Efektivitas Layanan Informasi Dengan Teknik *Problem Solving* Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Menstruasi (Studi Eksperimen Di Smpn 2 Rao Pasaman)Febrina¹, Firman Firman², Khairani³

Email : firman@konselor.org

Abstrak: Menstruasi dialami oleh siswa remaja yang menghadapi masa pubertas. Sebagian dari siswa ada yang salah tafsir terhadap pemahaman tentang menstruasi. Menstruasi yang tidak disikapi dengan positif oleh siswa dapat menimbulkan dampak negatif bagi siswa. Dampak tersebut akan menimbulkan gejala-gejala tertentu seperti gejala fisiologis, gejala emosional yang berpengaruh terhadap proses belajar mengajar siswa. Layanan informasi untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi sudah diberikan oleh guru BK atau Konselor sekolah namun belum mencapai sasaran sesuai yang diharapkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat; perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi sebelum dan sesudah diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving*, perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi sebelum dan sesudah diberi layanan informasi tanpa teknik *problem solving*, perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi setelah diberikan layanan informasi dengan teknik *problem solving* dan layanan informasi tanpa teknik *problem solving*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini termasuk penelitian dengan rancangan *Quasy-Experiment* jenis *The Non Equivalent Control Group*. Tempat penelitian ini di SMPN 2 Rao Pasaman dengan subjek siswa kelas VIII. Instrumen yang digunakan adalah skala model *likert*. Data hasil penelitian dikumpulkan melalui *Pretest* dan *Posttest*, kemudian dianalisis dengan menggunakan *T-test* dan dengan bantuan program *SPSS* versi 20.00.

Temuan dari penelitian ini yaitu: (1) terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan pemahaman siswa tentang menstruasi sebelum dan sesudah mengikuti layanan informasi dengan teknik *problem solving* pada kelompok eksperimen, (2) tidak terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan pemahaman siswa tentang menstruasi sebelum dan sesudah mengikuti layanan informasi tanpa teknik *problem solving* pada kelompok kontrol, (3) terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan pemahaman siswa tentang menstruasi pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan informasi dengan teknik *problem solving* lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi daripada layanan informasi tanpa teknik *problem solving*.

Kata Kunci: Layanan Informasi, Pemahaman tentang Menstruasi, *Problem Solving*.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu periode dalam rentangan kehidupan manusia. Menurut Elida (2006:6) “periode remaja adalah periode dimana individu meninggalkan masa anak-anaknya dan mulai memasuki masa dewasa”. Oleh karena itu, periode remaja dapat dikatakan periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Sejalan dengan itu, Papalia (2009:8) mengemukakan bahwa masa remaja adalah peralihan masa perkembangan

yang berlangsung sejak usia 10 atau 11 tahun dan sampai masa remaja akhir berumur 20 tahun, yang melibatkan perubahan dalam aspek fisik, kognitif dan psikoseksual. Masa remaja juga merupakan masa dimana seseorang menemukan jati dirinya.

Masa remaja adalah masa yang paling kritis bagi perkembangannya dan mendapatkan kendala. Kendala utama sebagai masa remaja adalah perubahan yang sangat pesat secara fisik maupun psikologisnya. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik dimana tubuh berkembang pesat

¹Febrina(1), Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

²Firman(2), Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

³Khairani(3), Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang

sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduksi. Semua perubahan dan perkembangan yang terjadi memerlukan penyikapan yang benar sehingga remaja tersebut siap menerima perubahan dan dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi.

Menstruasi merupakan ciri kedewasaan bagi seorang remaja putri dimana terjadi perubahan fisik terutama dari organ reproduksi, ini ditandai dengan perubahan kondisi somatik, seksual dan psikologi ke arah yang lebih matang. Perubahan ini tidak terjadi secara spontan, tetapi melalui proses pertumbuhan dan bila tiba waktunya akan terjadi menstruasi (Wiknjosastro, 2005:98).

Kartini Kartono (2006:111) yaitu peristiwa paling penting pada masa pubertas remaja putri ialah gejala menstruasi atau haid, yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual. Timbul kini bermacam-macam peristiwa, yaitu reaksi hormonal, reaksi biologis, dan reaksi psikis yang berlangsung secara siklus dan terjadi pengulangan secara periodik peristiwa menstruasi. Semua ini bisa berproses dalam suasana hati yang normal pada remaja putri. Namun kadang kala juga bisa berjalan tidak lancar atau tidak normal dan bisa menimbulkan macam-macam masalah psikosomatis.

Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait menstruasi (Kartini, 2006:114). Kurangnya informasi tentang menstruasi pada remaja putri dapat berdampak terhadap reaksi individual pada saat menstruasi yang berdampak negatif, antara lain: depresi, rasa takut, bingung, gangguan konsentrasi, mudah tersinggung, gelisah, sukar tidur, sakit kepala, perut kembung (Mayasari, 2008:54). Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan tentang menstruasi adalah kurangnya kebersihan diri *personal hygiene*, sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi pada tubuh.

Prayitno (2006: 266) menyatakan layanan informasi memberikan pemahaman kepada individu-individu yang berkepentingan tentang berbagai hal yang diperlukan untuk menguasai suatu tugas atau kegiatan, atau untuk menentukan arah suatu tujuan atau rencana yang dikehendaki. Dengan memperoleh informasi yang tepat dan memadai, siswa akan dapat mempertimbangkan berbagai alternatif pilihan, membuat rencana dan

mengambil keputusan untuk kepentingan pribadi dalam merencanakan kehidupan sendiri.

Siswa yang berada dalam masa pertumbuhan dan menghadapi perubahan fisik pada dirinya tentu menghadapi berbagai permasalahan. Gulo (2008:113) penyelesaian masalah (*problem solving*) adalah proses memikirkan dan mencari jalan keluar bagi masalah tersebut. Wena (2013:52) *problem solving* dipandang sebagai suatu proses untuk menemukan kombinasi dari sejumlah aturan yang dapat diterapkan dalam upaya mengatasi situasi yang baru. Strategi belajar mengajar penyelesaian masalah memberi tekanan pada terselesaikannya suatu masalah secara menalar. Pentingnya strategi belajar mengajar ini oleh karena belajar pada prinsipnya adalah suatu proses interaksi antara manusia dengan lingkungannya.

Sehubungan dengan itu, siswa sebagai individu yang sedang berada pada tahap remaja memiliki tugas perkembangan, perlu mendapatkan layanan informasi. Layanan informasi yang tepat digunakan adalah teknik *problem solving* ditujukan untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi karena pada masa itu siswa banyak mengalami persoalan pada dirinya. Selain itu guru BK yang berperan sebagai guru pembimbing juga bertugas untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi sehingga dampak dan ketakutan yang dialami siswa saat mengalami menstruasi tidak akan terjadi kemudian siswa juga paham dengan jalan keluar dari masalah yang dihadapinya. Untuk itu layanan informasi dengan teknik *problem solving* yang diberikan oleh guru BK dapat membantu siswa dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi.

Vicky (2012) mengungkapkan pemahaman siswa pria mengenai kesehatan reproduksi remaja tergolong sedang, pemahaman siswa wanita tergolong sedang, dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara siswa pria dan wanita mengenai kesehatan reproduksi remaja. Jika dilihat perbandingannya, maka pemahaman siswa pria lebih tinggi dibandingkan siswa wanita. Hal ini disebabkan karena pemahaman yang dibutuhkan siswa pria dan siswa wanita berbeda dan terjadi kecanggungan antara siswa pria dan wanita terhadap informasi yang didapat.

Ridwan (2014) mengungkapkan pemahaman siswa pria mengenai kesehatan reproduksi remaja tergolong sedang, pemahaman siswa wanita tergolong rendah. Jika dilihat dari perbandingannya maka pemahaman siswa pria lebih tinggi dibandingkan siswa wanita. Hal ini disebabkan karena pemahaman yang dibutuhkan siswa pria dan siswa wanita berbeda dan terjadi

kecanggungan antara siswa pria dan wanita sehingga informasi yang didapat siswa lebih banyak dan berkembang.

Berdasarkan wawancara pada hari Sabtu tanggal 17 Oktober 2015 di SMPN 2 Rao Pasaman dengan beberapa siswa yang sudah mengalami menstruasi, diperoleh hasil siswa merasa takut, cemas, jijik, dan malu dalam menghadapi menstruasi karena mereka beranggapan bahwa menstruasi tersebut merupakan suatu kondisi yang mencemaskan dan hanya orang dewasa yang mengalaminya. Siswa juga merasa takut apabila datangnya tiba-tiba dan mereka belum siap menerima perubahan fisik tersebut, itu sebabnya ada siswa apabila mengalami menstruasi ada yang bersikap murung, menentang, menyembunyikan pakaiannya dan lain sebagainya. Selanjutnya ada beberapa siswa yang secara kesiapannya belum matang seperti izin pulang di jam pelajaran karena tembus ketika menstruasi kemudian tidak menyiapkan pembalut pada saat tanggal menstruasi yang datang. Masih ada siswa belum mendapatkan pendidikan mengenai menghadapi menstruasi, baik itu dari orang tua di rumah maupun pendidikan dari guru di sekolah. Selayaknya orang tua di rumah dan guru di sekolah memberikan pemahaman terhadap siswa yang sudah memasuki gerbang remaja ini tentang apa itu menstruasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru BK di SMPN 2 Rao Pasaman diperoleh keterangan bahwa kebersihan diri siswa terhadap diri dan lingkungan cenderung masih kurang seperti banyak siswa yang masih bau badan padahal seharusnya siswa yang beranjak remaja sudah harus memperhatikan kebersihan diri kemudian pada toilet sekolah masih ada siswa yang membuang pembalut sembarangan.

Berdasarkan fenomena yang telah di paparkan, maka sudah selayaknya sebagai guru BK di sekolah menindaklanjuti permasalahan tersebut. Hal tersebut dikarenakan jika pemahaman siswa tentang menstruasi rendah maka siswa tidak siap menghadapi perubahan fisik yang terjadi pada dirinya untuk memenuhi tugas perkembangan remaja. Sehingga dengan demikian peneliti tertarik akan meneliti “Efektivitas Layanan Informasi dengan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Menstruasi di SMP N 2 Rao Pasaman”.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini yaitu penelitian quasi eksperimen jenis The Non Equivalent Control Group. Sekolah yang dipilih dalam penelitian ini

adalah SMPN 2 Rao Pasaman. Subjek penelitian meliputi siswa kelas VIII A dan VIII B sebagai kelompok eksperimen yang terdiri dari 24 orang siswa dan kelas VIII C dan VIII D sebagai kelas kontrol yang terdiri dari 22 orang siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner (angket) dengan skala likert.

Setelah data diolah menggunakan rumus statistik kemudian ditetapkan kriteria penilaian masing-masing data yang diperoleh dengan mengacu pada batasan yang dikemukakan oleh Agus Irianto (2004:22), yaitu sebagai berikut.

Tabel 1. Kriteria Pengolahan Data Deskriptif Hasil Penelitian

Kelas Interval Skor Keseluruhan	Kategori	% Skor Keseluruhan
189-225	Sangat Tinggi	84 – 100
153-188	Tinggi	68 – 83
117-152	Sedang	52 – 67
81-116	Rendah	36 – 51
45-80	Sangat Rendah	≤ 35

Selanjutnya Untuk menguji perbedaan kebiasaan belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, dilakukanlah analisis data dengan menggunakan metode t test dengan memanfaatkan program SPSS versi 20.00.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diungkapkan sebagai berikut.

1. Perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi sebelum dan sesudah layanan informasi dengan teknik *problem solving*

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Pemahaman Siswa tentang Menstruasi Kelompok Eksperimen

Interval	Kategori	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
189-225	Sangat Tinggi	0	0	2	8
153-188	Tinggi	7	29	21	88
117-152	Sedang	16	67	1	4
81-116	Rendah	1	4	0	0
45-80	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah		24	100	24	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mendapat perlakuan layanan informasi

dengan teknik *problem solving*. Pada saat *pretest*, pemahaman siswa tentang menstruasi 7 orang siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 29%, 16 orang siswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 67% dan 1 orang siswa berada pada kategori rendah dengan persentase 4%. Setelah diberikan perlakuan terjadi perubahan di mana dapat dilihat dari hasil *posttest*, sebanyak 2 orang siswa berada dalam kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 8%, 21 orang siswa berada dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 88% dan 1 orang siswa berada dalam kategori sedang dengan persentase 4%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari diagram berikut

Gambar 1. Diagram Batang Hasil *Pretest* dan *Posstest* Kelompok Eksperimen

- Perbedaan kebiasaan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan layanan informasi secara konvensional.

Tabel 3. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Pemahaman Siswa tentang Menstruasi Kelompok Kontrol

Interval	Kategori	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
189-225	Sangat Tinggi	0	0	0	0
153-188	Tinggi	10	45	20	91
117-152	Sedang	12	55	2	9
81-116	Rendah	0	0	0	0
45-80	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah		22	100	22	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah mendapat perlakuan layanan informasi. Pada saat *pretest*, pemahaman siswa tentang menstruasi 10 orang siswa berada pada kategori

tinggi dengan persentase sebesar 45% dan 12 orang siswa berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 55%. Setelah diberikan perlakuan terjadi perubahan dimana dapat dilihat dari hasil *posttest*, sebanyak 20 orang siswa berada dalam kategori tinggi dengan persentase sebesar 91%, dan 2 orang siswa berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 9%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari diagram berikut.

Gambar 2. Diagram Batang Hasil *Pretest* dan *Posstest* Kelompok Kontrol

- Perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen yang diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving* dengan kelompok kontrol yang diberi layanan informasi secara konvensional.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pemahaman Siswa tentang Menstruasi Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol (*Posttest*)

Interval	Kategori	Frekuensi		N	%
		Eksperimen	Kontrol		
189-225	Sangat Tinggi	2	0	2	4.34
153-188	Tinggi	21	20	41	89.13
117-152	Sedang	1	2	3	6.42
81-116	Rendah	0	0	0	0
45-80	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah		24	22	46	100

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa dari 46 orang siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, terdapat 2 orang siswa yang memiliki pemahaman tentang menstruasi kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 4.34%, terdapat 41 orang siswa yang memiliki pemahaman tentang menstruasi kategori tinggi dengan persentase sebesar 89.13%, dan terdapat 3 orang siswa yang memiliki pemahaman tentang menstruasi kategori sedang dengan persentase

sebesar 6.42%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dari diagram berikut.

Gambar 3. Diagram Batang Hasil Posstest Kelompok Eksperimen dan Kontrol

PEMBAHASAN

1. Perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving*

Berdasarkan pengujian hipotesis pertama, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving*. Hal ini dapat dilihat dari nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ($0.000 < 0.05$). pemahaman tentang menstruasi yang dimaksudkan dalam penelitian ini menerjemahkan menstruasi, mengetahui kondisi fisik dan psikis ketika menstruasi, memahami makna menstruasi dan memahami cara bersikap dan bertindak ketika menstruasi. Pemahaman tersebut diperoleh melalui layanan informasi dengan teknik *problem solving*.

Pemahaman tentang menstruasi, harus dapat dipahami oleh siswa yang memasuki gerbang usia remaja karena merupakan salah satu dari tugas perkembangan remaja yaitu mampu menerima perubahan fisik dan mempergunakannya secara efektif, salah satu perubahan yang terjadi yaitu kejadian menstruasi yang dialami oleh remaja putri. Oleh sebab itu siswa harus mendapatkan informasi terkait kejadian menstruasi yang dialami oleh dirinya dan memahami arti dari menstruasi, mampu memaknai serta paham cara

mengaplikasikan cara bersikap dan bertindak ketika menstruasi.

Memberikan informasi terkait pemahaman tentang menstruasi dalam proses pembelajaran tentulah menggunakan teknik pembelajaran. Hal ini dimaksudkan agar proses belajar lebih efektif. Dengan demikian, cara peneliti untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi adalah dengan cara memberikan layanan informasi dengan teknik *problem solving*. Penggunaan teknik *problem solving* bukan sekedar informasi terkait masalah yang dialami ketika mengalami menstruasi tetapi dapat memberikan stimulus kepada siswa bagaimana cara siswa mencari pemecahan masalah ketika masalah menstruasi tersebut mereka alami sehingga siswa mampu mengatasi masalah tersebut secara mandiri.

Kemampuan dalam mengatasi masalah di berbagai bidang sangat dibutuhkan sepanjang rentang kehidupan. Untuk itu, individu harus mampu mengatasi masalah yang terjadi dalam kehidupannya karena setiap manusia tidak terlepas dari masalah. Kegiatan ini tepat diberikan kepada siswa sehingga siswa terlatih untuk mengatasi masalah dalam kehidupannya dan dimulai dari masalah kecil contohnya saja masalah yang siswa alami ketika mengalami menstruasi. Prayitno (2004:36) layanan informasi adalah salah satu komponen dalam program bimbingan dan konseling yang membekali peserta didik dengan pengetahuan tentang data dan fakta di bidang pendidikan di sekolah, bidang pekerjaan, bidang perkembangan sosial, dan pribadi, agar peserta didik lebih mampu mengatur dan merencanakan kehidupannya sendiri. Layanan informasi yang diberikan pada penelitian ini adalah tentang menstruasi, kondisi fisik dan psikis saat menstruasi, makna menstruasi, dan cara bersikap dan bertindak ketika menstruasi yang dimaksudkan agar siswa memahami perubahan terkait menstruasi yang dialami oleh dirinya.

Pada penelitian ini, teknik *problem solving* yang dilaksanakan adalah dengan membagi siswa ke dalam beberapa kelompok yang setiap kelompoknya terdiri dari 8 sampai 10 orang. Setiap kelompok memiliki tim ahli untuk mendiskusikan terkait gambaran masalah yang dialami ketika menstruasi. Setelah selesai didiskusikan maka tim ahli akan kembali kepada kelompok semula dan setiap tim ahli akan menjelaskan pemecahan masalah yang menurut mereka paling tepat dilakukan apabila masalah tersebut mereka alami ketika menstruasi pemaparan pemecahan masalahnya

sesuai dengan yang telah didiskusikan dalam kelompok tersebut. Dalam penggunaan teknik ini tak hanya menjadikan siswa aktif, melainkan menjadikan siswa lebih mandiri dalam mengatasi masalah yang mereka alami dalam kehidupan. Keberhasilan pemberian layanan informasi dengan teknik *problem solving* diperkuat dengan hasil temuan pada hipotesis pertama yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving*. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan hasil rata-rata skor kelompok eksperimen dari 148 menjadi 169. Adanya peningkatan rata-rata skor pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen diduga diperoleh dari kebermaknaan proses pemberian layanan yang dialami oleh siswa.

Berdasarkan hal yang telah dijelaskan di atas, maka layanan informasi dengan teknik *problem solving* dapat diberikan dalam rangka meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi. Dengan adanya layanan informasi dengan teknik *problem solving*, menjadikan siswa lebih aktif dalam proses pembelajaran yang disertai dengan kelompok diskusi pada proses pemberian layanan tersebut dan merangsang siswa untuk berpikir secara abstrak terkait dengan masalah yang digambarkan pemaparan dan memikirkan strategi terbaik untuk pemecahan masalah tersebut, sehingga informasi yang disampaikan menjadi lebih bermakna bagi siswa dan siswa menjadi lebih mandiri dalam mengatasi masalah yang dihadapinya dalam kehidupan.

2. Tidak terdapat perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan informasi secara konvensional

Pemberian layanan informasi untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi dapat dilakukan dengan cara konvensional. Dari hasil perhitungan hipotesis diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari taraf signifikansi 0.05 ($0.61 > 0.05$). Dengan demikian, hipotesis kedua pada penelitian ini dapat diterima, di mana tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok kontrol secara konvensional. Dikatakan tidak signifikan karena hanya terjadi perbedaan mean sebelum dan sesudah diberi perlakuan, sementara tidak terjadinya perbedaan kategori.

Layanan informasi dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok kontrol diberikan secara konvensional, yaitu teknik ceramah dan tanya jawab. Senada dengan pernyataan tersebut, metode atau teknik yang digunakan dalam penyajian layanan informasi menurut Prayitno (2012:97) adalah penyajian dan tanya jawab. Pemberian layanan informasi dengan metode konvensional ini menyajikan materi yang sama diberikan pada kelas eksperimen.

3. Perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen yang diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving* dengan kelompok kontrol yang diberi layanan informasi secara konvensional

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan adanya perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi yang diberikan melalui layanan informasi dengan teknik *problem solving* dan secara konvensional. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan efektifitas layanan informasi dengan teknik *problem solving* pada kelompok eksperimen dan layanan informasi konvensional pada kelompok kontrol dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen yang diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving* dengan kelompok kontrol yang diberi layanan informasi konvensional. Pemahaman siswa tentang menstruasi yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah kemampuan menerjemahkan, memaknai dan mengaplikasikan arti tentang apa itu menstruasi.

Menstruasi yang tidak disikapi dengan positif oleh siswa dapat menimbulkan dampak negatif bagi siswa. Dampak tersebut akan menimbulkan gejala-gejala tertentu seperti gejala fisiologis, gejala emosional yang berpengaruh terhadap proses belajar mengajar siswa. Untuk melihat perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi pada masing-masing kelompok, diberikan *posttest* sesudah pemberian perlakuan selesai. Hasil *posttest* kelompok eksperimen menunjukkan pemahaman siswa tentang menstruasi berada pada kategori sangat tinggi dengan jumlah 2 orang, kategori tinggi 21 orang dan pemahaman siswa tentang menstruasi yang berada pada kategori sedang berjumlah 1 orang. Hasil rata-rata skor *posttest* pemahaman siswa tentang

menstruasi siswa pada kelompok eksperimen sebesar 169 yang berada pada kategori tinggi. Selanjutnya, pada kelompok kontrol, pemahaman siswa tentang menstruasi yang berada pada kategori tinggi berjumlah 20 orang dan pemahaman siswa tentang menstruasi yang berada pada kategori sedang berjumlah 2 orang. Hasil rata-rata skor *posttest* pemahaman siswa tentang menstruasi pada kelompok kontrol sebesar 156 yang berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik juga menunjukkan adanya perbedaan pemahaman siswa tentang menstruasi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil pengujian dengan teknik uji *t-test* memperlihatkan koefisien t_{hitung} sebesar 5.613. Dari hasil perhitungan tersebut diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05 ($0.000 < 0.05$). Hal ini menandakan terdapat perbedaan yang signifikan pemahaman tentang menstruasi kelompok eksperimen yang diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving* dengan kelompok kontrol yang diberi layanan informasi konvensional.

Selanjutnya, untuk menentukan kelompok mana yang mengalami peningkatan lebih tinggi pada pemahaman siswa tentang menstruasi, dapat melihat besarnya rata-rata skor pada masing-masing kelompok. Rata-rata skor pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata skor pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok kontrol, di mana rata-rata skor kelompok eksperimen sebesar 169 dan rata-rata skor kelompok kontrol sebesar 156. Dengan demikian, kelompok eksperimen mengalami peningkatan pemahaman tentang menstruasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Perbedaan pemahaman tentang menstruasi terjadi karena adanya perbedaan perlakuan yang diterima oleh masing-masing kelompok, walaupun materi dan banyaknya perlakuan yang diberikan sama-sama berjumlah 4 kali. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan layanan informasi dengan teknik *problem solving*, sementara kelompok kontrol diberikan perlakuan layanan informasi konvensional. Pada kelompok eksperimen pemberian layanan informasi dengan teknik *problem solving* dilakukan dengan membagi kelas menjadi beberapa kelompok. Pembagian kelompok dilakukan untuk membahas masalah yang telah digambarkan oleh peneliti, sehingga masalah yang diberikan dapat dicari pemecahan

masalahnya secara diskusi kelompok. Kemudian, hasil diskusi kelompok tersebut dibahas lagi dalam kelompok asli dan terakhir melaporkan apa yang didiskusikan. Selanjutnya, pada kelompok kontrol diberikan perlakuan berbeda dari kelompok eksperimen yaitu pemberian layanan informasi secara konvensional. Pemberian layanan informasi secara konvensional ini dilakukan secara klasikal. Peneliti memberikan informasi mengenai menstruasi dengan teknik ceramah dan tanya jawab. Setelah peneliti memberikan materi dengan teknik ceramah, kemudian peneliti mempersilahkan siswa untuk bertanya apabila terdapat hal yang belum dipahami. Sebelum menjawab beberapa pertanyaan yang dilontarkan siswa, pertanyaan tersebut terlebih dahulu dilemparkan ke forum dengan tujuan agar siswa-siswa yang lain juga ikut berpikir mengenai pertanyaan yang telah dikemukakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Temuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving*.
2. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberi layanan informasi secara konvensional.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pemahaman siswa tentang menstruasi kelompok eksperimen yang diberi layanan informasi dengan teknik *problem solving* dengan kelompok kontrol yang diberi layanan informasi secara konvensional.

b. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyarankan kepada Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat diharapkan untuk meningkatkan kinerja guru BK atau konselor dengan memberikan pelatihan-pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru pembimbing. Bagi guru BK untuk dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan informasi dengan pengembangan berbagai strategi untuk membantu meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan jenis layanan bimbingan dan

konseling yang lainnya seperti : layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok, untuk membantu meningkatkan pemahaman siswa tentang menstruasi.

KEPUSTAKAAN

- Agus Irianto. 2004. *Statistik: Konsep Dasar, Aplikasi dan Pengembangannya*. Jakarta: Renada Media Group.
- Elida Prayitno. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Gulo. 2008. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Grafindo.
- Kartini Kartono. 2006. *Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung: Mandar Maju.
- Mayasari. 2008. *Pentingnya Peran Orangtua tentang Kesehatan Reproduksi Anak Remaja*. Jakarta: Salemba Medika.
- Papalia Olds Feldman. 2009. *Human Development (Perkembangan Manusia)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan Konseling: Layanan Informasi (L-2)*. Padang: UNP Press.
- _____. 2006. *L1-L9*. Padang: BK FIP UNP.
- _____. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: BK FIP UNP.
- Ridwan Lubis. 2014. *Pemahaman Siswa tentang Pendidikan Seks Remaja. Skripsi*. Padang: BK FIP UNP.
- Vicky Febry Wulandari. 2012. *Pemahaman Siswa Mengenai Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Layanan Informasi. Skripsi*. Padang: BK FIP UNP.
- Wena. 2013. *Strategi Pembelajaran Inovatif Kontemporer*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wiknjosastro. 2005. *Pubertas Remaja Putri*. Jakarta: Salemba Medika.