

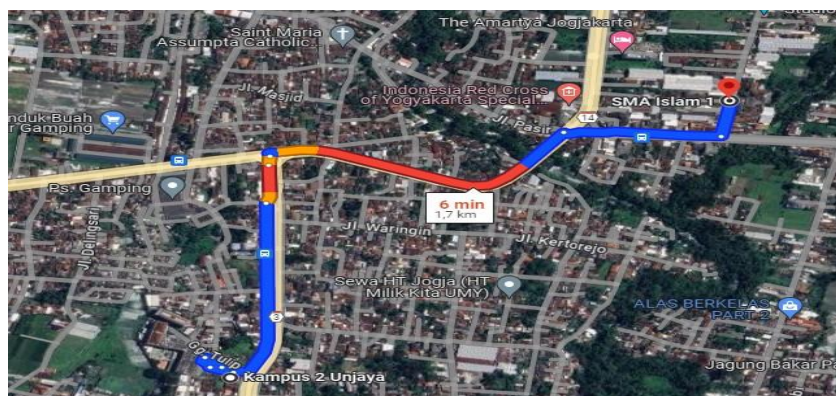
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMA Islam 1 Sleman adalah sebuah sekolah menengah atas swasta yang terletak di Jln. Wates Km. 4 Pelemgurih, Banyuraden, Gamping, Jl. Sri Rahayu No.72, Area Sawah, Banyuraden, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Sekolah ini memiliki ruang kelas yang nyaman sehingga menyediakan lingkungan belajar yang kondusif bagi siswa, selain itu juga memiliki berbagai fasilitas pendukung seperti ruang belajar mengajar yang dilengkapi LCD dan kipas angin, ruang perpustakaan dilengkapi tv, kantin, UKS, masjid sekolah, laboratorium ava, laboratorium fisika, laboratorium kimia, ruang studio musik, ruang keterampilan menjahit, *free wi-fi* akses internet, dan laboratorium teknologi informasi dilengkapi LCD. Pada kelas X dan XI belum pernah ada penyuluhan tentang penatalaksanaan yoga untuk nyeri dismenorea.

Penelitian dilakukan pada tanggal 03 Juni-06 Juni 2024, dan melibatkan 33 responden dari kelas X dan IX. Penelitian dilakukan dengan pengumpulan data pengetahuan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 16 pernyataan tentang yoga untuk dismenorea, kuesioner ini disediakan dalam bentuk *hard copy*. Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik pada komisi etik kesehatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan Nomor Skep/181/KEP/V/2024.



Gambar 10. Peta Lokasi SMA Islam 1 Sleman

2. Analisa Univariat

Subjek penelitian ini adalah siswi SMA Islam 1 Sleman berjumlah 33 siswi. Gambaran tentang karakteristik responden subjek penelitian dijelaskan dalam bentuk distribusi frekuensi berdasarkan variabel dalam penelitian.

a. Karakteristik Responden

Hasil dari analisis univariat ini membantu peneliti memahami profil responden dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang karakteristik responden yang disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini :

Tabel 8. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
a. Remaja tengah (14-17 tahun)	25	75.8
b. Remaja akhir (18-21 tahun)	8	24.2
Total	33	100
Riwayat Dismenore		
a. Dismenorea	27	81.8
b. Tidak Dismenorea	6	18.2
Total	33	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel.8 karakteristik usia dan riwayat dismenorea dari 33 responden remaja putri di SMA Islam 1 Sleman didapatkan mayoritas usia responden berada pada usia 14-17 tahun sebanyak 25 responden (75,8%), berdasarkan data riwayat dismenorea didapatkan bahwa 27 responden (81,8%) pernah mengalami dismenorea.

b. Tingkat pengetahuan yoga untuk dismenorea sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *google sites*.

Hasil analisis tingkat pengetahuan yoga untuk dismenorea sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *google sites*. sebagai berikut:

Tabel 9. Tingkat Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Google Sites*

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Kurang	14	42.4	0	0
Cukup	19	57.6	8	24.2
Baik	0	0	25	75.8
Total	33	100	33	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel.9 tingkat pengetahuan mengenai yoga untuk dismenorea siswi kelas X dan XI SMA Islam 1 Sleman sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan menggunakan media *google sites* yaitu sebanyak 14 siswi (42,4%) pengetahuan kurang, dan 19 siswi (57,6%) pengetahuan cukup. Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan menggunakan media *google sites* terjadi peningkatan yaitu 25 siswi (75,8%) pengetahuan baik dan 8 siswi (24,2%) pengetahuan cukup.

3. Analisa Bivariat

Analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media *google sites* terhadap tingkat pengetahuan siswi tentang yoga untuk dismenorea. Analisis statistik yang digunakan adalah statistik *non-parametrik* yaitu uji *Wilcoxon* yang merupakan uji komparatif kategorik berpasangan.

Tabel 10. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Google Sites* Terhadap Tingkat Pengetahuan Yoga Untuk Dismenorea

Pengetahuan	N (33)	<i>p-value</i>
Pretest		
Mean (SD)	52.45 (8.348)	
Median	56.00	
Rentang	5-11	
Posttest		
Mean (SD)	84.94 (10.259)	0,001
Median	88.00	
Rentang	10-16	

Berdasarkan tabel.10 diatas menunjukkan bahwa rata-rata nilai pretest pengetahuan yang didapatkan dari 33 responden sebesar 52,45 dan rata-rata nilai posttest 84,94. Untuk nilai tengah saat pretest yaitu 56,00 dengan nilai terendah 5 dan nilai tertinggi 11 sedangkan nilai tengah saat posttest yaitu 88,00 dengan nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 16. Adapun nilai *p-value* yaitu sebesar 0.001 ($p < 0.05$), berarti ada perbedaan yang signifikan antara pretest dan posstest.

Dari hasil analisis diatas membuktikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media *google sites* terhadap tingkat pengetahuan tentang yoga untuk dismenorea di SMA Islam 1 Sleman.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian yang dilakukan pada 33 responden menunjukkan bahwa mayoritas usia responden berada pada usia 14-17 tahun sebanyak 25 responden (75,8%). Harold Alberty (1957) mendefinisikan masa remaja sebagai suatu tahap perkembangan seseorang yang dimulai pada akhir masa kanak-kanak dan berakhir pada awal masa dewasa (Ahyani and Astuti, 2018). WHO (2012) mendefinisikan remaja sebagai orang yang berusia 10-19 tahun (Hapsari, 2019). Berdasarkan usia, masa remaja digolongkan menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (usia 10-13 tahun), remaja tengah (usia 14-17 tahun), dan remaja akhir (usia 18-21 tahun) (Ragita and Fardana, 2021).

Seiring bertambahnya usia seseorang, pengalaman dan pengetahuan akan ikut bertambah, yang memungkinkan dia untuk meningkatkan kematangan mental beserta intelektualnya. Usia seseorang yang lebih dewasa mempengaruhi seberapa matang dan kemampuan mereka untuk berpikir dan menyerap informasi lebih baik daripada usia yang lebih muda (Wijayanti and Ernawati, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan pada 33 responden, berdasarkan data riwayat dismenorea didapatkan bahwa 27 responden (81,8%) pernah mengalami dismenorea. Pada saat wanita mengalami menstruasi, dismenorea dapat terjadi 2-3 tahun setelah haid pertama dan mencapai puncaknya saat wanita mencapai

usia 15-25 tahun karena pada usia itu terjadi optimalisasi fungsi rahim. Kemudian nyeri akan menurun intensitasnya seiring dengan penambahan usia dan menghilang saat wanita melahirkan secara alami (Widyanti, Resiyanti and Prihatiningsih, 2021).

Dalam penelitian Rahmayanti, Jafar dan Rijai (2023) menyatakan bahwa kemungkinan dismenore yang dirasakan pada usia remaja pertengahan (14-17 tahun) menunjukkan tingkat stress dan level kortisol yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja usia awal (10-13 tahun). Secara psikologis pada usia 14-17 tahun sudah lebih berkembang sehingga kemungkinan dismenore yang dirasakan pada usia remaja pertengahan terjadi akibat beban stress yang mereka rasakan. Kondisi stress akan memicu produksi *follicle stimulating hormone* (FSH) dan *luteinizing hormone* (LH) yang kemudian akan menyebabkan gangguan perkembangan folikel. Gangguan pada folikel ini akan memicu sintesis dan pelepasan hormon progesteron yang akan mempengaruhi aktivitas prostaglandin, sehingga terjadilah dismenorea.

2. Tingkat Pengetahuan Yoga Untuk Dismenorea Sebelum Dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media *Google Sites*

Hasil tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *google sites* tertinggi adalah kategori cukup yaitu 19 (57,6%) dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *google sites* kategori tertinggi yaitu baik dengan jumlah responden sebanyak 25 (75,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian Maharani, Hayati & Fahkrunisa (2023), sebelum diberikan penyuluhan mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang sekitar 62%. Kemudian tingkat pengetahuan responden meningkat secara signifikan setelah diberikan penyuluhan, dengan sebagian besar mencapai tingkat pengetahuan baik sebesar 84%.

Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Mahendra, Jaya and Lumban, 2019). Pengetahuan atau pemahaman

adalah aspek yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang, salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan adalah paparan pendidikan. Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku hidup sehat yang didasari atas kesadaran diri baik itu di dalam individu, kelompok atau pun masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan. (Asniar dkk, 2020). Tingkatan pengetahuan terdiri dari beberapa tahap, diantaranya tahu (*know*) yaitu tahap dimana remaja mampu mengingat kembali materi yang telah diberikan seperti apa itu dismenorea dan bagaimana penatalaksananya seperti yang dipaparkan didalam *google sites*. Pada tingkatan ini merupakan tingkatan terendah namun menjadi prasyarat untuk ke tingkat selanjutnya. Pada tingkatan memahami (*comprehension*) remaja mampu untuk menjelaskan atau menjawab pertanyaan dengan baik serta dapat memberikan contoh.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu dengan pendidikan kesehatan menggunakan media *google sites*. Seiring dengan perkembangan teknologi yang semakin maju sehingga metode pembelajaran harus menyesuaikan dengan perkembangan zaman. Hal ini dikarenakan teknologi internet dapat memudahkan dan mengoptimalkan pembelajaran sehingga bisa dilakukan secara jarak jauh yang tidak terhalang oleh jarak dan waktu. Situs web yang digunakan salah satunya yaitu *google Sites* yang merupakan sebuah layanan *google* yang berfungsi untuk memudahkan pengguna *google* untuk membuat situs, *google Sites* merupakan aplikasi wiki terstruktur untuk membuat situs web atau blog pribadi maupun kelompok, untuk keperluan personal maupun korporat (Setiawan, Naomi and Winata, 2022).

3. Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Google Sites* Terhadap Tingkat Pengetahuan Yoga Untuk Dismenorea.

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji *statistic non-parametik* yaitu *Wilcoxon matched pairs*, didapatkan hasil *p-value* yaitu sebesar 0.001 ($p < 0.05$) yang artinya ada pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media *google sites* terhadap tingkat pengetahuan yoga untuk dismenorea di SMA Islam 1 Sleman. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darmawan

dan Islanda (2023) dengan judul “pengembangan *google sites* sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan prestasi belajar siswa” menunjukkan hasil uji efektivitas yang telah dilakukan untuk menguji *google sites* memperoleh persentase 86% dengan kategori sangat efektif. Selain itu pengembangan *google sites* layak dijadikan sebagai media pembelajaran juga memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan prestasi belajar siswa.

Media *e-learning* atau pembelajaran *online* adalah pembelajaran yang pelaksanaannya didukung oleh jasa elektronik, seperti komputer dan alat media digital lainnya. Pembelajaran menggunakan media digital akan memudahkan kedua belah pihak, yaitu pendidik dan peserta didik karena penyampaian materi ajar lebih cepat, mudah dan efisien. *E-learning* memungkinkan peserta didik untuk belajar secara mandiri berdasarkan kekuatan mereka sendiri (Setiadi, Alia and Nugraha, 2022). Pembuatan konten *website e-learning* memiliki fitur yang dapat mengelola berbagai materi pembelajaran, sehingga materi pembelajaran dapat diakses kapan saja dengan perangkat yang terhubung ke internet. Konten tersebut dapat berupa laman web, media audio, video, gambar, multimedia interaktif, file, dan lain sebagainya.

Perkembangan IPTEK ini telah berkembang sangat pesat. Penggunaan teknologi khususnya internet dapat dimanfaatkan sebagai fasilitas pembelajaran berbasis *online*. Salah satu produk dari google yang bisa dimanfaatkan untuk keperluan pendidikan secara gratis adalah *google sites*. *Google sites* digunakan untuk membuat situs *website* untuk keperluan pribadi ataupun kelompok, baik untuk keperluan personal atau korporat. *Google sites* merupakan cara termudah dalam membuat informasi yang bisa diakses oleh orang yang membutuhkan secara cepat dan orang-orang dapat bekerja sama dalam situs untuk menambahkan berkas file lampiran serta informasi dari aplikasi *google* lainnya seperti *google docs, sheet, form, calender, awesome table* dan lain sebagainya . Selain itu, *google sites* ini sangat mudah diakses, peserta didik hanya butuh *gadget/laptop* yang terhubung dengan jaringan internet. (Azis, 2019).

Pada setiap indera memiliki daya serap yang berbeda mengenai stimulus yang diterimanya. Wiroatmojo dan Sasonohardjo (2002) mengemukakan bahwa

daya serap panca indera adalah sebagai berikut: indera persentase daya serap penglihatan 82%, pendengaran 11%, peraba 3,50%, perasa 2,50%, dan penciuman 1%. Hal ini menunjukkan bahwa indera yang paling tinggi kemampuan daya serapnya terhadap informasi yang diterima atau diindera adalah indera penglihatan. Menurut Kolb dan Whishaw (2014) pada saat siswa melakukan penginderaan suatu peristiwa atau aktivitas yang divisualisasikan melalui media *google sites*, sinyal-sinyal saraf yang aktif akan bereaksi seolah-olah ia berada dalam peristiwa atau melakukan aktivitas yang divisualisasikan. Respons otak akan menyamakan bayangan dengan kenyataan. Neuron-neuron yang terkait dalam proses visualisasi akan menguatkan koneksi sinapsis (*hebbian synapses*) serta memori prosedural yang diperlukan dalam melakukan aktivitas yang sedang dilatih. Oleh karena itu, dengan penggunaan media *google sites* akan memberikan pengalaman langsung dan menjadikan kegiatan pembelajaran menjadi menyenangkan, dalam proses pembelajaran kemampuan daya serap penglihatan ini harus dimanfaatkan untuk meningkatkan hasil belajar. Menurut Gabrieli (1998) media visual dapat membantu meningkatkan perhatian siswa dalam belajar. Imajinasi yang dilakukan berulang-ulang juga memiliki pengaruh yang sama. Kemampuan otak dalam meningkatkan tingkat lewat repetisi disebut memori prosedural. Menurut Moscovitch (1992) beberapa area otak yang terkait saat seseorang sedang belajar meningkatkan memori proseduralnya adalah: basal ganglia, hippocampus, *cerebellum*, neostriatum. Aktivitas kompleks yang dilakukan secara berulang-ulang akan menciptakan otomatisasi sistem saraf yang terkait yang penting untuk pengembangan kognitif dan keahlian motoric. Artinya, pencapaian hasil belajar membutuhkan praktek yang berulang-ulang dan belajar meningkatkan penguasaannya seiring waktu. Pengalaman belajar ini akan meningkatkan kecepatan pemrosesan informasi secara internal dan mendata input eksternal, mengembangkan wawasan dan penyimpanan pengetahuan, serta pada akhirnya akan menguatkan kapasitas otak dalam melakukan efisiensi dan melaksanakan aktivitas yang dipelajari secara lebih optimal. (Khotimah, Supena and Hidayat, 2019).

Google sites sendiri memiliki banyak keunggulan yang menarik untuk dipelajari. Menurut Harsanto (2012) keunggulan pertama, *google sites* mudah dibuat dan gratis. Kedua, memungkinkan pengguna berkolaborasi dalam pemanfaatannya. Ketiga menyediakan 100 MB penyimpanan *online* gratis. Keempat *searchable* (dapat ditelusuri) menggunakan mesin pencarian *google*. Peserta didik tidak perlu lagi untuk mengunduh materi yang diberikan oleh guru, sehingga tidak akan memakan kuota internet dan memori yang banyak. Selain itu, guru juga tidak perlu bingung dalam menyampaikan materi. Hal ini dikarenakan peserta didik dapat mengaksesnya melalui *google sites* tersebut. Tampilan dalam *google sites* pun dapat dibuat semenarik mungkin supaya peserta didik tidak merasa bosan dalam kegiatan pembelajaran (Cahyo Nugroho and Hendrastomo, 2021).

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA