



Available online at www.e-journal.ibi.or.id

PENGARUH PEER EDUCATION TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP MENGENAI PREMENSTRUAL SYNDROM PADA SISWI SMP

Risna Dewi Yanti¹, Elin Supliyani²

Program Studi Kebidanan Bogor Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung^{1,2}

Email : dewiyantirisna@gmail.com

Submitted 20 October 2022, Accepted 20 October 2022

Available online 30 Desember 2022

Abstrak

Salah satu gangguan yang berhubungan dengan haid adalah Pre Menstrual Syndrome (PMS). Berbagai sumber informasi mengenai Premenstrual Syndrom dapat diperoleh, baik dari keluarga maupun dari lingkungan luar, dan akan lebih baik jika didapatkan dari teman atau kelompok sebaya dimana mereka akan lebih terbuka dan lebih mendalam dalam melakukan sharing terutama tentang hal-hal yang positif. Oleh sebab itu diperlukan usaha untuk memberikan pendampingan kepada remaja untuk memberikan pengetahuan dan membentuk sikap yang positif tentang premenstrual syndrom. Upaya yang dapat dilakukan adalah membentuk kelompok sebaya (peer grup). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh Peer Education terhadap pengetahuan dan sikap mengenai Premenstrual Syndrom pada siswi SMP di Kota Bogor dengan desain pre-experimental, yaitu one group pre-test post-test, Pengambilan sampling menggunakan teknik Cluster Sampling di SMP 6 kelas VII sejumlah 42 orang. Analisis bivariat dilakukan uji Wilcoxon untuk mengetahui pengaruh Peer Education terhadap peningkatan pengetahuan mengenai Premenstrual Syndrom, sedangkan t-dependent untuk mengetahui pengaruh Peer Education terhadap sikap mengenai Premenstrual Syndrom. Hasil diperoleh adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan nilai $p < 0.000$ ($p < 0.005$). Begitu pula terdapat peningkatan sikap yang signifikan dengan rerata 51.69 menjadi 56.04, nilai $p < 0.000$ ($p < 0.005$). Peer Education berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap mengenai Premenstrual Syndrom pada siswi SMP, oleh sebab itu disarankan agar dibentuk peer group education di sekolah-sekolah dan senantiasa melakukan pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang Premenstrual Syndrom.

Kata kunci : Peer Education, pengetahuan, sikap

Abstrack

One of the trouble that related to menstrual is Premenstrual Syndrome. Various of information sources about Premenstrual Syndrome that can obtained by the family or by the surroundings and would be better if it obtain by friends or by the same age group where they could more open and more understand to sharing especially in the case of the positive things. Therefore, the effort is needed to provided assistance to the youth to provide knowledge and form positive attitudes about premenstruall syndrome. The effort that can be done is to form a peer group (Peer Group). The purpose of this study was to determine the influence of Peer Education on knowledge and attitude regarding Premenstrual Syndrome in female students of Junior High School in Bogor City with Pre-experimental design ,one group pre-test post-test, the sampling technique using Cluster Sampling at Junior High School students 6 grade VII a number of 42 people. Bivariate analysis test Wilcoxon to determine the effect of Peer Education to increase knowledge about Premenstrual Syndrom, while the t-dependent to determine the effect of Peer Education on attitudes regarding Premenstrual Syndrome. The results obtained the increase of knowledge which is significant with p value 0.000 ($p < 0.005$). Similarly, there is an increase in the attitude of a significant with an average of 51.69 be 56.04, p value 0.000 ($p < 0.005$). Peer Education effect on knowledge and attitude regarding Premenstrual Syndrome in female students of JuniorHigh School, therefore adviced to form peer group education in schools and always conduct health education on reproductive health of adolescents, especially about Premenstrual Syndrom.

Keywords: Peer Education, knowledge, attitude.

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial budaya.¹ Kelompok remaja usia 10-19 tahun memiliki proporsi 18,3 % dari populasi total penduduk Indonesia, oleh karena itu harus dapat dijamin bahwa remaja Indonesia bebas tumbuh dan berkembang secara positif dan terbebas dari permasalahan yang mengancam termasuk masalah kesehatan reproduksi.² Fungsi reproduksi ketika remaja pun mulai mengalami perkembangan, di bawah pengaruh FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) yang disekresikan oleh hipofisis anterior, terjadi pematangan folikel. Hal ini berakibat pada peningkatan sekresi estrogen. Dimulainya sekresi estrogen menjadi tanda awitan proses pubertas seorang wanita.¹ Pubertas diikuti aspek perkembangan reproduksi yang ditandai dengan mulainya menstruasi (*menarche*). *Menarche* akan diikuti dengan menstruasi yang tidak teratur selama beberapa bulan. Salah satu gangguan yang berhubungan dengan haid yaitu *sindroma pra haid*.³ Gejala-gejala dari gangguan menstruasi mulai dari rasa tidak nyaman pada daerah perut sampai masalah ketidakstabilan emosi, kondisi ini yang dikenal dengan *premenstrual syndrome (PMS)* atau sindroma pre menstruasi. PMS merupakan kumpulan gejala fisik, psikologis dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi, gejala biasanya timbul 6-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang ketika menstruasi dimulai. Mayoritas wanita pada usia reproduktif biasanya mengalami satu atau lebih gejala PMS pada sebagian besar siklus menstruasi.⁴ Sekitar 80 - 90 % wanita mengalami gangguan fisik dan psikis menjelang menstruasi. Kemungkinan besar setengah dari wanita berusia 12 – 50 tahun yaitu pada tahap awal pubertas dan berakhir pada tahap *menopause*, yang tidak hamil atau mengkonsumsi pil anti hamil (pil KB), akan mengalami ketegangan PMS atau ketegangan sebelum fase haid ini dari tingkat ringan sampai berat.⁴ Setiap perempuan mengalami perubahan fisik dan emosi yang berbeda-beda selama fase premenstruasi. Sebagian besar merasakan gejala yang ringan dan cukup dapat ditolerir, yang timbul beberapa hari menjelang menstruasi, seperti perut kembung, perasaan murung, nyeri payudara, insomnia. Hal tersebut adalah respon alami tubuh terhadap perubahan hormonal dan perubahan fisiologis yang terjadi

pada wanita masa reproduktif. Sekitar 20-40% tahun perempuan mengalami gejala premenstrual sedang dan 3-9% perempuan mengalami PMS yang parah. Gejala tersebut menyebabkan mereka sangat sedih, iritabel, atau depresi bahkan perempuan tersebut merasakan tak bisa mengontrol diri, hal ini mempengaruhi relasi dengan pasangan, rekan kerja, anak dan juga teman.⁵ Penelitian lain yang dilakukan oleh Bungasari pada 54 mahasiswi semester 1 FK Unsrat 92,6% mengalami gejala fisik sindroma pra haid, seluruhnya mengalami gejala psikologis dan 55,6% mengalami gejala perilaku. Sindroma pra haid memiliki tingkat morbiditas tinggi dan mengurangi kualitas hidup usia reproduksi. Walaupun sindroma pra haid tidak mengancam nyawa, namun dapat mengurangi produktivitas dan kesehatan mental seorang wanita.² Pentingnya pengetahuan tentang PMS terhadap kemampuan mengetahui derajat PMS yang diperlukan untuk menangani gejala PMS yang dialami dijelaskan oleh Sajalia dari hasil penelitian yang dilakukan pada 123 siswi SMAN 5 Surakarta.⁶ Hasil penelitian Amelia menunjukkan sebelum intervensi responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang sindrom premenstruasi hanya 6,5% karena sebagian anak perempuan jarang bahkan tidak pernah mendapatkan pendidikan kesehatan terutama tentang menstruasi karena tabu.⁷ Lebih lanjut diungkapkan oleh Prajati bahwa pengetahuan yang diperoleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi sikap remaja ketika terjadi *premenstrual syndrom*.

Jika sikap yang dibentuk remaja tentang *premenstrual syndrom* positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja ketika terjadi dan melakukan pencegahan terjadinya *premenstrual syndrom*.⁸ Sebaliknya jika tingkat pengetahuan responden kurang maka dapat meningkatkan sikap yang negatif dalam menghadapi PMS. Responden dengan pengetahuan yang kurang tentang PMS menganggap bahwa sindrom premenstrual bukanlah hal yang penting. Responden dengan pengetahuan kurang disebabkan kurangnya informasi dari sumber terpercaya. Berbagai sumber informasi mengenai *Premenstrual Syndrom* dapat diperoleh, baik dari keluarga maupun dari lingkungan luar, dan akan lebih

baik jika didapatkan dari teman atau kelompok sebaya dimana mereka akan lebih terbuka dan lebih mendalam dalam melakukan *sharing* terutama tentang hal-hal yang positif.⁷ Menurut Mau intensitas pertemuan *peer educator* dalam promosi kesehatan yang dilakukan pada kelompok siswa secara kontinyu dengan mengintegrasikan berbagai metode pembelajaran dan intensitas komunikasi yang dilaksanakan akan menumbuhkan sikap rasa saling percaya dan menerima, menerima informasi kesehatan yang disampaikan oleh *peer educator* dalam setiap kegiatan.⁹ Hasil penelitian Amelia memperlihatkan tingkat pengetahuan responden sesudah pendidikan sebaya 77,4% lebih tinggi secara signifikan dibandingkan dengan sebelum intervensi. Pendidikan sebaya dapat menjadi metode pilihan pendidikan kesehatan pada remaja tentang PMS. Sama halnya dengan hasil penelitian Desmarnita yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan metode *peer group* berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kesehatan reproduksi. Begitu pula hasil penelitian Ervyna A, menyebutkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putrid di SMP Negeri 10 Denpasar yang bermakna setelah diberikan intervensi *peer education* tentang personal hygiene genitalia dalam pencegahan kanker serviks dengan nilai $p < 0,005$.^{7,10,11} Berdasarkan uraian diatas maka diperlukan usaha untuk memberikan pendampingan kepada remaja untuk memberikan pengetahuan dan membentuk sikap yang positif tentang *premenstrual syndrom*. Upaya yang dapat dilakukan adalah membentuk kelompok sebaya (*peer grup*). Metode *peer education* lebih efektif untuk menjadi metode pendidikan kesehatan karena hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap siswa SMA dalam pencegahan HIV/AIDS.¹² Kelompok sebaya (*peer group*) tersebut yang akan memberikan pendampingan kepada kelompok remaja dengan membentuk kelompok kecil yang terdiri 10-15 orang akan lebih efektif. Menurut penelitian Yanti, usia *menarche* rata-rata adalah 11-12 tahun. Pada usia tersebut seorang remaja berada pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) kelas VII, pada bulan – bulan selanjutnya akan mengalami menstruasi yang teratur, sehingga pemberian informasi mengenai *Premenstrual Syndrom* dapat dilakukan pada remaja mulai SMP VII.¹³ Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh *Peer Education* terhadap Pengetahuan dan Sikap mengenai

Premenstrual Syndrom pada siswi SMP di Kota Bogor.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *pre-experimental (one group pre-test post-test)*, yaitu sebuah desain penelitian yang digunakan dengan cara memberikan tes awal dan tes akhir terhadap kelompok tunggal. yang dilakukan di SMPN 6 Kota bogor pada bulan Maret -september 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari subjek penelitian yaitu seluruh siswi SMP di kota Bogor. Perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus uji hipotesis beda rata-rata 1 kelompok berpasangan sampel minimal penelitian sebelumnya sehingga diperoleh jumlah sampel 35 orang subjek. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* yaitu Berada di kelas VII, Sehat jasmani dan rohani , Sudah menstruasi. Pengumpulan data menggunakan instrumen pedoman wawancara untuk kegiatan *pre-post* intervensi. Variabel terikat adalah pengetahuan dan sikap mengenai PMS. Pengetahuan adalah pemahaman responden tentang pengetahuan remaja mengenai *Premenstrual Syndrom* meliputi tanda dan gejala, cara mengidentifikasi, penyebab, dampak, upaya penanganan dan pencegahan Instrumen dengan kuesioner dan diukur dengan hasil ukur berupa nilai skor dalam skala rasio. Sikap adalah respon remaja terhadap kejadian *Premenstrual Syndrom*. Instrumen menggunakan kuesioner dan diukur dengan skala likert. Pendidikan kesehatan dengan *Peer Education* Adalah kelompok sebaya yang memberikan pendampingan kepada remaja yang sudah menstruasi berupa pertemuan sebanyak 3 kali pada kelompok – kelompok kecil temannya. Pada langkah pre intervensi subjek diukur tingkat pengetahuan dan sikapnya terhadap *premenstrual syndrom* Selanjutnya siswi akan diberikan pengetahuan tentang *premenstrual syndrom* oleh *peer educator*. Intervensi ini dilakukan selama 3 kali pertemuan. Setelah melakukan intervensi sebanyak 3 kali pertemuan subjek diukur kembali tingkat pengetahuan dan sikapnya terhadap *premenstrual syndrom*. Sebelum pengambilan data penelitian maka peneliti melakukan pelatihan *Peer Education* kepada 10 orang siswi SMP 6 yang bersedia menjadi relawan *Peer Education* dengan kriteria,

Aktif di organisasi sekolah, memiliki kemampuan komunikasi yang baik, memiliki kepribadian motivator, bersedia mengikuti pelatihan selama 3 hari berturut-turut. Variabel karakteristik latar belakang meliputi usia adalah usia saat responden diwawancara, usia saat *menarche* dan keluhan saat *menarche*. Pada instrumen penelitian dilakukan Uji

validitas dan reliabilitas dengan hasil dinyatakan valid, dan reliabel. Analisis bivariat dilakukan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui pengaruh *Peer Education* terhadap peningkatan pengetahuan mengenai PMS, sedangkan t-dependent untuk mengetahui pengaruh *Peer Education* terhadap sikap mengenai *Premenstrual Syndrom*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Agustus 2018. Tahapan analisis data dilakukan secara kuantitatif dan diinterpretasikan sebagai berikut :

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden (subjek penelitian) yang diamati terdiri dari usia saat ini, usia saat mendapatkan menstruasi yang pertama kali dan keluhan yang sering dialami selama menstruasi diperoleh hasil seperti tersaji berikut:

Tabel. 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Total N = 42	Persentase (%)
Usia saat ini		
11	5	7,14
12	32	76,19
13	5	16,67
Usia Saat Menarche		
10	5	11,9
11	22	52,38
12	15	35,72
Keluhan saat menstruasi		
Pusing	2	4,76
Pegal	4	9,52
Emosional	6	14,29
Nyeri Perut	30	71,43

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui bahwa karakteristik responden terbanyak berusia 12 tahun yaitu 76,19 % dan sebagian besar mengalami menarche pada usia 11 tahun

sebanyak 52,38 % Adapun keluhan terbanyak yang dialami responden saat menstruasi adalah nyeri perut yaitu 71,43 %.

2. Gambaran Pengetahuan dan Sikap mengenai *Premenstrual Syndrom*

Gambaran Pengetahuan dan Sikap mengenai *Premenstrual Syndrom* siswi SMP di Kota Bogor dikelompokkan berdasarkan tujuan penelitian dengan sebaran sebagai berikut:

Tabel 5.2 Gambaran Pengetahuan dan Sikap mengenai *Premenstrual Syndrom* pada siswi SMP di Kota Bogor.

Variabel	Pengetahuan(n=42)		Sikap (n=42)	
	Sebelum*	Sesudah*	Sebelum	Sesudah
Median	13,5	15	51	56,5
Nilai Minimum	7	11	39	43
Nilai Maksimum	17	18	65	71
Mean	13,30	15,28	51,69	56,04
SD	2,34	1,67	5,82	5,92

Ket : * distribusi data tidak normal

Berdasarkan tabel 5.2 Diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan PMS setelah mengikuti *Peer Education* dengan rerata yang semula 13,5 menjadi 15, serta terdapat peningkatan sikap terhadap PMS dengan rerata yang semula 51,69 menjadi 56,04. Amelia menyebutkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan metode pendidikan sebaya (*Peer Education*) akan lebih mudah dipahami oleh sasaran atau *klien*. Selain itu dalam berkomunikasi remaja akan lebih terbuka terutama pada hal-hal yang sensitif.⁷ Strategi pendidikan kesehatan yang diberikan lewat *Peer Education* pada kelompok siswa SMU merupakan langkah efektif untuk bergulirnya informasi kesehatan dikalangan siswa. Amelia juga menyebutkan bahwa informasi mengenai *Premenstrual Syndrom* akan lebih baik jika didapatkan dari teman atau kelompok sebaya dimana mereka akan lebih terbuka dan lebih mendalam dalam melakukan *sharing* terutama tentang hal-hal yang sensitif.^{7,9}

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Desmarnita yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi mean skor meningkat pada tingkat pengetahuan sebesar 1.61 poin dengan selisih nilai standar deviasi 1.27 sebelum dan sesudah intervensi. Begitu pula hasil penelitian Eryvna A, menyebutkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putrid di SMP Negeri 10 Denpasar yang bermakna setelah diberikan intervensi *peer education* tentang personal hygiene genitalia dalam pencegahan kanker serviks dengan nilai $p < 0,005$.^{10,11} Sama halnya dengan yang disampaikan Kasih dalam penelitiannya menyebutkan bahwa metode *peer education* lebih efektif untuk menjadi metode pendidikan kesehatan karena hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap siswa SMA dalam pencegahan HIV/AIDS.¹² *Peer group education* merupakan institusi sosial kedua setelah keluarga yang memiliki peranan yang sangat penting bagi kehidupan remaja. Dalam *peer education* individu mengadopsi kebiasaan, sikap, ide, keyakinan, nilai-nilai, pola-pola tingkah laku yang dilakukan oleh *peer educator* (teman sebaya) lebih bermanfaat karena pengetahuan yang diterima dan dilakukan antar kelompok sebaya yang mempunyai hubungan lebih akrab dan bahasa yang digunakan sama.

Dalam penelitian ini responden mendapatkan materi tentang PMS dengan *peer education*

melalui proses diskusi dengan *peer educator*. Hal ini mempengaruhi hasil perolehan skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan *peer education* yang mana skor sesudah *peer education* mengalami peningkatan. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Dwi W yang menyebutkan bahwa terdapat perbedaan perolehan hasil pada saat sebelum dilakukan *peer education* tentang sadari sebagian kecil memiliki pengetahuan baik yaitu sebesar 20.7% sedangkan sesudah dilakukan *peer education* hampir seluruh responden memiliki pengetahuan baik yaitu 86.2%.¹⁴ Jenings menyebutkan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan hasil dari proses belajar yang terjadi akibat pemberian KIE oleh *peer educator*, sehingga dengan adanya program pendidikan sebaya ini dapat memberikan kesempatan dalam meningkatkan keterampilan berkomunikasi, berinteraksi dan meningkatkan kemauan berbicara antar sesama teman sebaya, selain itu program ini dapat mendukung pengetahuan, sikap dan perilaku remaja dalam pencegahan perilaku seksual berisiko.¹⁵ Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rerata skor sikap responden terhadap PMS terdapat peningkatan skor yang semula 51,69 menjadi 56,04 setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui metode *peer education*. Hasil ini didukung oleh Desmarnita dalam penelitiannya yang menunjukkan bahwa sikap terhadap kesehatan reproduksi mean skor meningkat pada tingkat sikap 0.38 poin dengan selisih nilai standar deviasi 3.23 sebelum dan sesudah intervensi. Menurut Desmarnita peningkatan tersebut dikarenakan terjadinya peningkatan pengetahuan.¹⁰ Begitu pula hasil penelitian Prayati menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan sikap dalam menghadapi *Premenstrual Syndrom*.⁸

Sikap menggambarkan suka dan tidak suka terhadap obyek. Sikap sering diperoleh dari pengalaman sendiri maupun orang lain yang paling dekat. Sikap positif terhadap nilai-nilai kesehatan tidak selalu terwujud dalam tindakan nyata. Teori tindakan beralasan (*theory of reasoned action*) oleh Icek Ajzen dan Martin Fishbein mengemukakan bahwa sikap mempengaruhi perilaku lewat suatu pengambilan keputusan yang teliti dan

beralasan.¹⁶ Sikap remaja yang positif terhadap *Premenstrual Syndrom* menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki sikap yang mendukung dan mampu melakukan penanganan dini serta pencegahan dini terhadap *Premenstrual Syndrom*. Sikap negatif yang dimiliki remaja mengenai *Premenstrual Syndrom* artinya mereka tidak mampu melakukan penanganan dan pencegahan, seperti tidak pernah melakukan olah raga sebelum menstruasi, tidak memperdulikan keluhan yang timbul sebelum menstruasi karena remaja menganggap hal tersebut adalah hal yang biasa. Pemberian informasi mengenai *Premenstrual Syndrom* dengan metode *peer education* mencakup dua aspek sekaligus, yaitu pemahaman dan sikap positif mengenai *Premenstrual Syndrom*. Pada penelitian ini *Peer Educator* yang sudah dilatih melakukan pendampingan secara terus menerus selama 3 kali pertemuan yang dengan muatan materi yang terfokus pada *Premenstrual Syndrom*. Satu kali pertemuan dialokasikan selama 60 menit dengan susunan kegiatan antara lain pembukaan, materi, diskusi. Dalam sesi diskusi lebih diarahkan pada pendekatan psikologis untuk menumbuhkan pemahaman mengenai *Premenstrual Syndrom*. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Ibrahim yang menyebutkan bahwa terjadinya suatu peningkatan

pengetahuan, sikap serta perubahan perilaku dapat terjadi dengan pemberian informasi pencegahan HIV/AIDS secara terus menerus dan kontinyu.¹⁷ Peran *peer educator* dalam melakukan komunikasi yang santai dan informal sangat mempengaruhi dalam peningkatan pengetahuan, sikap seseorang dalam memahami *Premenstrual Syndrom*. komunikasi yang efektif yang dilakukan oleh *peer educator* sangat mendukung dalam meningkatnya sikap positif.¹⁵ Pendidik sebaya sangat baik dilaksanakan dalam menyampaikan berbagai informasi. Metode pendidikan sebaya lebih efektif dalam meningkatkan sikap positif, kontrol diri, nilai kepercayaan.¹⁸ Pendidik sebaya adalah seseorang yang telah dilatih kemampuannya dalam melakukan KIE pencegahan penularan HIV/AIDS, dari suatu kelompok targetnya yang mempunyai tujuan sebagai *link/jaringan/jembatan* bagi teman sebaya mereka yang efektif untuk dapat mendorong, mendukung, dan mempromosikan hidup sehat bagi sekelompok/teman sebaya yang ada di sekitar pendidik sebaya ini.¹⁹

3. Hasil Analisis

pengaruh *Peer Education* terhadap pengetahuan dan sikap mengenai *Premenstrual Syndrom* pada siswi SMP.

Pada penelitian ini dilakukan uji statistik dengan menggunakan SPSS untuk menganalisis pengaruh *Peer Education* terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan menggunakan uji

Wilcoxon dan menganalisis pengaruh *Peer Education* terhadap Sikap dilakukan uji t berpasangan. Hasil uji dijabarkan sebagai berikut :

Tabel 5.3 Hasil Analisis Perbedaan Pengetahuan Responden sebelum dan setelah dilakukan *Peer Education*

Variabel	n	Median (Minimum-Maksimum)	p*
Pengetahuan			
Sebelum Intervensi	42	13.5(7-17)	0,000
Setelah Intervensi		15.(11-18)	

*Uji Wilcoxon

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan hasil terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan antara

sebelum intervensi dan setelah intervensi dengan nilai $p < 0.005$ ($p < 0.005$).

Tabel 5.4 Hasil Analisis Perbedaan Sikap Responden sebelum dan setelah dilakukan Peer Education

Variabel	n	Rerata (simpangan baku)	p*
Sikap Sebelum Intervensi	42	51.69(5.82)	0.000
Setelah Intervensi		56.04(5.92)	

*Uji T berpasangan

Pada tabel 5.4 diperoleh adanya peningkatan sikap pada saat sebelum dan sesudah intervensi. Didapatkan peningkatan sikap dengan rerata 51.69 menjadi 56.04. Dari hasil analisis dengan menggunakan uji t dependen didapatkan hasil terdapat peningkatan sikap yang signifikan antara sebelum intervensi dan setelah intervensi dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.005$). Dari kedua tabel diatas didapatkan kesimpulan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai *Premenstrual Syndrom* yang signifikan antara sebelum dan setelah dilakukan peer education dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.005$). Hal tersebut menunjukkan bahwa *peer education* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai *Premenstrual Syndrom*. *Peer education* merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PMS. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Winarti yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan melalui metode *peer educator* mempunyai pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mahasiswa keperawatan dalam pencegahan penularan HIV/AIDS. Rerata perubahan pengetahuan dan sikap yang mendapatkan pendidikan kesehatan melalui metode *peer educator* lebih tinggi.²⁰ Begitu pula hasil penelitian Kasih menyebutkan bahwa metode peer education lebih efektif untuk menjadi metode pendidikan kesehatan.¹² Penelitian lain yang serupa menyebutkan bahwa pendidikan sebaya dapat menjadi metode pilihan pendidikan kesehatan pada remaja tentang sindrom premenstruasi karena berdasarkan hasil analisis tingkat pengetahuan responden sesudah pendidikan sebaya (77.4%) lebih tinggi secara signifikan ($Z = 4.82$) dibandingkan dengan sebelum intervensi (67.7%).⁷

Berdasarkan hasil analisis secara statistik, *peer educator* terbukti meningkatkan sikap yang positif. Keberhasilan pendidik sebaya dalam meningkatkan sikap positif responden

sangat ditunjang pada proses *recruitment* dan proses pelatihan.

Pada penelitian ini *peer educator* dipilih remaja-remaja yang aktif di organisasi dan bisa menyampaikan informasi berdasarkan penilaian guru BP sekolah. Intensitas pertemuan antara *peer educator* dengan *peer group* nya ditambah dengan penyampaian pesan-pesan yang komunikatif dan bersifat informal atau santai turut mendukung perubahan sikap tersebut, ditambah lagi antara *peer educator* dan *peer group* sudah saling kenal sehingga *peer group* tidak sungkan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi. Sikap merupakan suatu pencerminan kesenangan atau ketidaksenangan seseorang terhadap sesuatu, sikap juga dapat berasal dari pengalaman atau juga berasal dari orang terdekat. Sikap seseorang dapat berubah dengan diperolehnya tambahan informasi melalui persuasi serta tekanan kelompok social. Winarti dalam tulisannya menyebutkan bahwa peran *peer educator* dalam melakukan komunikasi yang santai dan informal sangat mempengaruhi dalam peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan seseorang dalam mengurangi situasi perilaku seks berisiko. Komunikasi yang efektif yang dilakukan oleh *peer educator* pada kelompok intervensi sangat mendukung dalam meningkatnya sikap positif mahasiswa terhadap pencegahan penularan HIV/AIDS.²⁰

Hasil penelitian Ervyna menyebutkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri di SMP Negeri 10 Denpasar yang bermakna setelah diberikan intervensi peer education tentang personal hygiene genitalia dalam pencegahan kanker serviks dengan nilai $p < 0.005$.¹¹ Berdasarkan hasil penelitian dan didukung hasil penelitian serupa menunjukkan bahwa peer education efektif

dan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang *premenstrual syndrome*. Dalam hal ini pengetahuan yang diperoleh siswi tentang menstruasi akan mempengaruhi sikap remaja ketika terjadi *premenstrual syndrom*. Jika sikap yang dibentuk remaja tentang *premenstrual syndrom* positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja ketika terjadi dan melakukan pencegahan terjadinya *premenstrual syndrom*.

SIMPULAN

1. Terdapat peningkatan pengetahuan *Premenstrual Syndrom* pada siswi SMP setelah mengikuti *Peer Education*
2. *Peer Education* berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap mengenai *Premenstrual Syndrom* pada siswi SMP.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wiknjosastro H., Ilmu Kandungan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2013
2. BKKBN, Buku Pedoman Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) Adolescent Reproductive Health (ARH). Semarang : BKKBN, 2000.
3. Bungasari,A,S,. Tendean,M,M dan Suparman,E,.. Gambaran Sindroma Prahaid Pada Remaja. Skripsi. Manado : FK Sam Ratulangi, 2015
4. Ramadani, M., Studi Literatur : Premenstrual Syndrom. Jurnal Kesehatan Masyarakat September 2012-Maret 2013, Vol. 7,No. 1.
5. Anggrajani,F dan Muhdi.N,.. Korelasi Faktor Risiko dengan Derajat Keparahan Premenstrual Syndrome pada Dokter Perempuan. Surabaya : FK.UNAIR, 2011
6. Sajalia,H,. 2015. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Premenstrual Syndrom dengan Derajat Pre Menstrual Syndrom di SMAN 5 Surakarta. LTA. FK UNS : Surakarta diunduh tanggal 10 Oktober 2017. Tersedia dari <https://digilib.uns.ac.id>
7. Amelia, C.R, Pendidikan Sebaya Meningkatkan Pengetahuan Sindrom Premenstruasi pada Remaja. Malang : FKUB, 2014
8. Prajati,N,R,. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Kesehatan Reproduksi dengan Sikap Menghadapi Premenstrual Syndrom di

SMP Mataram Kasihan Bantul. Skripsi. Stikes Aisyah : Yogyakarta, 2014

9. Tes,D dan Mau. Promosi Kesehatan dengan Metode Peer Education terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMU dalam Upaya Pencegahan Penularan HIV/AIDs di Kabupaten Belu-NTT. Tesis. UGM : Yogyakarta, 2007
10. Desmarnita U, dkk, Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kesehatan reproduksi. Keperawatan Poltekkes Jakart a III, 2014: No 3 vol 2.
11. Eryvna,A., Utami,P., Surasta,W. Pengaruh peer education terhadap perilaku personal hygiene genetalia dalam pencegahan kanker serviks pada remaja putrid di SMP Negeri 10 Denpasar. COPING Ners Journal, vol.3,no.2, edisi Mei-Agustus; hlm 61-67; 2015
12. Kasih, L.C., Efektifitas peer education pada pengetahuan dan sikap siswa SMA dalam pencegahan HIV/AIDS. Jurnal ilmu keperawatan. ISSN : 2338-6371. 2014 :hlm 26-33;
13. Yanti risna dewi, Ina Handayani, Pre Menarche Class dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa SMP, Jurnal Keperawatan terapan, vol 4 no 1 , 2018, hal 65,73
14. Dwi.W,B. Pengaruh Peer group Education tentang SADARI terhadap tingkat pengetahuan remaja putrid mengenai SADARI di SMA I Gondang Kabupaten Mojokerto. Jurnal Hesti Wira Sakti. 2016, vol 3,No.2 Hlm.6-13;
15. Jennings.,S. Howard and C. L. Perotte. : Effect of a School – Based Sexuality Education Program on Peer Educator : The Teen PEP Model. Journal of Health Education Research, Vol. 29, 319 – 329 ; 2014.
16. Notoatmodjo. 2010. Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi, Jakarta: Rineka Cipta
17. Ibrahim. N., Jamil. Z., Zain A.M. and Rampal L. : Effectiveness of peer-led Education on knowledge, attitude and risk behavior practices related to HIV among students at Malaysian Public university – Randimized controlled trial. Journal of

- preventif medicine 2012 Vol.55, 505-510; 2012.
18. Caron. F.,Godin. G.,Lambert. L.D.,Otis.J. : Evaluation of a theoretically based AIDS/STD peer education program on postponing sexual intercourse and on condom use among adolescents attending high School. Journal of Health Education Research, 2013, Vol.19, 185-197
 19. Menna.T, Ali Ahmed and Worku, A. : Effect of peer education intervention on HIV/AIDS related sexual behaviors of secondary school in Addis Ababa, Ethiopia: a quasi- experimental study. Journal Reproductive Health ; 2015.
 20. Winarti ,Y. . Peer education sebagai metode dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan penularan HIV/AIDS pada mahasiswa keperawatan di Samarinda. Jurnal Ilmiah Sehat Bahagia, 2017 mei vol.1 No 2.