE
METHOD OF SNOWBALL AND SIMULATION GAMES OF SNAKES
HOUSEHOLD TOWARD ON FEMALE STUDENTS KNOWLEDGE
ABOUT MENSTRUAL HYGIENE IN JUNIOR HIGH SCHOOL
OF MUHAMMADIYAH 2 PENAJAM PASER UTARA**

**KOMPARASI PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE SNOWBAL
DAN SIMULASI PERMAINAN ULAR TANGGA TERHADAP
PENGETAHUAN SISWI MENGENAI *HYGIENE*
MENSTRUASI DI SMP MUHAMMADIYAH 2
PENAJAM PASER UTARA**

Ainun Sakina¹, Rahmi Susanti², Sri Sunarti³



DIAJUKAN OLEH

AINUN SAKINA

11.113082.4.0104

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
SAMARINDA**

2015

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan untuk publikasi penelitian dengan judul:

KOMPARASI PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN METODE SNOWBALL DAN SIMULASI PERMAIAN ULAR TANGGA TERHADAP PENGETAHUAN SISWI MENGENAI HYGIENE MENSTRUASI DI SMP MUHAMMADIYAH 2 PENAJAM PASER UTARA

Bersamaan dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

Pembimbing I

Rahmi susanti, S.KM., M.Kes
NIDN.1105098702

Pembimbing II

Sri Sunarti, SKM
NIDN.1115037801

Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi

Lisa Wahidatul Oktaviani.,S.KM.,MPH
NIDN. 1108108701

Peneliti

Ainun Sakina
NIM. 1111308240104

**Comparative Study Influence of Health Education by the Method of snowball And
Simulation Games of Snakes household Toward on Female Students
Knowledge About Menstrual Hygiene In Junior High School
of Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara**

Ainun Sakina¹, Rahmi Susanti², Sri Sunarti³

ABSTRAK

Adolescent which is the largest population in the world undergo various processes related changes in reproduction health. For women it starts with menstruation or first menstruation (menarche). At that time the menstrual hygiene is very worth noting, this can be supported on the knowledge of adolescents themselves. Health education has a variety of methods to improve health knowledge one of them was discussions with the snowball method and method of playing the simulation game of snakes hausehold. This study aims to determine the effect differences snowball method and simulation of the game of snakes household for students knowledge about menstrual hygiene. This research is a quasi-experimental design experiment with non equivalent control group design. Sample in this study were all students who had been menstruating at SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara by 60 students which is then divided into 2 groups. 30 female students and 30 student groups snowball group simulation game of snakes household. Based on the results of the study there are differences in the value of knowledge before and after the group snowball. There are differences in the value of knowledge before and after the group of snakes hausehold game simulation. There are significant differences between the snowball method and simulation of the game of snakes hausehold for students knowledge about menstrual hygiene in 60 female students at SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara. Suggested to the school to conduct discussions snowball to the students to improve health, especially reproductive health knowledge.

Keywords: Health Education, Snowball, Simulation Game Snakehausehold, Menstrual Hygiene

¹ Student of Kesehatan Masyarakat STIKES Muhammadiyah

² Lecture of STIKES Muhammadiyah

³ Lecture of STIKES Muhammadiyah

Komparasi Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *Snowball* Dan Simulasi Permainan Ular Tangga Terhadap Pengetahuan Siswi Mengenai *Hygiene* Menstruasi Di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara

Ainun Sakina¹, Rahmi Susanti², Sri Sunarti³

INTISARI

Remaja yang merupakan populasi terbesar di dunia mengalami berbagai proses perubahan terkait kesehatan reproduksi. Bagi wanita hal ini diawali dengan haid atau menstruasi pertama kali (*menarche*). Saat itu *hygiene* menstruasi sangat perlu diperhatikan, hal ini dapat didukung dari pengetahuan remaja itu sendiri. Pendidikan kesehatan memiliki berbagai metode untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan salah satunya metode diskusi dengan *snowball* dan metode bermain dengan simulasi permainan ular tangga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain kuasi eksperimen *non ekuivalen control group desain*. Sample dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang telah mengalami menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara sebanyak 60 siswi yang kemudian dibagi menjadi 2 kelompok. 30 siswi kelompok *snowball* dan 30 siswi kelompok simulasi permainan ular tangga. Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok *snowball*. terdapat perbedaan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok simulasi permainan ular tangga. Terdapat perbedaan yang signifikan antara metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi pada 60 siswi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara. Disarankan kepada sekolah untuk melakukan kegiatan diskusi *snowball* kepada siswi untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan khususnya kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, *Snowball*, Simulasi Permainan Ular Tangga, *Hygiene* Menstruasi

¹ Mahasiswa Kesehatan Masyarakat STIKES Muhammadiyah

² Dosen pengajar STIKES Muhammadiyah

³ Dosen pengajar STIKES Muhammadiyah

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan kesejahteraan fisik, mental dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi, serta prosesnya (ICPD Kairo, 1994). Kesehatan reproduksi perlu dijaga dan dilakukan sejak dini terutama ketika mulai beranjak remaja disaat organ reproduksi mulai tumbuh menjadi matang.

Remaja merupakan ppopulasi yang besar dari penduduk dunia. Menurut WHO (*World Health Organization*) sekitar seperlima penduduk dunia adalah remaja. Hasil Sensus Penduduk tahun 2010 di Indonesia menunjukkan bahwa jumlah remaja sekitar 64 juta atau 27,6% dari jumlah penduduk Indonesia. Sebesar 49,30 % atau 31.279.012 jiwa diantaranya adalah remaja perempuan (BKKBN, 2013).

Pada masa remaja, mereka mengalami berbagai macam proses perubahan terkait dengan kesehatan reproduksi. Perubahan tersebut sering dikenal dengan istilah masa pubertas yang ditandai antara lain dengan pertumbuhan badan yang cepat dan datangnya menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja perempuan (Proverawati, 2009).

Hal-hal yang perlu diperhatikan saat mengalami menstruasi antara lain *hygiene* menstruasi. Perilaku *hygiene* menstruasi harus dijaga karena darah yang keluar saat menstruasi menyebabkan daerah sekitar vagina lebih lembab dari biasanya sehingga kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (Pribakti, 2012).

Salah satu faktor yang mendukung terjadinya perilaku *hygiene* menstruasi adalah pengetahuan. Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Kurangnya pengetahuan mengenai personal *hygiene* saat menstruasi beresiko terjadinya perkembangbiakan bakteri sehingga mengakibatkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) (Proverawati, 2009).

Infeksi ini jika tidak ditangani dengan benar maka akan dapat masuk hingga kedalam rahim dan menyebabkan kanker leher rahim (Dito dan Ari, 2011)

Pengetahuan *hygiene* menstruasi dapat ditingkatkan dengan melakukan upaya pendidikan kesehatan. Faktor-faktor yang mempengaruhi suatu pendidikan kesehatan disamping masukannya juga metode penyampaian pesan atau metode pendidikan kesehatan yang digunakan, harus sesuai sasaran sehingga pesan yang ingin disampaikan dapat diterima dengan optimal. Adapun untuk sasaran kelompok kecil metode yang cocok antara lain bola salju (*Snowball*) dan simulasi permainan (*Simulation Game*) (Notoatmodjo, 2011).

Snowball Throwing merupakan salah satu model pembelajaran aktif (*Active Learning*) yang dalam pelaksanaannya banyak melibatkan siswa (Suprijono, 2009). Hasil penelitian Megasari (2013) menyebutkan bahwa metode pembelajaran *snowball throwing* dapat meningkatkan pengetahuan siswa dengan kelebihan melatih kesiapan dalam merumuskan dan menjawab pertanyaan.

Metode lainnya yang dapat meningkatkan pengetahuan adalah simulasi permainan dengan ular tangga. Permainan ular tangga ini menuntut semua peserta bermain secara aktif (Pratiwi, 2012). Penelitian lain dilakukan Yudianto (2011) menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa yang diberi intervensi permainan ular tangga.

Kanker serviks merupakan jenis kanker terbanyak di Indonesia setelah kanker payudara. Menurut WHO, 490.000 perempuan di dunia setiap tahun didiagnosis terkena kanker serviks dan 80% berada di negara berkembang termasuk Indonesia. Setiap satu menit muncul satu kasus baru setiap dua menit satu orang perempuan meninggal di dunia karena kanker serviks. Artinya Indonesia akan kehilangan 600-750 orang perempuan yang masih produktif setiap bulannya (Jamaan, 2013)

Menurut beberapa penelitian menyebutkan bahwa kanker ini disebabkan oleh virus *Human Papilloma Virus* (HPV) yang muncul karena berbagai macam penyebab salah satunya perilaku yang tidak higienis pada saat menstruasi (Progestian, 2009).

Survei awal yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara yang terletak di Desa Babulu pada tanggal 3 Desember diperoleh data dari 9 siswi yang sudah mengalami menstruasi, 8 siswi tidak mengganti pembalut 4-5 kali saat menstruasi sedang banyak, 3 siswi menyukai pakaian dalam yang ketat dan 3 siswi tidak memotong kukunya saat sedang mengalami menstruasi. Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi dan *hygiene* menstruasi lebih rendah di daerah pinggiran dan pedesaan jika dibandingkan dengan daerah perkotaan (Tursina, 2011. Kusumastuti, 2012).

Uraian tersebut di atas membuat penulis tertarik melakukan penelitian mengenai perbandingan pengaruh pendidikan kesehatan metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan remaja mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengeidentifikasi karakteristik responden di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara
2. Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan metode *snowball* terhadap pengetahuan remaja mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara.
3. Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan metode simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan remaja mengenai *hygiene* menstruasi di SMP

Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara.

4. Mengetahui perbedaan pengaruh pendidikan kesehatan metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan remaja mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain kuasi eksperimen *Non Equivalent Control Group Design*. Penelitian ini melibatkan dua kelompok eksperimen, yaitu kelompok satu (I) dan kelompok dua (II). Pada kelompok eksperimen I diberi perlakuan dengan menggunakan pendidikan kesehatan metode *snowball* mengenai *hygiene* menstruasi dan kelompok eksperimen II dengan menggunakan pendidikan kesehatan metode simulasi permainan ular tangga mengenai *hygiene* menstruasi.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Februari 2015 di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara dengan populasi seluruh siswi SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara tahun 2014 sebanyak 64 siswi yang telah mengalami menstruasi dan bersedia menjadi responden, serta masuk sekolah pada hari penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut responden yang memenuhi kriteria adalah 60 siswi. Sample pada penelitian ini adalah total populasi, sehingga seluruh responden yang memenuhi kriteria menjadi sample dalam penelitian ini.

Data dikumpulkan menggunakan angket penelitian yang sebelumnya telah dilakukan uji coba pada 30 siswi di MTs. Al-Amin Babulu pada tanggal 21 Februari 2015 yang juga dilakukan uji coba media ular tangga. Hasil yang diperoleh adalah dari total 8 pertanyaan 1 pertanyaan tidak valid dan media ular tangga mudah dipahami dari segi permainan, jenis dan ukuran tulisan serta menarik.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Hasil analisis univariat yang di peroleh adalah sebagai berikut

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan Siswi Mengenai *Hygiene* Menstruasi Sebelum (*pretest*) Setelah (*posttest*) Diberi Pendidikan Kesehatan dengan Metode *Snowball* di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>d</i>
<i>Mean</i>	4	6.83	2.83
<i>Median</i>	4	7	-
<i>Minimum</i>	1	5	-
<i>Maximum</i>	6	7	-

Sumber: Data Primer

Rata-rata nilai 30 siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *snowball* adalah 4. Nilai minimum yang dicapai siswi adalah 1 dan nilai maksimal yang dapat dicapai siswi adalah 6 dengan median nilai 4. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode *snowball* rata-rata nilai 30 siswi adalah 6.83. Nilai minimal yang dicapai siswi adalah 5 dan nilai maksimal yang dicapai siswi adalah 7 dengan median nilai 7. Sehingga selisih nilai mean yang dicapai mencapai 2.83

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan Siswi Mengenai *Hygiene* Menstruasi Sebelum (*pretest*) Setelah (*posttest*) Diberi Pendidikan Kesehatan dengan Metode Simulasi Permainan Ular-tangga di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>d</i>
<i>Mean</i>	4.97	6.6	1.63
<i>Median</i>	5	7	-
<i>Minimum</i>	3	6	-
<i>Maximum</i>	7	7	-

Sumber: Data Primer

Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan metode simulasi permainan ular tangga rata-rata nilai 30 siswi adalah 4.97. nilai minimal yang dicapai siswi adalah 3 dan nilai maksimal yang dicapai siswi adalah 7 dengan median nilai 5. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode

simulasi permainan ular tangga rata-rata nilai 30 siswi adalah 6.6. Nilai minimal yang dicapai siswi adalah 6 dan nilai maksimal yang dicapai siswi adalah 7 dan median nilai 7. Sehingga selisih nilai mean yang dicapai mencapai 1.63

Analisis Bivariat

Sebelum dilakukan analisis bivariat terlebih dahulu dilakukan uji normalitas, setelah diuji semua data tidak normal sehingga digunakan uji alternatif yakni *wilcoxon sign rank test* dan *Mann whitney U test*.

Tabel 1.3 Pengaruh metode *snowball* terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara

	Nilai
Z	-4.740
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Diketahui terdapat pengaruh metode *snowball* terhadap pengetahuan 30 siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara tahun 2015 dengan nilai *P-value* sebesar 0.000, nilai ini lebih kecil dari tingkat kesalahan (α) yaitu 0.05.

Tabel 1.4 Pengaruh pendidikan kesehatan metode simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara

	Nilai
Z	-4.184
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Diperoleh nilai *P-value* sebesar 0.000, nilai ini lebih kecil dari tingkat kesalahan (α) yaitu 0.05, sehingga diketahui terdapat pengaruh metode simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan 30 siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara tahun 2015.

Tabel 1.5 Komparasi Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Snowball dan Simulasi Permainan Ular tangga Terhadap Pengetahuan Siswi Mengenai *Hygiene* Menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara

	Komparasi Pengetahuan Metode Snowball Dan Simulasi Permainan Ular Tangga	Pengaruh
Mann-Whitney U	257.000	
Wilcoxon W	722.000	
Z	-2.913	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004	

Uji *mann whitney* digunakan untuk melihat pengaruh antara grup *snowball* dan simulasi permainan ular tangga diperoleh nilai *P-value* sebesar 0.004, nilai ini lebih kecil dari tingkat kesalahan (α) yaitu 0.05, sehingga diketahui terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara pendidikan kesehatan dengan metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara tahun 2015 dan Kelompok *snowball* memiliki signifikansi lebih tinggi sehingga lebih efektif meningkatkan pengetahuan dibandingkan dengan menggunakan metode simulasi permainan ular tangga

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian yang dilakukan pada responden, yakni siswi SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara usia pertama kali menstruasi (*menarche*) dan penggunaan jenis pembalut (gel, pewangi dan sayap). Responden berusia 12-17 tahun dengan usia terbanyak 14 tahun yakni 25 siswi dari total 60 siswi, hal ini masih sesuai dengan usia siswi SMP pada umumnya yakni berusia sekitar 13-15 tahun.

Pada dasarnya usia saat seorang anak perempuan mulai mengalami menstruasi (*menarche*) sangat bervariasi yakni pada rentang 12-16 tahun (proverawati, 2009). Rentang usia tersebut tidaklah pasti, usia awal dapat lebih cepat atau lebih lambat sesuai penelitian yang dilakukan Aryanti (2008) bahwa usia *menarche* di pengaruhi

lemak dalam tubuh dan status gizi. Penelitian juga dilakukan Shyvia (2013) ditemukan bahwa usia *menarche* pada remaja dipengaruhi status gizi, keturunan, lingkungan dan indeks masa tubuh (IMT).

Berdasarkan hasil penelitian usia responden saat pertama kali mengalami *menarche* pada rentang usia 11-16 tahun dengan jumlah terbanyak terjadi pada usia 12 tahun, Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan pada responden mengenai usia *menarche*.

Pemilihan pembalut yang aman adalah pembalut yang memiliki daya serap tinggi, meski demikian harus tetap mengganti pembalut tiap 4-5 jam saat darah haid sedang banyak tidak hanya saat pembalut terasa lembab. Penelitian yang dilakukan Syatriani (2011) menunjukkan bahwa menggunakan pembalut dalam jangka waktu lama dapat meningkatkan resiko terkena kanker serviks.

Tren penggunaan pembalut masa kini yang disukai remaja adalah pembalut yang tipis dan memiliki daya serap ekstra sehingga mereka tidak merasa risih dengan bentuknya yang tebal. Pembalut yang memiliki daya serap ekstra biasanya menggunakan gel yang berlebihan sehingga dapat meminimalisir bentuknya setipis mungkin.

Hal tersebut membuat remaja putri merasa tidak perlu mengganti pembalut yang mereka gunakan karena pembalut mereka sudah cukup menyerap darah menstruasi meski dipakai seharian. Pengetahuan seperti inilah yang seharusnya diperbaiki mengingat remaja sangat mudah terpengaruh informasi baru yang belum jelas kebenarannya

Metode Snowball

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode *snowball* berpengaruh terhadap pengetahuan 30 siswi di SMP muhammadiyah 2 Penajam Paser utara mengenai *hygiene* menstruasi dibuktikan dengan hasil uji statistika menggunakan uji *wilcoxon sign rank test* seperti yang ditunjukkan tabel 4.9. Hal ini seperti yang

diungkapkan Notoadmodjo (2011) bahwa dalam proses pendidikan kesehatan dipengaruhi faktor-faktor diantaranya media dan metode promosi kesehatan.

Pelaksanaan pendidikan kesehatan metode *snowball* ini dilakukan dengan membentuk kelompok yang terdiri dari teman sebaya dan akan membahas mengenai suatu masalah oleh sebab itu setiap orang harus mengeluarkan pendapatnya. Diperlukan kerjasama antar tim untuk melaksanakan metode ini, dengan kata lain metode ini menuntut siswi untuk tidak individualis melainkan bersama tim atau kooperatif. Belajar secara kooperatif adalah belajar bersama sebagai suatu tim untuk menyelesaikan tugas-tugas kelompok untuk mencapai tujuan bersama, sehingga tiap anggota kelompok mempunyai tanggung jawab yang sama untuk keberhasilan kelompoknya.

Metode pendidikan kesehatan ini dilakukan selama kurang lebih selama satu jam dengan jumlah responden 30 siswi yang dibagi menjadi 5 kelompok kemudian menjalankan diskusi *snowball*. Metode ini memiliki beberapa kelemahan antara lain sangat bergantung pada anggota didik, kelas menjadi tidak kondusif serta memerlukan waktu yang panjang.

Saat pelaksanaan pendidikan kesehatan dengan metode *snowball* siswi yang menjadi anggota sangat antusias meski waktu yang disediakan sekolah kurang cukup. Materi yang dibawakan mengenai *hygiene* menstruasi yang merupakan hal pribadi yang telah dialami masing-masing siswi serta topik ini sangat jarang dibicarakan secara serius, sehingga hal ini merupakan kesempatan siswi untuk terbuka dan mencari tahu tanpa merasa malu. Kondisi kelas masih dapat di kendalikan peneliti selama berjalannya penelitian.

Pendidikan kesehatan metode *snowball* merupakan modifikasi metode diskusi kelompok. Prinsipnya sama dengan diskusi kelompok pada umumnya. Bedanya pada diskusi ini terjadi pengumpulan ide atau pendapat karena peserta diskusi dikumpulkan dari sedikit menjadi kelompok

besar (Notoatmojo, 2011). Pelaksanaan metode *snowball* dapat dilakukan dengan diawali dari sepasang individu maupun dari kelompok-kelompok kecil yang diberikan pernyataan atau kemudian menyatukan pendapat dengan cara berdiskusi bergulir kemudian akhirnya menjadi satu kesatuan kelompok besar.

Pendidikan kesehatan Metode *snowball* dapat meningkatkan penguasaan materi siswa karena dalam metode ini siswa dituntut untuk bertanya sehingga jika terdapat hal yang masih kurang dipahami dapat ditanyakan kepada teman lain metode tersebut juga membantu siswa untuk berfikir kritis terhadap masalah yang ditemukan (Ambasari, 2013).

Pengetahuan merupakan hasil pengindran manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya (Notoatmodjo, 2011). Demikian pula pengetahuan *hygiene* menstruasi, pemahaman seseorang terhadap sistem maupun fungsi reproduksinya sangatlah penting. Seseorang yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup, akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksinya dan pada akhirnya ia akan melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri.

Pengetahuan yang cukup akan membantu remaja putri untuk mempersiapkan diri, baik dari segi psikologis maupun perilaku. Pengetahuan yang kurang menyebabkan remaja putri berbagai masalah antara lain *disminore* berat, takut, dan bingung. Informasi atau pengetahuan yang salah akan memperburuk keadaan tersebut (Nelwati, 2006).

Menurut Piaget dalam Fatimah (2006), masa usia sekolah menengah adalah masa anak mulai belajar disekolah untuk mengembangkan interaksi sosial dengan belajar menerima pandangan, nilai dan norma sosial dan mampu berinteraksi sosial dimulai dari tingkat sederhana yaitu teman sebaya.

Siswa yang masih dalam usia remaja cenderung mendengarkan atau melakukan

hal yang dibenarkan oleh kelompoknya dan juga remaja cenderung melawan orang dewasa (orang tua) oleh sebab itu pendekatan yang baik adalah dengan cara berbagi informasi sesama teman sebaya dengan pengawasan sehingga informasi yang diterima tidak simpang siur (Soamole, 2004).

Banyak remaja putri yang tidak mendapat informasi memadai dari orang tua, terutama ibu sebagai sumber informasi terdekat. Remaja lebih senang membicarakan dengan teman sebaya yang belum tentu memiliki pengetahuan yang baik pula. Salah satu penyebab hal ini karena orang tua sendiri tidak memiliki pengetahuan yang cukup. Orang tua dengan pendidikan yang tinggi lebih fleksibel membicarakan kesehatan reproduksi kepada anaknya (Ekasari, 2007).

Diskusi dengan menggunakan metode *snowball* ini memiliki tujuan utama untuk bertukar informasi yang selanjutnya dapat meningkatkan pengetahuan tiap peserta. Penelitian yang dilakukan Megasari (2013) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan pencegahan DBD sebelum dan sesudah diskusi menggunakan metode *snowball* terhadap siswa SD. Metode ini dianggap mampu menyampaikan informasi kesehatan kepada peserta didik dan efektif meningkatkan pengetahuan peserta didik.

Pendidikan kesehatan metode *snowball* yang merupakan diskusi kelompok mengharapakan remaja lebih terbuka dalam mengikuti pendidikan kesehatan *hygiene* menstruasi dalam situasi yang santai dan informal serta diberi kebebasan untuk memberikan pernyataan yang sesuai dengan pendapatnya serta dapat saling bertukar informasi yang benar sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswi agar terhindar dari gangguan reproduksi akibat perilaku yang tidak *hygiene*.

Metode Simulasi Permainan Ular Tangga

Perilaku higienis merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Hal ini disebabkan berdasarkan

kajian teoritis yang ada, salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku higienis. Namun demikian perilaku higienis pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Indriastuti, 2009).

Jika remaja putri melakukan perilaku higienis pada saat menstruasi maka akan terhindar dari berbagai macam penyakit reproduksi. Perilaku tersebut dapat diawali dengan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi khususnya *hygiene* menstruasi yang baik. Sesuai dengan teori perilaku yang dikemukakan Lawrence green dalam Notoatmodjo (2011) bahwa pengetahuan merupakan langkah awal atau *predisposing*. Dengan demikian rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memungkinkan perempuan tidak berperilaku higienis pada saat menstruasi.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan. Penerapannya dapat dilakukan dengan berbagai media dan metode yang dapat meningkatkan pengetahuan melalui panca indra. Sejalan dengan penelitian Meilani (2014), pendidikan kesehatan reproduksi dapat mengurangi informasi yang keliru, meningkatkan pengetahuan yang tepat serta menguatkan nilai dan sikap positif

Metode simulasi permainan ular tangga merupakan salah satu metode pembelajaran Media permainan dalam pembelajaran merupakan alat penyalur pesan ke penerima pesan. Sebagai pembawa pesan dalam pembelajaran media permainan ular tangga bertujuan untuk mempermudah tercapainya tujuan pembelajaran yang ditetapkan. Siswa tidak semata-mata hanya untuk mendapat kesenangan, melainkan kegiatan untuk mempermudah pemahaman siswa dalam belajar.

Seperti yang dikemukakan Magnesen (Magnesen dalam Dewi Salma, 2009) bahwa belajar terjadi dengan 10%

membaca, 30% melihat dan mendengar, 90% melakukan. Oleh sebab itu pembelajaran yang optimal dengan melibatkan lebih banyak indera akan menghasilkan kesuksesan belajar. Keinginan sendiri tanpa paksaan untuk belajar juga merupakan salah satu faktor yang membuat seseorang lebih kuat mengingat.

Permainan ular tangga sebagai bagian dari metode pendidikan kesehatan permainan simulasi merupakan salah satu bentuk proses belajar. Menurut Piaget dalam Fatimah (2006), dasar dari belajar adalah aktivitas seseorang bila ia berinteraksi dengan lingkungan sosial dan lingkungan fisiknya. Pendidikan kesehatan dengan metode permainan ular tangga dilakukan dalam kelompok-kelompok kecil, hal ini memberikan kesempatan bagi seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain dan memungkinkan terjadinya pertukaran ide-ide antar peserta melalui media ular tangga yang telah dimodifikasi sesuai dengan tujuan penelitian. Sehingga peserta mampu mengetahui informasi mengenai hygiene menstruasi.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswi mengenai hygiene menstruasi pada 30 siswi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara seperti yang di tunjukkan pada tabel 4.10 yakni hasil uji statistika menggunakan uji *wilcoxon sign rank test*.

Saat memainkan permainan ular tangga, indra yang digunakan selain mata adalah telinga. Responden membaca pertanyaan atau perintah dan melihat gambar yang terdapat pada gambar yang terdapat di dalam ular tangga, disamping itu pemain mendiskusikan pernyataan yang terdapat dalam ular tangga. Harapan yang diinginkan adalah responden menjadi tertarik untuk mempelajari informasi yang tergambar dan tertulis dalam media permainan ular tangga sehingga terjadi peningkatan pengetahuan pada responden tentang materi *hygiene* menstruasi.

Hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa mayoritas responden mengalami peningkatan pengetahuan. Meskipun sebelumnya kebanyakan nilai dari siswi memang hampir mencapai maksimal. Sejalan dengan yang dikemukakan Sanjaya, (2006) bahwa pengetahuan dan keterampilan baru tergantung pada pengetahuan dan keterampilan pengetahuan yang sudah ada.

Penelitian yang dilakukan Jannah (2013) menyimpulkan bahwa media permainan ular tangga dapat menimbulkan kegiatan belajar menjadi menarik, membuat suasana lingkungan belajar menjadi menyenangkan, segar, hidup, santai namun tetap serius sehingga dapat mengatasi kejenuhan dalam belajar. Media permainan ular tangga ini melibatkan seluruh siswa atau pemain aktif dalam kegiatan pembelajaran. Hal ini dikarenakan media permainan ular tangga terdapat aturan-aturan yang mengharuskan pemain (siswa) untuk ikut aktif dalam memecahkan masalah yang ada.

Sehingga secara umum dapat dikatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode simulasi permainan ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan siswi mengenai hygiene menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara.

Komparasi Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode *Snowball* Dan Simulasi Permainan Ular Tangga

Sebelum diberikan intervensi dilakukan penilaian pada masing-masing kelompok (*pretest*). Rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum dilakukan intervensi *snowball* adalah 4 sedangkan pada kelompok simulasi permainan ular tangga rata-rata nilai siswi adalah 4.96. Pencapaian nilai maksimal untuk kelompok pendidikan kesehatan metode *snowball* adalah 6 dengan nilai minimal 1, sedangkan untuk kelompok pendidikan kesehatan metode ular tangga nilai maksimal yang dicapai 7 dan nilai minimal 3.

Setelah dilakukan intervensi responden yang mencapai nilai maksimal bertambah. Kelompok pendidikan kesehatan metode *snowball* terdapat 26 responden yang mencapai nilai maksimal sedangkan untuk kelompok pendidikan kesehatan metode simulasi permainan ular tangga terdapat 20 responden yang mencapai nilai maksimal. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Notoadmodjo (2010) bahwa pengetahuan dapat ditingkat dengan melakukan pendidikan kesehatan dengan berbagai media dan metode.

Metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga merupakan salah satu metode dalam pendidikan kesehatan dengan tujuan untuk jangka pendek untuk menghasilkan perubahan pengetahuan yang akhirnya mengubah perilaku dan meningkatkan indikator kesehatan (Notoadmodjo, 2011). Penerapan masing-masing metode ini sendiri memiliki perbedaan, yakni metode berbasis diskusi dan bermain.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat selisih nilai rata-rata kedua metode tersebut dimana metode *snowball* menunjukkan selisih yang lebih tinggi. Hal ini diperkuat dengan hasil uji statistika menggunakan *mann whitney* seperti yang ditunjukkan tabel 4.11 terlihat bahwa nilai *P-value* lebih kecil dari α (0.05) sehingga terdapat perbedaan pengaruh metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara.

Perbedaan selisih mean menunjukkan pendidikan kesehatan Metode *snowball* lebih signifikan terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi dengan selisih lebih besar dari kelompok simulasi permainan ular tangga. Hal ini sejalan dengan penelitian Ratnaningsih (2013) mengungkapkan bahwa metode *brainstorming* yang sama-sama berbasis diskusi kelompok lebih efektif dibanding metode simulasi permainan dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kesehatan reproduksi.

Penelitian lain yakni dilakukan Zulkifli (2013) yang hasilnya menunjukkan bahwa *brainstorming* yang berbasis diskusi seperti *snowball* efektif meningkatkan pengetahuan responden mengenai kesehatan reproduksi di kota Makassar. Hal ini disebabkan penerapannya siswa merasa nyaman dengan diskusi yang dilakukan karena mereka bebas mengemukakan pendapat dan ide serta mengeluarkan hal-hal yang sebelumnya dianggap tabu untuk diperbincangkan dengan orang lain.

Metode *snowball* yang dilakukan merupakan konsep dasar dalam memberikan pemahaman pengetahuan tentang informasi kesehatan reproduksi bagi remaja khususnya mengenai *hygiene* menstruasi dalam memberi pengetahuan tersebut kepada remaja dilakukan pada situasi dan kondisi yang menyangkut kesehatan reproduksinya sehingga memberi pertimbangan psikologis menyangkut dengan sebab dan akibatnya. Dengan pertimbangan tersebut, remaja tidak hanya merasa wajib akan tetapi juga meningkat pada kesadaran akan kebutuhan untuk berperilaku higienis selama menstruasi.

Metode simulasi permainan ular tangga juga dapat meningkatkan pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi pada 30 siswi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sari (2013) bahwa simulasi permainan ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan sebab saat metode pendidikan kesehatan ini dilakukan dapat memberikan kesempatan bagi anak untuk berinteraksi dengan orang lain dan memungkinkan terjadinya pertukaran ide-ide antar peserta melalui media ular tangga yang telah dimodifikasi sesuai dengan tujuan penelitian. Sehingga peserta mampu mengetahui informasi yang baik dan benar.

Perbedaan rata-rata nilai tiap kelompok menunjukkan metode simulasi permainan kurang dapat meningkatkan pengetahuan hal ini disebabkan saat metode simulasi permainan dijalankan siswa tidak hanya bertukar ide dengan diskusi melainkan melibatkan aktifitas fisik dalam permainan

sehingga mempengaruhi daya tanggap siswi mengenai materi yang terdapat dilalamnya selain itu nilai siswi sebelumnya juga telah cukup baik sehingga tidak terjadi perubahan nilai yang signifikan.

Metode diskusi dianggap lebih berpengaruh sebab saat sedang mengalami menstruasi remaja butuh persiapan agar saat menstruasi remaja tidak merasa tertekan, bingung dan dapat memilih yang baik baginya termasuk dalam pemilihan pembalut, sejalan dengan penelitian yang dilakukan Simanjuntak (2013) bahwa *menarche* merupakan pengalaman yang menyenangkan bagi remaja yang telah mempersiapkan diri.

Pada dasarnya remaja sangat butuh dukungan dari orang-orang terdekat baik orangtua maupun saudara baik moril maupun materil, dengan melakukan diskusi misalnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ekasari (2007) remaja lebih banyak berdiskusi dengan teman sebaya mengenai kesehatan reproduksi. Akan tetapi teman sebaya tidak selalu memiliki pengetahuan yang lebih baik atau bahkan mempunyai informasi yang benar.

Berdasarkan uraian diatas maka metode snowball yang berbasis diskusi dapat meningkatkan pengetahuan 30 siswi dan lebih berpengaruh dibandingkan dengan metode simulasi permainan ular tangga. Hal ini disebabkan diskusi dengan narasumber yang tepat merupakan hal yang sangat dibutuhkan remaja putri dalam menghadapi menstruasi dan menghindari penyakit yang dapat disebabkan kurangnya pengetahuan akibat tidak higienis saat menstruasi.

Metode *snowball* yang berbasis diskusi cocok digunakan untuk melakukan pendidikan kesehatan dengan topik *hygiene* menstruasi dengan sasaran remaja. Pengetahuan yang baik mengenai kesehatan reproduksi disaat remaja membantu membentuk perilaku ramaja tersebut dikemudian hari sehingga dapat meningkatkan kesehatan reproduksi baik perorangan maupun kelompok .

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai komparasi pengaruh pendidikan kesehatan metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan metode *snowball* terhadap pengetahuan 30 siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara dengan signifikansi 0.000 dan selisih mean 2.83
2. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan metode simulasi permainan ular tangga terhadap pengetahuan 30 siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara dengan signifikansi 0.000 dan selisih mean 1.63
3. Terdapat perbedaan pendidikan kesehatan dengan metode *snowball* dan simulasi permainan ular tangga dan metode *snowball* lebih berpengaruh terhadap pengetahuan 60 siswi mengenai *hygiene* menstruasi di SMP Muhammadiyah 2 Penajam Paser Utara dengan signifikansi 0.004

Berdasarkan kesimpulan yang ditetapkan maka dapat menjadi pertimbangan untuk sekolah dan petugas kesehatan melakukan pendidikan mengenai *hygiene* menstruasi dengan menggunakan metode diskusi seperti *snowball* sehingga siswi dapat meningkatkan pengetahuannya yang akan berdampak terhadap perilaku *hygiene* saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambasari, Dias. (2013). *Pengaruh Penggunaan Model Pembelajaran Snowball Throwing Terhadap Aktifitas Belajar Dan Penguasaan Materi*. Artikel. Tidak dipublikasi,

- Bandar Lampung, Universitas Bandar Lampung, Indonesia.
- Aryati, Dian. (2008). *Usia Menarche Pada Siswi SD dan SLTP di Kota Bandung*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 2, (6), 243-248
- BKKBN . (2013). *Remaja Dan Permasalahannya Jadi Perhatian Dunia*. <http://www.bkkbn.go.id> . diakses tanggal 10 Desember 2014
- Ekasari, Farida. (2007). *Pola Komunikasi dan Informasi Kesehatan Reproduksi Antara Ayah dan Remaja*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 2, (1), 26-32
- Fatimah, Enung. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia
- Indriastuti, Dian. (2009). *Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Hygienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi*. Skripsi, Tidak Dipublikasikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia.
- Jamaan, Taufik. (2013). *Panduan Praktis Mengatasi Penyakit Pada Wanita*. Bogor: Onbloss Creative Mandiri
- Jannah. (2013). *Peningkatan Motivasi Belajar PKN Melalui Metode Permainan Ular Tangga Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Jengkrik IV Kecamatan Kedawung Kabupaten Sragen Tahun Ajaran 2012/2013*. Skripsi, Tidak Dipublikasikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia.
- Kusumastuti, Ulfa Niken Dwi. (2012). *Perbedaan pengetahuan seksual remaja putri yang tinggal di desa dan di kota*. Development and clinical psychology journal. 1. (1), 63-68
- Megasari, Maulidiyah. (2013). *Perbedaan Tingkat Pengetahuan Pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD) Dengan Metode Ceramah Dan Snowball Throwing Pada Anak Usia 6-12 Tahun Di Sdn Puger Kulon 01 Kabupaten Jember*. Skripsi, tidak dipublikasikan, Universitas Jember, Indonesia
- Meilani, dkk. (2014). *Perilaku Ibu Dalam Memberikan Pendidikan Seksualitas Pada Remaja Awal*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 8, (8), 411-417
- Nelwati. (2006). *Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan derajat dimore pada siswi sekolah menengah atas di padang tahun 2005*. Jurnal keperawatan indonesia, 10, (1), 1-4
- Pratiwi, Ridabakti. (2012). *Pengaruh Penerapan Metode Eksperimen Disertai Media Pembelajaran Ular Tangga Terhadap Hasil Belajar Biologi Ditinjau Dari Aktivitas Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kebakkramat Tahun Ajaran 2011/2012*. Skripsi, Tidak Dipublikasikan, Surakarta, universitas sebelas maret Surakarta, Indonesia
- Pribakti. (2012). *Tips Dan Trik Merawat Organ Intim*. Jakarta: Sagung Seto
- Proverawati, Atikah. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Ratnaningsih. (2013). *Pengaruh Metode Simulasi Permainan Dan Brainstorming Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pengurus PIK-R SMA Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Kota Makassar*. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Rizky, Nanda Aditya. (2012). *Metode Focus Group Discussion (FGD) dan*

Simulation Game terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 8, (1), 23-29

Menstruasi Melalui Metode Buzz Group Tahun 2011. Skripsi, Tidak Dipublikasikan, Samarinda, Universitas Mulawarman, Indonesia.

Sanjaya, Wina. (2006). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan.* Jakarta: Kencana Prenada Media

Yudianto, Andi. (2011). *Pengaruh Stimulasi Permainan Ular Tangga Terhadap Perubahan Sikap Siswa Tentang Demam Berdarah Dengue.* Skripsi, Tidak Dipublikasikan, Jombang, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum, Indonesia.

Saryono dan Anggraeni. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif Dalam Bidang Kesehatan.* Yogyakarta: Nuha Medika

Zaini, H., Munthe, B., & Aryani, S. A. (2008). *Strategi Pembelajaran Aktif.* Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.

Sarwono, Sarlito W. (2008). *Psikologi Remaja.* Jakarta: PT Grafindo persada

Simanjuntak, Merida. dkk (2013). *Perilaku Remaja Putri Menghadapi Menarche Berdasarkan Nilai Budaya Batak.* Jurnal kesehatan Masyarakat Nasional, 7, (9), 421-425

Siswanto, dkk (2013). *Metodologi Penelitian Kesehatan Dan Kedokteran.* Yogyakarta: Bursa Ilmu

Soamole, M. (2004). *Hubungan Antara Sikap Remaja Terhadap Kebiasaan Merokok Pada Remaja Siswa Laki-Laki di SMA Negeri 1 Jasinga Kabupaten Bogor.* Skripsi Tidak Diterbitkan.

Suprijono, Agus. 2009. *Cooperative Learning Teori & Aplikasi PAIKEM.* Yogyakarta : Pustaka Belajar

Syatriani, Sri. (2011). *Faktor Resiko Kanker Serviks Di Rumah Sakit Umum Pamerintah Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar Sulawesi selatan.* Jurnal kesehatan masyarakat nasional, 5, (6), 283-288s

Tursina, Andriati. (2012). *Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Siswa Putri SMPN 9 Samarinda Kelas VII Tentang Hygiene*