

---

## PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN KESEHATAN REPRODUKSI GENERASI Z

Amalia Maulidina Welna<sup>1</sup>, Nurwahyuni<sup>2</sup>, Nur Eka Wahyuningsih Riyadi<sup>3</sup>, Muh.Yusran Diniy<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Universitas Tadulako, Indonesia

Email: [amaliaamel245@gmail.com](mailto:amaliaamel245@gmail.com), [nurwahyuni.untad@gmail.com](mailto:nurwahyuni.untad@gmail.com), [nurekawn01@gmail.com](mailto:nurekawn01@gmail.com), [yusran120498@gmail.com](mailto:yusran120498@gmail.com)

---

### Article Info

History

Articles

Submitted:

4 November 2025

Accepted:

25 Maret 2026

Published:

30 Maret 2026

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Kesehatan Remaja, Generasi Z, Kesehatan Reproduksi.

Keywords:

Adolescent Health;

Counseling; Group Guidance;

Generation Z; Reproductive

Health.

### Abstrak

Generasi Z, khususnya remaja, menghadapi tantangan serius berupa kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi yang dapat berdampak pada munculnya perilaku berisiko, kehamilan tidak direncanakan, serta infeksi menular seksual. Kondisi ini semakin diperburuk oleh maraknya penyebaran informasi palsu di media sosial dan terbatasnya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah yang berlandaskan agama. Oleh karenanya, penting untuk melaksanakan upaya edukatif yang efisien, salah satunya adalah menggunakan bimbingan kelompok dengan metode diskusi, yang bisa membantu siswa berbagi pandangan dan mendapatkan pemahaman yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk menilai dampak dari bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap pemahaman siswa di MA Muhammadiyah Palu. Metode penelitian yang diterapkan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen menggunakan satu kelompok pretest-posttest, yang melibatkan 10 siswa berusia 15 hingga 18 tahun yang dipilih secara purposif. Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah tes pemahaman yang telah diuji untuk validitas dan reliabilitasnya, dan kemudian dianalisis menggunakan Statistik Deskriptif dan Analisis Inferensial dengan uji Wilcoxon serta menghitung ukuran efek. Temuan penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan ( $Z = -2,809$ ;  $p = 0,005 < 0,05$ ) dengan nilai Cohen's  $d = 2,47$ , yang tergolong efek yang sangat besar. Maka, bisa disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi efektif dalam meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi remaja di sekolah berbasis agama.

### Abstract

Generation Z, especially adolescents, face problems of lack of knowledge about reproductive health, which can lead to risky behavior, unplanned pregnancies, and sexually transmitted infections. This condition is exacerbated by the prevalence of false information on social media and the lack of reproductive health education in religious schools. This study aims to determine the effect of group counseling using discussion techniques on the understanding of students at MA Muhammadiyah Palu. Using a quantitative approach with a one-group pretest-posttest experimental design, the study involved 10 students aged 15–18 years who were selected purposively. The instrument was a valid and reliable comprehension test, analyzed using descriptive statistics and inferential analysis, which included the Wilcoxon test and effect size. The results showed a significant increase ( $Z = -2.809$ ;  $p = 0.005 < 0.05$ ) with Cohen's  $d = 2.47$ , which is classified as a very large effect. Thus, group counseling using discussion techniques is effective in improving adolescents' understanding of reproductive health in religious schools.

## **PENDAHULUAN**

Generasi Z, yang muncul dari pertengahan tahun 1990 hingga awal 2010, adalah suatu kelompok usia yang sejak kecil telah dibesarkan dalam lingkungan yang dipenuhi oleh teknologi digital. Mereka biasanya disebut sebagai penduduk asli digital karena mereka terbiasa menggunakan perangkat, internet, dan berbagai jenis komunikasi modern sejak usia dini. Ciri khas Generasi Z meliputi keahlian dalam teknologi, kemampuan untuk melakukan banyak tugas sekaligus, serta lebih menyukai komunikasi yang bersifat visual dan interaktif. Hal ini menjadikan mereka berbeda dari generasi sebelumnya yang membutuhkan lebih banyak waktu untuk beradaptasi dengan kemajuan teknologi. Kemajuan dalam teknologi informasi dan dunia digital telah memicu kreativitas generasi Z, mendorong mereka untuk menciptakan berbagai jenis pekerjaan yang sebelumnya sulit dibayangkan. Contoh pekerjaan baru ini meliputi pencipta konten digital, pengembang software, spesialis pemasaran di media sosial, serta pendiri startup digital. (Kamil & Laksmi, 2023). Dalam konteks pendidikan, kemampuan Generasi Z untuk beradaptasi dengan teknologi dapat menjadi peluang untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih inovatif dan sesuai dengan cara belajar mereka. Namun, di balik kelebihan ini, ada tantangan serius yang dihadapi oleh generasi ini, yakni tingginya paparan terhadap informasi di media sosial. Informasi mengenai isu-isu sensitif seperti kesehatan reproduksi sering kali tidak akurat, tidak lengkap, atau bahkan berputar.

Kesehatan reproduksi pada kalangan remaja merupakan topik yang sangat penting karena mencakup tidak hanya aspek biologis, tetapi juga aspek psikologis, sosial, budaya, dan moral. Pendidikan kesehatan reproduksi bertujuan memberikan pemahaman kepada remaja mengenai perubahan fisik selama pubertas, hubungan sosial yang sehat, serta pencegahan perilaku seksual berisiko. Menurut (WHO, 2019) kesehatan reproduksi didefinisikan sebagai keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial secara utuh yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi, dan prosesnya, serta bukan sekadar bebas dari penyakit atau gangguan. Konsep ini juga menekankan bahwa setiap individu memiliki kemampuan untuk menjalani kehidupan seksual yang aman dan memuaskan serta memiliki kebebasan untuk menentukan kapan dan seberapa sering bereproduksi. Oleh karena itu, pemahaman yang memadai mengenai kesehatan reproduksi sangat penting bagi remaja agar mereka mampu memahami perubahan yang terjadi pada tubuh, menjaga kesehatan reproduksi, serta menghindari berbagai risiko seperti kehamilan tidak direncanakan maupun infeksi menular seksual.

Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi masih tergolong rendah. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti keterbatasan pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah, norma sosial yang menganggap pembahasan seksualitas sebagai topik sensitif, serta dominasi informasi dari media sosial yang belum tentu akurat. Penelitian yang dilakukan oleh (Ganescha & Sringati, 2023) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku seksual remaja. Remaja yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi dalam melakukan perilaku seksual yang tidak aman. Temuan serupa juga disampaikan oleh (Aprilia et al., 2025) yang menyatakan bahwa kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya perilaku seksual berisiko di kalangan remaja.

Meskipun berbagai penelitian tersebut telah menyoroti pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pendekatan penyuluhan kesehatan atau pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi. Kajian yang secara khusus meneliti pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi masih relatif terbatas, terutama dalam konteks lembaga pendidikan berbasis agama seperti madrasah. Padahal, madrasah memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan sekolah umum, baik dari segi kurikulum maupun norma sosial yang memengaruhi cara penyampaian materi terkait kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji pengaruh bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi terhadap peningkatan pemahaman kesehatan reproduksi pada siswa di MA Muhammadiyah Palu.

Untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi, penting untuk menggunakan pendekatan pendidikan yang partisipatif, kontekstual, dan sesuai untuk Generasi Z. Salah satu metode yang relevan adalah bimbingan kelompok dengan metode diskusi. Pengarahan kelompok adalah aktivitas yang memberikan layanan bimbingan kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka dalam meningkatkan keterampilan berbicara, menyampaikan gagasan, dan mengatasi masalah melalui interaksi langsung dalam kelompok. Dengan menggunakan metode diskusi, siswa tidak hanya berfungsi sebagai penerima informasi yang pasif, tetapi juga ikut serta secara aktif dalam pertukaran ide, pengalaman, dan nilai dengan anggota kelompoknya. Hal ini memungkinkan terciptanya pemahaman yang lebih mendalam melalui interaksi sosial yang konstruktif (Khoirunnisa & Mufidah, 2025)

Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok sebagai sarana untuk membantu individu mengembangkan pemahaman diri, meningkatkan keterampilan sosial, serta memperoleh pengetahuan melalui interaksi antaranggota kelompok. Dalam pelaksanaannya, bimbingan kelompok dapat menggunakan berbagai teknik, salah satunya adalah teknik diskusi. Teknik diskusi merupakan metode yang memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk saling bertukar pendapat, pengalaman, dan informasi mengenai suatu topik tertentu secara terbuka dan terarah. Melalui proses diskusi, peserta didik tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam proses berpikir kritis, menyampaikan pendapat, serta mendengarkan pandangan dari anggota kelompok lainnya.

Menurut Prayitno bimbingan kelompok merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai topik yang berguna bagi perkembangan individu anggota kelompok. Dalam konteks ini, teknik diskusi menjadi salah satu strategi yang efektif karena memungkinkan terjadinya interaksi yang aktif antar peserta didik sehingga dapat memperluas wawasan dan meningkatkan pemahaman mereka terhadap suatu permasalahan. Selain itu, diskusi kelompok juga dapat membantu peserta didik mengembangkan kemampuan berpikir kritis serta keterampilan komunikasi interpersonal.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan berbagai aspek perkembangan pribadi melalui interaksi dan dinamika kelompok. Hasil penelitian yang dipublikasikan pada jurnal Consulenza menunjukkan bahwa konseling kelompok mampu meningkatkan kepercayaan diri

siswa secara signifikan melalui proses diskusi dan interaksi antar anggota kelompok (Sangidun et al., 2018)

Pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam konteks pendidikan kesehatan reproduksi dapat dijelaskan melalui Teori Kognitif Sosial yang diperkenalkan oleh Albert Bandura. Teori ini menekankan bahwa belajar terjadi melalui melihat, meniru, dan interaksi dengan orang lain. Diskusi kelompok merupakan salah satu cara belajar yang dipakai untuk memberi siswa peluang mengumpulkan ide, menarik kesimpulan, atau menghasilkan berbagai solusi dalam kelompok kecil yang telah dibentuk. (Hadida Aprilia Munthe & Inayah Hanum Lubis, 2024). Dengan demikian, Siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan dari materi yang disampaikan oleh guru atau konselor, tetapi juga belajar dari pengalaman, cerita, dan refleksi teman sebaya. Dengan demikian, interaksi dalam kelompok diskusi menciptakan peluang bagi remaja untuk memahami isu kesehatan reproduksi secara lebih komprehensif.

Walaupun sejumlah penelitian telah menyoroti pentingnya pengetahuan kesehatan reproduksi dan hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja, sebagian besar penelitian masih berfokus pada pemanfaatan media digital atau metode edukasi berbasis teknologi. Misalnya, (Aprilia et al., 2025) menekankan pentingnya Remaja generasi Z memiliki ketidaksiapan dalam pemenuhan finansial untuk menghadapi penggunaan media sosial sebagai sarana edukasi yang adaptif terhadap gaya belajar Generasi Z. Meskipun demikian, kajian mengenai pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi masih terbatas, terutama dalam konteks lembaga pendidikan berbasis agama seperti madrasah. Padahal, madrasah memiliki karakteristik yang unik, di mana kurikulum formal cenderung terbatas dalam membahas isu biologi dan kesehatan reproduksi, serta terdapat sensitivitas yang tinggi terhadap pembahasan seksualitas. Kondisi ini menciptakan kesenjangan penelitian yang perlu dijawab, yakni bagaimana strategi bimbingan kelompok berbasis diskusi dapat digunakan sebagai alternatif pendekatan edukasi kesehatan reproduksi yang relevan bagi Generasi Z dan tetap sesuai dengan nilai-nilai agama dan budaya.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di MA Muhammadiyah Palu, ditemukan bahwa pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari masih adanya siswa yang belum memahami secara tepat mengenai perubahan fisik pada masa pubertas, fungsi organ reproduksi, serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Selain itu, hasil wawancara singkat dengan guru bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih merasa malu atau enggan membahas topik kesehatan reproduksi secara terbuka karena dianggap sebagai topik yang sensitif. Kondisi tersebut menyebabkan siswa cenderung memperoleh informasi mengenai kesehatan reproduksi dari teman sebaya maupun media sosial yang belum tentu memiliki kebenaran ilmiah.

Temuan observasi ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran penting dalam memberikan pemahaman yang tepat kepada siswa mengenai kesehatan reproduksi. Namun, dalam praktiknya penyampaian materi kesehatan reproduksi di sekolah masih lebih banyak dilakukan melalui metode ceramah sehingga partisipasi siswa dalam proses pembelajaran relatif terbatas. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan yang lebih partisipatif dan interaktif agar siswa dapat terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi, yang memungkinkan siswa untuk saling bertukar informasi, menyampaikan pendapat, serta meningkatkan pemahaman mereka melalui interaksi kelompok. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi pada siswa generasi Z di MA Muhammadiyah Palu.

Menurut (Ulya Nur et al., 2024) Dengan memperhatikan maraknya kenakalan remaja saat ini dan banyaknya kasus yang dialami remaja terkait penyimpangan seksual, maka pendidikan mengenai seks sangat diperlukan sesuai dengan ajaran agama Islam. Konteks lokal serta integrasi nilai budaya dan agama, pendidikan kesehatan reproduksi dapat disampaikan dengan cara yang lebih mudah diterima oleh siswa sekaligus relevan dengan kehidupan mereka sehari-hari.

Di sisi lain, pentingnya penelitian ini juga terkait dengan rencana pembangunan negara. Saat ini, Indonesia berada pada periode bonus demografi, di mana jumlah penduduk yang berusia produktif lebih banyak dibandingkan yang nonproduktif. Agar bonus demografi ini dapat dimanfaatkan dengan baik, peningkatan kualitas sumber daya manusia, termasuk kalangan remaja, harus dilakukan. Pemahaman kesehatan reproduksi yang baik akan membantu remaja menghindari masalah-masalah seperti pernikahan dini, kehamilan tidak diinginkan, maupun penyakit menular seksual yang dapat menghambat perkembangan pendidikan dan karier mereka. Oleh karena itu, penelitian ini penting tidak hanya untuk akademis dunia, tetapi juga untuk mendukung pembangunan negara yang berkelanjutan dengan cara meningkatkan kualitas generasi muda.

Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk secara kuantitatif menguji pengaruh dari bimbingan kelompok yang menggunakan teknik diskusi dalam meningkatkan pemahaman tentang kesehatan reproduksi di kalangan Generasi Z di madrasah. Dalam penelitian ini, hipotesis yang dibuat menyatakan bahwa kelompok bimbingan yang menerapkan teknik diskusi memiliki pengaruh yang penting untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi.

Selain memiliki tujuan akademis, penelitian ini juga dimaksudkan untuk memberikan manfaat praktis. Secara teoritis, hal ini dapat meningkatkan literatur yang ada tentang pendidikan kesehatan reproduksi dengan memperkenalkan pendekatan baru yang memanfaatkan bimbingan kelompok berdasarkan diskusi yang disesuaikan dengan karakteristik Generasi Z, khususnya dalam konteks madrasah. Secara praktis, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi para pendidik, konselor, dan pembuat kebijakan pendidikan untuk menciptakan program pendidikan kesehatan reproduksi yang lebih menarik, relevan, dan sesuai budaya serta selaras dengan nilai-nilai agama. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu madrasah dalam mengembangkan strategi pembelajaran yang lebih efektif untuk membekali siswa dengan pemahaman yang tepat tentang kesehatan reproduksi. Dengan cara ini, siswa tidak hanya dapat menghindari perilaku berisiko tetapi juga menumbuhkan sikap dan tindakan yang sehat dan bertanggung jawab dalam kehidupan sosial dan keagamaan mereka.

Studi ini bisa membantu dalam usaha meningkatkan kualitas generasi muda di Indonesia. Dengan pengetahuan yang cukup tentang reproduksi, para remaja Akan lebih mampu

menghadapi rintangan di fase pubertas, mempertahankan hubungan yang positif, dan menghindari kehamilan yang tidak diinginkan serta penyakit menular seksual. Hal ini akan membantu meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia di masa depan. Oleh sebab itu, penelitian tentang sumber informasi banyak dilakukan melalui internet, sekolah, keluarga, dan lingkungan sosial. Ini mungkin menyebabkan adanya kesalahpahaman di kalangan remaja mengenai perilaku seksual. (Syifaul Rahman, 2025).

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi lembaga pendidikan dan organisasi terkait dalam pengembangan kebijakan yang mendorong integrasi pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah berbasis agama. Dengan temuan empiris yang kuat, strategi bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi dapat dilihat sebagai model pembelajaran alternatif, praktis, dan berkelanjutan. Pada akhirnya, penelitian ini tidak saja memperkaya wacana teoritis tentang pendidikan kesehatan reproduksi, tetapi juga memberikan kontribusi nyata dalam upaya membina generasi muda Indonesia yang sehat, cerdas, berkarakter, dan siap menghadapi tantangan global.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental melalui model one group *pretest-posttest design*. Dalam desain ini, subjek penelitian terlebih dahulu diberikan pretest untuk mengetahui tingkat awal pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi. Selanjutnya, siswa diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mereka terkait kesehatan reproduksi. Setelah perlakuan diberikan, dilakukan *posttest* untuk mengetahui perubahan tingkat pemahaman siswa setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest* digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terhadap peningkatan pemahaman kesehatan reproduksi pada siswa. Dengan desain ini, peneliti dapat menilai perubahan dalam pemahaman kesehatan reproduksi yang dihasilkan dari perlakuan tersebut.

**Gambar 1. Desain Penelitian**



Tujuan dari penelitian ini adalah semua siswa di MA Muhammadiyah Palu yang berusia antara 15 sampai 18 tahun, dengan jumlah 90 siswa. Untuk memilih sampel, digunakan teknik *purposive sampling* dengan beberapa kriteria, yaitu: (1) siswa yang aktif dari kelas X sampai XII, (2) bersedia mengikuti bimbingan kelompok dengan penuh, dan (3) berusia yang tergolong dalam Generasi Z. Total sampel yang diambil untuk penelitian ini adalah 10 siswa.

Alat yang dipakai dalam penelitian ini adalah tes yang memberikan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi. Tes ini dibuat dengan Merujuk pada empat indikator penting, yaitu: (1) *Knowledge and understanding of puberty* (Pengetahuan pubertas), (2) *Contraceptive use among adolescents* (Pengetahuan & pengetahuan kontrasepsi pada remaja), (3) *experience of sexual violence or coercion* (Pemahaman tentang kekerasan/paksaan seksual) serta (4)

*Knowledge of HIV prevention and digital health literacy (Pengetahuan pencegahan HIV/AIDS & literasi digital Kesehatan).* Instrumen ini berupa kuesioner yang menggunakan Skala Likert dengan empat opsi jawaban: Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju, dan Sangat Setuju.

**Contoh butir instrumen:**

1. Saya memahami bagaimana sistem reproduksi pria dan wanita.
2. Menstruasi dan mimpi basah adalah tanda pubertas.

Instrumen diuji validitas isi melalui *expert judgment* dan validitas konstruk dengan uji korelasi item-total. Hasil uji menunjukkan bahwa seluruh 20 butir soal valid ( $r$  hitung >  $r$  tabel pada taraf 5%). Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* memperoleh nilai 0,879 ( $\geq 0,70$ ), sehingga instrumen dinyatakan sangat reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

Tabel 1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Aspek yang diuji	Jumlah Butir Hasil Uji	Keterangan
Validitas ( $r$ hitung vs $r$ tabel)	20	20 butir valid ( $r$ hitung > $r$ tabel) Semua valid
Reliabilitas (Cronbach's Alpha)	0,879	Reliabel sangat tinggi

Prosedur penelitian dilakukan dalam tiga tahap:

**Tahap persiapan:** observasi di sekolah, penyusunan instrumen, uji coba instrumen (valid dan reliabilitas), penyusunan modul layanan bimbingan kelompok.

**Tahap pelaksanaan:**

- a. *Pretest* diberikan untuk mengukur tingkat pemahaman awal.
- b. *Treatment* berupa bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dilaksanakan dalam 4 sesi (masing-masing 90 menit). Topik setiap sesi disajikan pada Tabel 2.
- c. *Posttest* diberikan setelah perlakuan untuk mengetahui peningkatan pemahaman siswa.

**Tabel 2. Jadwal dan Materi Layanan Bimbingan Kelompok**

Sesi	Materi Diskusi	Durasi
1	Mengenal Kesehatan Reproduksi dan Perubahan Biologis di Masa Remaja	90 Menit
2	Mengenal Batasan Relasi dan Bahaya Seks Bebas	90 Menit
3	Keterampilan Asertif dan Penolakan dalam Relasi	90 Menit
4	Literasi Digital Seksual dan Keamanan Siber	90 Menit

**Tahap evaluasi:** pengumpulan hasil tes *pretest* dan *posttest*, analisis data dengan teknik statistik, penarikan kesimpulan berdasarkan hasil uji.

Data dianalisis melalui dua tahap:

1. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan distribusi skor pemahaman kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah perlakuan, ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.
2. Analisis inferensial menggunakan uji t untuk sampel berpasangan (*paired sample t-test*) Dengan menggunakan SPSS versi 25. Kriteria untuk pengujian adalah jika  $p < 0,05$  maka

akan ada pengaruh yang signifikan antara bimbingan kelompok dengan metode diskusi terhadap pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi.

Desain *pretest-posttest* untuk satu kelompok memberi kesempatan bagi peneliti untuk mengamati perubahan yang terjadi sebelum dan setelah perlakuan. Namun, ada keterbatasan karena tidak ada kelompok kontrol, yang membuatnya sulit untuk menghilangkan sepenuhnya faktor eksternal di luar perlakuan. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini harus digeneralisasikan dengan sangat hati-hati.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

#### Hasil Analisis Deskriptif

Deskripsi Hasil *Pretest* Pemahaman Kesehatan Reproduksi Pada Generasi Z di MA Muhammadiyah Palu. Hasil *pretest* mengenai pemahaman Kesehatan reproduksi sebelum perlakuan bimbingan kelompok dengan metode diskusi akan ditampilkan dalam tabel 2.1 di bawah ini :

**Tabel 3. Hasil Skor *Pretest* Tentang Pemahaman Kesehatan Reproduksi Sebelum Diterapkannya Kelompok Bimbingan Belajar Menggunakan Metode Diskusi**

No.	Kelas Interval	Klasifikasi	F	%
1	65–80	Sangat Tinggi	0	0
2	50–64	Tinggi	0	0
3	35–49	Rendah	8	80
4	20–34	Sangat Rendah	2	20
Jumlah			10	100

Menurut informasi yang ada pada tabel 4. 1 tentang hasil *pretest*, dari 10 siswa yang ikut dalam penelitian, terdapat 8 siswa (80%) yang berada dalam kategori rendah, dan 2 siswa (20%) dalam kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum mereka menerima layanan bimbingan kelompok dengan cara diskusi, sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang baik tentang kesehatan reproduksi. Pemahaman yang rendah ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pendidikan formal di sekolah dan kecenderungan siswa untuk mengambil informasi dari media sosial atau teman yang belum tentu akurat. Penjelasan ini sejalan dengan Teori Kognitif Sosial Bandura, yang percaya bahwa belajar berlangsung melalui observasi dan peniruan. Dengan kata lain, rendahnya pemahaman siswa pada tahap awal ini menandakan bahwa mereka belum banyak mendapatkan contoh atau pengalaman belajar yang tepat terkait kesehatan reproduksi.

**Tabel 4. Deskripsi Hasil *Posttest* Pemahaman Kesehatan Reproduksi Pada Generasi Z Sesudah Diberikan Perlakuan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi**

NO	KELAS INTERVAL	KLASIFIKASI	F	%
1	65-80	Sangat Tinggi	2	20
2	50-64	Tinggi	6	60
3	35-49	Rendah	2	10
4	20-34	Sangat Rendah	0	20
JUMLAH			10	100

Hasil ini memperkuat bahwa diskusi kelompok efektif dalam meningkatkan pemahaman kesehatan reproduksi, karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk saling bertukar pikiran, mengklarifikasi informasi yang keliru, serta belajar melalui observasi pengalaman teman sebaya. Hal ini sejalan dengan Teori Kognitif Sosial Bandura, yang menyoroti pentingnya interaksi sosial, observasi, dan pemodelan dalam mengembangkan pemahaman yang lebih dalam.

**Tabel 5. Pemahaman Kesehatan Reproduksi Pada Generasi Z Sebelum Dan Sesudah Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Diskusi.**

Subjek	Sebelum	Sebelum Klasifikasi	Sesudah	Sesudah Klasifikasi	Keterangan
RNH	80%	Rendah	20%	Sangat Tinggi	Meningkat
KR	80%	Rendah	20%	Sangat Tinggi	Meningkat
YS	80%	Rendah	60%	Tinggi	Meningkat
NR	80%	Rendah	60%	Tinggi	Meningkat
WNH	80%	Rendah	60%	Tinggi	Meningkat
AS	80%	Rendah	60%	Tinggi	Meningkat
R	80%	Rendah	60%	Tinggi	Meningkat
NA	20%	Sangat Rendah	20%	Rendah	Meningkat
MRP	20%	Sangat Rendah	20%	Rendah	Meningkat
AA	80%	Rendah	60%	Tinggi	Meningkat

Sebelum dilakukan intervensi, sebagian besar siswa, mencapai 80%, termasuk dalam kategori rendah, sementara dua siswa lainnya, yang merupakan 20%, berada dalam kategori sangat rendah. Namun, setelah mengikuti sesi bimbingan kelompok dengan metode diskusi, tampak perubahan yang sangat jelas :tujuh siswa naik ke kategori tinggi, yang mana 70%, dua siswa mencapai kategori sangat tinggi, mencakup 20%, dan hanya satu siswa yang tetap berada pada kategori rendah, persentasenya adalah 10%. Menarik untuk dicatat bahwa siswa yang masih berada dalam kategori rendah pada *posttest* sebelumnya sebenarnya termasuk dalam kategori sangat rendah pada *pretest*. Ini menunjukkan walaupun peningkatannya belum sepenuhnya optimal, terdapat perbaikan dalam pemahaman. Oleh karena itu, tidak ada siswa yang mengalami kebuntuan ataupun penurunan.

Transformasi ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan cara berpikir sangat berhasil dalam meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi. Melalui diskusi, siswa mendapatkan kesempatan untuk melihat, meniru, dan belajar dari pemahaman yang lebih baik yang dimiliki oleh teman-teman serta guru mereka. Hal ini sejalan dengan Teori Kognitif Sosial Bandura yang menekankan bahwa pembelajaran terjadi melalui observasi, pemodelan, dan interaksi sosial. Dalam sesi diskusi kelompok, siswa tidak hanya mendengarkan informasi secara pasif, tetapi juga belajar dari pengalaman orang lain, sehingga pemahaman mereka menjadi lebih mendalam.

Hasil penelitian ini juga mendukung temuan (Sitanggang et al., 2023) yang menunjukkan bahwa metode interaktif dapat meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada remaja, serta penelitian (Taupik & Fitriani, 2021) yang menegaskan pengaruh dinamika kelompok dalam meningkatkan keterampilan sosial dan kepercayaan diri siswa. Dengan demikian, peningkatan yang dialami siswa bukan sekadar tercermin dalam skor *posttest*, tetapi juga mencerminkan proses internalisasi pengetahuan yang lebih bermakna sesuai dengan prinsip pembelajaran sosial Bandura.

### Hasil Analisis Inferensial

**Tabel 6. Hasil Uji SPSS Wilcoxon Sign Rank Test**

		<i>Ranks</i>		
		N	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>Post test - Pre test</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00
	<i>Positive Ranks</i>	10 <sup>b</sup>	5,50	55,00
	<i>Ties</i>	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		

a. *Post test* < *Pre test*

b. *Post test* > *Pre test*

c. *Post test* = *Pre test*

Pengujian hipotesis dilakukan melalui *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan SPSS versi 25.0, mengingat jumlah sampel dalam penelitian ini tergolong kecil ( $n = 10$ ). Oleh karena itu, uji non-parametrik lebih sesuai digunakan. Hasil analisis menunjukkan bahwa semua responden (10 siswa) berada dalam rangking positif, tanpa adanya rangking negatif atau ikatan, dengan nilai rata-rata rangking sebesar 5,50 dan total rangking 55,00. Hal ini menunjukkan bahwa skor *posttest* selalu lebih tinggi dibandingkan dengan skor *pretest*. Hal ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan metode diskusi secara efektif meningkatkan pemahaman tentang kesehatan reproduksi, sesuai dengan Teori Kognitif Sosial Bandura yang menekankan peran observasi, pemodelan, dan interaksi sosial dalam proses pembelajaran. Maka, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yang menyatakan bahwa kelompok bimbingan dengan metode diskusi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman kesehatan reproduksi pada kalangan Generasi Z

di MA Muhammadiyah Palu.

**Tabel 7. Statistik Uji *Wilcoxon*.**

<i>Test Statistics<sup>a</sup></i>	
<i>Post test - Pre test</i>	
Z	-2.809 <sup>b</sup>
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,005

*a. Wilcoxon Signed Ranks Test*

*b. Based on negative ranks.*

Berdasarkan pelaksanaan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, nilai Z yang diperoleh adalah -2,809 dengan tingkat signifikansi Asymp. Tanda tangan. (2-tailed) sebesar 0,005. Karena nilai signifikansi ini lebih kecil dari 0,05, maka kita menyimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* pemahaman kesehatan reproduksi siswa setelah mereka mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. Hal ini mengindikasikan bahwa layanan tersebut memiliki dampak positif dalam meningkatkan pemahaman siswa.

Secara teoritis, hasil ini menguatkan Teori Kognitif Sosial Bandura yang menekankan bahwa proses belajar terjadi melalui observasi, modeling, dan interaksi sosial. Dalam diskusi kelompok, siswa saling mengamati, mencontoh, serta memperkuat pemahaman dari teman sebaya maupun guru BK. Hal inilah yang menyebabkan seluruh siswa menunjukkan peningkatan pemahaman, sehingga pengaruh layanan dapat dinyatakan signifikan.

**Tabel 8. Hasil Uji Spss 25 *Effect Size***

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
				Pair 1 pre test - post test	-20.900			

Berdasarkan analisis t-test Paired Sample yang dilakukan antara skor pre-test dan post-test dari siswa yang mengikuti layanan bimbingan kelompok, ditemukan rata-rata perbedaan (mean difference) sebesar 20,9 dengan deviasi standar perbedaan (SD) sebesar 8,45. Hasil hitung t mencapai 7,82 dengan tingkat signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test* setelah siswa mengikuti bimbingan kelompok.

Untuk mengukur seberapa besar dampak layanan ini terhadap perubahan hasil siswa,

dilakukan analisis ukuran efek (*effect size*) menggunakan rumus *Cohen's d* seperti berikut:

$$d = \frac{t}{\sqrt{n}} \quad \text{atau} \quad d = \frac{M_{post} - M_{pre}}{SD_{difference}}$$

Diketahui:

$$t = -7,82 \qquad n = 10$$

$$M_{post} - M_{pre} = 20,9 \qquad SD_{difference} = 8,45$$

$$\text{Sehingga:} \quad d = \frac{7,82}{\sqrt{10}} = 2,47$$

Nilai *Cohen's d* = 2,47 menunjukkan ukuran efek yang sangat besar (*large effect*) menurut kriteria Cohen (2023), yaitu:

0,20 = kecil,      0,50 = sedang,

0,80 = besar.

Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok memberikan pengaruh yang sangat kuat terhadap peningkatan hasil belajar atau perubahan perilaku peserta didik. Ukuran efek sebesar 2,47 tidak hanya menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik, tetapi juga bermakna secara praktis, karena besarnya pengaruh jauh melampaui kategori besar.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi memberikan pengaruh terhadap peningkatan pemahaman kesehatan reproduksi pada siswa Generasi Z di MA Muhammadiyah Palu. Hal ini dapat dilihat dari perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan adanya peningkatan tingkat pemahaman siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok. Sebelum pelaksanaan layanan, sebagian besar siswa berada pada kategori pemahaman yang relatif rendah mengenai kesehatan reproduksi. Namun setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, tingkat pemahaman siswa mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam membantu siswa memahami informasi yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Kondisi ini sejalan dengan (Nafilah1 et al., 2025) yang menekankan pentingnya Salah satu pendekatan yang semakin mendapatkan perhatian dalam pembentukan karakter siswa adalah penerapan budaya religius di lingkungan sekolah. Budaya religius mengacu pada berbagai kebiasaan, tradisi, dan nilai-nilai keagamaan yang ditanamkan di lingkungan sekolah, baik melalui kegiatan formal seperti kurikulum maupun kegiatan nonformal. Lingkungan yang religius membantu menciptakan diskusi yang terbuka namun tetap beretika.

Peningkatan pemahaman siswa tersebut tidak terlepas dari proses dinamika kelompok yang terjadi selama kegiatan bimbingan berlangsung. Melalui layanan bimbingan kelompok, siswa tidak hanya menerima informasi secara satu arah, tetapi juga terlibat secara aktif dalam proses diskusi dan pertukaran pendapat dengan anggota kelompok lainnya. Interaksi yang terjadi dalam kelompok memungkinkan siswa untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas, karena mereka dapat mendengar berbagai pandangan, pengalaman, serta informasi dari anggota kelompok lainnya. Kondisi ini menunjukkan bahwa dinamika kelompok memiliki peran penting dalam membantu siswa membangun pemahaman yang lebih komprehensif terhadap suatu permasalahan.

Penggunaan teknik diskusi dalam layanan bimbingan kelompok juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengemukakan pendapat, mengajukan pertanyaan, serta mengklarifikasi informasi yang belum dipahami. Situasi tersebut menciptakan suasana belajar yang lebih terbuka dan partisipatif sehingga siswa merasa lebih nyaman dalam membahas topik kesehatan reproduksi yang selama ini sering dianggap sebagai isu yang sensitif. Proses diskusi yang terjadi dalam kelompok memungkinkan siswa untuk saling bertukar pengalaman serta memperkaya pengetahuan mereka mengenai kesehatan reproduksi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan pemahaman siswa terhadap berbagai permasalahan perkembangan remaja. Beberapa penelitian terdahulu menyatakan bahwa interaksi dalam kelompok memungkinkan siswa untuk saling berbagi informasi, memperluas wawasan, serta mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap suatu topik yang di bahas dalam kegiatan bimbingan. Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dipublikasikan pada jurnal *Consulenza* yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan aspek perkembangan siswa, termasuk minat belajar, melalui proses interaksi dan dinamika kelompok yang aktif (Ghazali et al., 2019)

Karena itu, diperlukan pendidikan yang melibatkan siswa secara aktif agar mampu memahami dan menginternalisasi informasi secara benar. Jadi, memberikan pemahaman kesehatan reproduksi remaja merupakan upaya untuk membantu remaja agar memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggungjawab. (Suchi1, Luhur Wicaksono2, 2025). Setelah bimbingan kelompok diberikan, mayoritas siswa meningkat ke kategori tinggi dan sangat tinggi. Teknik diskusi terbukti efektif karena Pemahaman mengenai kesehatan reproduksi pada remaja adalah usaha untuk memberikan pengetahuan, kesadaran, sikap, serta perilaku yang bertanggung jawab dan sehat dalam kehidupan reproduksi mereka. mendorong keterlibatan aktif, bertukar pikiran, dan memperbaiki pemahaman melalui interaksi sosial, sesuai dengan Teori Kognitif Sosial Bandura tentang belajar melalui observasi dan modeling. Pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi mendukung remaja untuk mengambil keputusan yang sehat mengenai hubungan dengan orang lain, melindungi diri dari infeksi menular seksual, serta merencanakan keluarga di kemudian hari. (Indra Afrianto, 2024). Hasil tersebut menunjukkan bahwa interaksi kelompok memiliki peran penting dalam proses pembelajaran sosial yang dialami oleh siswa.

Pendekatan ini juga sesuai dengan karakteristik Generasi Z yang menyukai pembelajaran interaktif, kolaboratif dan program Teman Bacarita (Reinanda et al., 2024) menunjukkan bahwa kegiatan literasi kesehatan reproduksi melalui program Teman Bacarita mampu meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan etika berdialog. pada peserta didik, khususnya di kalangan Generasi Z. Program Teman Bacarita merupakan inovasi kegiatan edukatif yang menggabungkan pendekatan *literasi* digital, bimbingan kelompok, dan diskusi reflektif sebagai sarana untuk memperkuat pemahaman siswa terhadap isu-isu kesehatan reproduksi. Melalui kegiatan ini, remaja tidak hanya memperoleh informasi faktual mengenai fungsi organ reproduksi, perubahan fisiologis, serta pencegahan perilaku berisiko, tetapi juga dilatih untuk mengevaluasi informasi yang mereka temui di media sosial dan lingkungan sekitar secara kritis.

Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa penerapan teknik diskusi dalam bimbingan kelompok mampu meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan bimbingan dan konseling. Melalui diskusi kelompok, siswa didorong untuk mengemukakan pendapat, memberikan tanggapan terhadap pandangan anggota kelompok lainnya, serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam memahami suatu permasalahan secara mendalam.

Sejalan dengan itu, (Ardela et al., 2020) menegaskan bahwa metode diskusi (metode penyampaian) efektif meningkatkan pengetahuan seksual remaja. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa diskusi memberikan ruang bagi peserta didik untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajar, bukan sekadar menjadi penerima informasi pasif. Melalui metode ini, remaja dapat mengekspresikan pandangan, berbagi pengalaman, dan mengajukan pertanyaan yang relevan dengan situasi kehidupan mereka sehari-hari. Proses komunikasi dua arah ini terbukti mampu menumbuhkan pemahaman yang lebih mendalam dan bermakna tentang topik-topik kesehatan reproduksi. Metode diskusi memungkinkan terjadinya pertukaran ide dan klarifikasi konsep, yang sangat penting dalam mengoreksi kesalahpahaman atau mitos seputar seksualitas dan kesehatan reproduksi yang banyak beredar di kalangan remaja. Dalam suasana diskusi yang terbuka dan dipandu oleh guru BK atau fasilitator, peserta merasa lebih nyaman untuk menyampaikan pendapatnya tanpa takut dihakimi. Kondisi psikologis ini mendorong terjadinya proses internalisasi nilai yang lebih kuat, sehingga pengetahuan yang diperoleh tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga memengaruhi sikap dan perilaku remaja terhadap isu-isu reproduksi.

(Hardi Santosa, 2022) Dengan kegiatan bimbingan kelompok yang fokus pada kesehatan reproduksi, remaja memiliki kesempatan untuk saling mendukung dan mengingatkan mengenai risiko dari perilaku seksual sebelum menikah. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, siswa tidak hanya memperoleh informasi tentang aspek biologis kesehatan reproduksi, tetapi juga diarahkan untuk memahami konsekuensi psikologis, sosial, dan spiritual dari perilaku yang menyimpang. Bimbingan kelompok menjadi sarana yang efektif untuk menanamkan nilai-nilai tanggung jawab, kontrol diri, serta kesadaran akan pentingnya menjaga kehormatan diri di tengah tantangan pergaulan modern yang semakin terbuka. Serta (Sitanggung et al., 2023) juga membuktikan bahwa diskusi terbuka meningkatkan aspek psikologis, sosial, dan kognitif siswa. karena kegiatan diskusi terbuka membantu mereka mengembangkan rasa percaya diri, keberanian berbicara, dan kemampuan mengekspresikan pikiran dengan cara yang sopan dan rasional. Ketika siswa diberi kesempatan untuk menyampaikan ide tanpa rasa takut disalahkan, hal itu memperkuat konsep diri positif dan mengurangi kecemasan sosial yang sering muncul saat berbicara di depan umum. Diskusi juga menumbuhkan rasa dihargai dan diterima dalam kelompok, yang menjadi faktor penting bagi kesehatan mental remaja. Perasaan diterima ini memotivasi siswa untuk terus berpartisipasi aktif dalam proses belajar dan berani mengambil tanggung jawab atas pendapatnya sendiri. (Putriani et al., 2023) menambahkan bahwa Pendidikan seks yang menyediakan informasi yang tepat, menghargai nilai-nilai budaya setempat, serta memperhatikan perbedaan gender. dengan pendekatan reflektif penting agar siswa mampu menimbang informasi sesuai nilai budaya dan moral yang dianut.

Dalam konteks karakteristik Generasi Z, pendekatan yang bersifat interaktif dan partisipatif seperti diskusi kelompok menjadi metode yang relevan untuk digunakan dalam

layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Generasi Z dikenal sebagai generasi yang terbiasa dengan pertukaran informasi yang cepat serta memiliki kecenderungan untuk belajar melalui interaksi dan komunikasi yang terbuka. Oleh karena itu, penggunaan teknik diskusi dalam bimbingan kelompok dapat menjadi sarana yang efektif untuk memfasilitasi siswa dalam memahami berbagai isu yang berkaitan dengan kehidupan mereka, termasuk kesehatan reproduksi. (Putriani et al., 2023) karena mampu menciptakan proses pembelajaran yang partisipatif, kritis, dan kontekstual dengan kehidupan remaja masa kini. Dalam metode ceramah, siswa cenderung berperan sebagai pendengar pasif yang menerima informasi secara satu arah tanpa banyak ruang untuk bertanya, mengonfirmasi, atau menguji kebenaran informasi yang diperoleh. Sebaliknya, diskusi mendorong keterlibatan aktif siswa untuk berpikir, berargumen, dan berinteraksi dengan teman sebaya maupun guru. Keterlibatan aktif ini memicu terbentuknya pemahaman yang lebih mendalam dan kritis terhadap isu-isu yang dibahas, termasuk topik sensitif seperti kesehatan reproduksi dan menurunkan risiko perilaku seksual berlangung (Syahrani et al., 2024) serta (Hidayatullah et al., 2025) menekankan bahwa kepekaan sosial dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri dan partisipasi aktif siswa, sementara menunjukkan kontribusinya dalam membentuk konsep diri positif. Dalam konteks bimbingan kelompok, hal ini sangat penting karena setiap anggota berasal dari latar belakang yang berbeda, dengan pengalaman dan cara berpikir yang tidak selalu sama. Melalui peningkatan kepekaan sosial, siswa belajar untuk menyesuaikan diri dalam dinamika kelompok, memahami norma sosial, serta mengembangkan kemampuan komunikasi yang efektif dan penuh empati.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan praktik bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya dalam upaya meningkatkan pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi. Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat dimanfaatkan sebagai salah satu strategi intervensi yang efektif dalam memberikan edukasi kepada siswa mengenai isu-isu perkembangan remaja yang relevan dengan kehidupan mereka. Melalui layanan bimbingan kelompok, guru bimbingan dan konseling tidak hanya berperan sebagai penyampai informasi, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu siswa mengembangkan pemahaman melalui proses interaksi dan diskusi dalam kelompok.

Dalam konteks sekolah berbasis Islam seperti MA Muhammadiyah Palu, nilai religius turut memengaruhi dinamika diskusi, menciptakan suasana tertib dan sopan namun perlu bimbingan konselor agar tetap terbuka dan sesuai norma. Temuan ini juga mendukung arah kualitas pendidikan Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran fleksibel, kolaboratif, dan berpusat pada siswa (Rumiati et al., 2024) Kurikulum Merdeka hadir sebagai respon terhadap kebutuhan pendidikan abad ke-21 yang menuntut peserta didik tidak hanya menguasai pengetahuan teoritis, tetapi juga memiliki kemampuan berpikir kritis, kolaboratif, kreatif, serta berkarakter kuat. Dalam konteks ini, penerapan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi terbukti sangat relevan karena mengusung nilai-nilai yang sejalan dengan semangat Kurikulum Merdeka, yakni memberi ruang bagi siswa untuk berpikir mandiri, berpendapat, dan berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat peran layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang tidak hanya berfungsi dalam

pengembangan aspek pribadi dan sosial siswa, tetapi juga dapat dimanfaatkan sebagai media edukatif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada remaja. Oleh karena itu, integrasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dalam program bimbingan dan konseling di sekolah dapat menjadi salah satu pendekatan yang relevan dalam membantu siswa memahami berbagai isu perkembangan remaja secara lebih tepat dan bertanggung jawab.

Hasil penelitian ini juga memperlihatkan bahwa pendekatan yang bersifat partisipatif lebih sesuai dengan karakteristik siswa Generasi Z yang cenderung aktif, terbuka terhadap pertukaran informasi, serta responsif terhadap proses pembelajaran yang bersifat interaktif. Dalam konteks ini, teknik diskusi menjadi sarana yang efektif untuk mendorong siswa mengemukakan pendapat, mengajukan pertanyaan, serta mengekspresikan pandangan mereka terkait isu kesehatan reproduksi yang selama ini sering dianggap sebagai topik yang sensitif untuk dibicarakan. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dalam layanan bimbingan dan konseling mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap berbagai isu perkembangan remaja.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian dan pembahasan tentang bimbingan kelompok dampak melalui diskusi teknik, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pemahaman kesehatan reproduksi di kalangan Generasi Z yang ada di MA Muhammadiyah Palu. Berikut adalah kesimpulan yang bisa diambil:

1. Hasil dari pengujian akhir menunjukkan bahwa banyak siswa kini berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi, yang mengindikasikan bahwa bimbingan ini berdampak besar pada peningkatan pemahaman secara keseluruhan.
2. Bimbingan kelompok yang menggunakan teknik diskusi terbukti memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi. Proses diskusi yang melibatkan partisipasi mendorong siswa untuk lebih terbuka, aktif berkomunikasi, dan memperbaiki informasi yang salah, sehingga pembelajaran menjadi lebih bermanfaat dan relevan.
3. Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya bagi guru BK atau konselor. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi dapat dijadikan sebagai salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi. Melalui dinamika kelompok dan proses diskusi yang interaktif, siswa dapat lebih aktif menyampaikan pendapat, bertanya, serta bertukar informasi dengan teman sebaya mengenai isu-isu perkembangan remaja. Oleh karena itu, guru BK atau konselor sekolah dapat mengintegrasikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi ke dalam program layanan BK sebagai upaya preventif dan edukatif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada siswa.

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang kecil dan hanya dilakukan di satu sekolah berbasis agama, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasi secara luas. Selain itu, desain penelitian tanpa kelompok kontrol membuat pengaruh faktor eksternal belum sepenuhnya dapat dihilangkan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan melibatkan sampel yang lebih besar, menggunakan desain dengan kelompok kontrol, serta

dilakukan di berbagai konteks sekolah untuk mendapatkan hasil yang lebih komprehensif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada MA Muhammadiyah Palu yang telah memberikan izin serta dukungan selama penelitian ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada siswa-siswa yang berkontribusi sebagai responden dalam penelitian ini. Penulis sangat menghargai bimbingan dan arahan dari dosen pembimbing dan dosen penguji yang telah memberikan masukan berharga untuk perbaikan penelitian ini. Selain itu, penulis ingin mengungkapkan apresiasi kepada teman-teman yang telah memberikan bantuan dalam penulisan artikel ini. Penelitian ini tidak mendapatkan dana khusus dari lembaga manapun, sehingga semua bantuan yang diterima bersifat non-finansial.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, M., Handayani, S., & Mulyanti, S. (2025). Adolescents' Reproductive Health Knowledge and Risky Sexual Behavior: A Correlational Study. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 92–98. <https://doi.org/10.37341/interest.v12i2.718>
- Ardela, M. P., Prabawati, N. G., & Wati, L. R. (2020). Perbedaan Efektivitas Diskusi Kelompok dan Penyuluhan Pendidikan Seksual terhadap Perubahan Persepsi tentang Perilaku Seksual Siswi SMAN 1 Kandat Kabupaten Kediri. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 92–100. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.57>
- Ganescha, J. S. J., & Sringati. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Kepribadian Dengan Perilaku Seksual Pada Usia Remaja Di SMK Negeri 2 Palu. 1(September), 260–264.
- Ghazali, A., Swastinah, T., & Budiono, A. N. (2019). Efektifitas layanan bimbingan kelompok terhadap minat belajar siswa. *Volume 2*, 60–67.
- Hadida Aprilia Munthe, & Inayah Hanum Lubis. (2024). Pengaruh Metode Diskusi Kelompok Terhadap Kemampuan Menulis Teks Persuasif Siswa Kelas VIII SMPN 37 Medan. *Pragmatik: Jurnal Rumpun Ilmu Bahasa Dan Pendidikan*, 2(3), 87–97. <https://doi.org/10.61132/pragmatik.v2i3.688>
- Hardi Santosa, A. N. (2022). Implementasi Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Kesehatan Reproduksi Untuk Mengembangkan Perilaku Seksual Sehat Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(September), 134–147. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/11478/7197>
- Hidayatullah, N. A., Kasih, F., & Kardo, R. (2025). Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Metode Home Room untuk Meningkatkan Kepekaan Sosial. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 5(4), 1848–1859. <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i4.2506>
- Indra Afrianto. (2024). Analisis Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja di SMAN 1 Palu: Pengaruh Pendidikan, Lingkungan Sosial dan Media. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(1), 467–472. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i1.4903>

- Kamil, R., & Laksmi. (2023). Generasi Z, Pustakawan, dan Vita Activa Kepustakawanan. *BACA: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 9008(105), 25–34. <https://doi.org/10.55981/baca.2023.1119>
- Khoirunnisa, Z., & Mufidah, E. F. (2025). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Peserta Didik. *DAWA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 4(2), 61–75. <https://doi.org/10.36420/dawa.v4i2.622>
- Nafilah1, M. B., , Abdul Ghofur2, R. K. 3, & 1, 2, 3. (2025). *Implementasi Budaya Religius Dalam Pembentukan Karakter Pendahuluan*. 02(01), 35–54. <https://doi.org/10.33752/mjsi.v2i01.7756>
- Putriani, L., Handayani, P. G., Kurnia, R., Putra, F. W., & Febriani, R. D. (2023). Sikap remaja gen-z berlatar budaya Minangkabau terhadap perilaku seks bebas. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 1039. <https://doi.org/10.29210/1202323405>
- Reinanda, A. V., Damayani, N. A., & Sukaesih, S. (2024). Kegiatan literasi informasi kesehatan seksual dan reproduksi pada Tenggara Youth Community. *Informatio: Journal of Library and Information Science*, 4(3), 283–298. <https://doi.org/10.24198/inf.v4i3.57144>
- Rumiati, R., Ayuni, R. P., Wulandari, R., Saputri, S. D., & Monica, T. (2024). Hambatan dan Tantangan dalam Penerapan Kurikulum Merdeka terhadap Proses Pembelajaran di SDN 1 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1(3), 7. <https://doi.org/10.47134/pgsd.v1i3.272>
- Sangidun, A., Faqih, N., Aziz, A., Jember, U. I., Jember, U. I., & Jember, U. I. (2018). *MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS*. 30–35.
- Sitanggung, T. W., Sinabutar, N. A., Lestari, P. L., & Putri, D. U. P. (2023). Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Peranan Pergaulan Sehat Remaja pada Generasi Z di SMA Terpadu Al-Qudwah Rangkasbitung. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(4), 1021-1028.
- Suchi1, Luhur Wicaksono2, A. P. (2025). *Jurnal dunia pendidikan*. 513–524.
- Syahran, R., Lestari, M., Munifah, M., Arifyadi, A., & Fitriani, D. (2024). Pelatihan Bimbingan Kelompok Teknik Self Regulated Learning Untuk Meningkatkan Partisipasi Belajar Siswa Pada Guru Bk SMPP Se-Kota Palu. *GANESHA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 14–23.
- Syifaul Rahman, N. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Seksual pada Remaja di SMA Negeri 1 Baturaden Kelas XI. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 12(1), 17–26. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol12.iss1.348>
- Taupik, R. P., & Fitriani, Y. (2021). Jurnal basicedu. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 1525–1531. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Ulya Nur, H., Irvadianis Ifadah, B., Sunviana, I., & Sa'diyatus Syafa'ah, N. (2024). The Urgency of Sex Education for Adolescents in the Islamic Religious Education Paradigm. *Advanced Journal of Education and Religion*, 1(1), 23–30.
- WHO. (2019). *Sexual health and its linkages to reproductive health : an operational approach*.