

PENGARUH PEMBENTUKAN SELF-HELP GROUP (SHG) REMAJA MEROKOK TERHADAP SKOR PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN GURU DI SMA DEPOK

Hilmiyah Niswati Ilhamy¹⁾, Heni Nurhaeni^{1)*}, Emy Rianti¹⁾, Dinarti¹⁾

¹⁾Poltekkes Kemenkes Jakarta 1, Jl. Wijaya Kusuma No.47-48, RT.8/RW.4, Pd. Labu, Kec. Cilandak, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12450, Indonesia

*hnurhaeni@gmail.com

ABSTRAK

Pengaruh teman sebaya memegang peranan penting, begitu pula dengan kehadiran guru sebagai role model dalam keseharian remaja di sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh pembentukan kelompok swadaya bagi remaja perokok terhadap nilai pengetahuan dan keterampilan guru di SMA Depok-Jawa Barat. Self-Help Group (SHG) merupakan sekelompok orang yang mempunyai permasalahan yang sama dan bekerja sama untuk memecahkan permasalahan tersebut. SHGs efektif dalam membantu individu untuk mencegah masalah yang mereka hadapi. SHG dapat dilakukan dengan bekerja sama dengan guru. Mendeskripsikan pengaruh pembentukan SHG di kalangan remaja perokok terhadap nilai pengetahuan dan keterampilan guru di SMA Depok-Jawa Barat. Desain quasi eksperimen dengan pendekatan *pretest-posttest control group design* untuk mengetahui pengaruh pembentukan SHG pada remaja perokok terhadap hasil pengukuran skor pengetahuan dan keterampilan guru. Dengan sampel sebanyak 30 responden terdapat perbedaan skor pengetahuan dan keterampilan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan dan pembentukan kelompok swadaya pada kelompok intervensi dengan ($p=0,001$). Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan dan keterampilan guru sebelum dan sesudah intervensi pendidikan dan pembentukan kelompok swadaya pada kelompok intervensi dan terdapat perbedaan yang signifikan skor pengetahuan dan keterampilan guru pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kontrol. . kelompok. setelah pendidikan menggunakan selebaran dan membentuk kelompok swadaya/kelompok bantuan. Peneliti menyarankan untuk menggunakan metode pendidikan dengan berbagai media atau menggunakan instrumen penelitian dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan melakukan penelitian dengan menambahkan variabel sikap dan motivasi.

Kata kunci: Edukasi, Guru, Leaflet, *Self-Help Group*, Remaja

THE EFFECT OF SELF-HELP GROUP (SHG) FOR ADOLESCENT SMOKING ON THE KNOWLEDGE AND SKILL SCORE OF TEACHERS IN DEPOK HIGH SCHOOL

ABSTRACT

Peer influence plays an important role, as does the presence of teachers as role models in teenagers' daily lives at school. The aim of this research is to prove the effect of forming a self-help group for teenage smokers on the value of teachers' knowledge and skills at SMA Depok-West Java. Self-Help Group (SHG) is a group of people who have the same problem and work together to solve the problem. SHGs are effective in helping individuals to prevent the problems they face. SHG can be done in collaboration with teachers. Describe the influence of SHG formation among teenage smokers on the value of knowledge and skills of teachers at SMA Depok-West Java. Quasi-experimental design with a pretest-posttest control group design approach to determine the effect of SHG formation among teenage smokers on the results of measuring teachers' knowledge and skills scores. With a sample of 30 respondents, there was a significant difference in knowledge and skills scores before and after educational intervention and the formation of self-help groups in the intervention group with ($p=0.001$). There is a significant difference between teachers' knowledge and skills scores before and after educational intervention and the formation of self-help groups in the intervention group and there is a significant difference in teachers' knowledge and skills scores in the intervention group compared to the control. group. after education using leaflets and forming self-help groups/aid groups. Researchers suggest using educational methods with various media or using research instruments using language that is easy to understand and conducting research by adding attitude and motivation variables.

Keywords: Adolescent, Education, Leaflet, Self-Help Group Teacher

PENDAHULUAN

Remaja merupakan seorang individu yang sedang berada di masa perubahan secara fisik, kognitif, sosial, emosional, dan perubahan kepribadian. Dalam teori Erikson (1956) mengatakan dampak positif dalam memperkuat *self-efficacy* remaja untuk berhenti merokok. Teori ini menggambarkan delapan tahap perkembangan yang melibatkan konflik dan tugas-tugas psikososial yang harus diatasi oleh individu selama hidup mereka. Salah satu tahap yang relevan dalam konteks ini adalah tahap Remaja (*Identity vs Role Confusion*). Pada tahap remaja, individu berada dalam pencarian identitas pribadi dan eksplorasi diri. Prevalensi merokok di kalangan penduduk umur 10 tahun meningkat menjadi 29,3% pada tahun 2018 dari 28,8% pada tahun 2013. Peningkatan skor merokok pada populasi usia 10 hingga 18 tahun dari 1,9% pada tahun 2013 (7,2%) menjadi 9,1% pada tahun 2018 (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Sementara itu, persentase perokok usia lebih dari 15 tahun di Indonesia mencapai 29,03% pada tahun 2019, 28,69% pada tahun 2020, 28,96% pada tahun 2021, dan 28,26% pada tahun 2022 (Badan Pusat Statistik, 2022).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhaeni & Badrin (2019) yang menemukan bahwa mayoritas perokok remaja adalah siswa kelas 8, usia 13-14 tahun yang berisiko mencoba merokok. Kondisi ini menjadi pemicu sekaligus penguat kondisi yang terjadi pada remaja yang merokok. Hasil penelitian para ahli menunjukkan bahwa ibu dan saudara kandung serta teman yang merokok berhubungan dengan inisiasi yang terjadi selama interaksi sehari-hari. Hal ini merupakan faktor risiko yang signifikan untuk memulai perilaku merokok. Sementara itu, hasil analisis data menyimpulkan bahwa model berhenti merokok tidak berpengaruh terhadap status kesehatan dan fungsi kognitif remaja. Dengan kata lain, remaja tetap berperilaku merokok meskipun remaja sudah mengetahui tentang bahaya merokok. Sering kali ditemukan bahwa perokok remaja mengalami kesulitan untuk menghentikan kebiasaan merokoknya, ketika mereka ingin berhenti merokok. Bahkan sebuah penelitian melaporkan bahwa dibutuhkan waktu 6 bulan untuk program intervensi interdisipliner "Perilaku Kognitif" (Riasari et al., 2022) dengan menyelesaikan program intensif selama 3 minggu, perokok akan berhasil secara efektif. Penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan dalam atribusi kognitif mempengaruhi merokok pada tahap yang berbeda dengan cara yang berbeda.

Pengaruh teman sebaya memegang peranan penting, demikian pula keberadaan guru sebagai role model dalam keseharian remaja disekolah. Perilaku merokok dapat timbul dari yang awalnya remaja mencoba-coba kemudian menjadi kecanduan dan menimbulkan perilaku tidak sehat seperti mencuri, berbohong, malas belajar hingga narkoba. Dari perilaku negatif tersebut akan menimbulkan masalah kesehatan jiwa. Oleh karena itu, dalam penelitian ini akan membentuk *Self-Help Group* (SHG) dengan guru sebagai motivator dan edukator untuk meningkatkan pengetahuan, sikap serta kemauan remaja untuk tidak merokok. *Self-Help Group* (SHG) adalah sekelompok orang yang mempunyai permasalahan yang sama dan bekerja sama untuk menyelesaikan permasalahannya. SHG efektif dalam membantu individu untuk mencegah merokok. *Self-Help Group* (SHG) adalah program pencegahan merokok yang fokus pada peningkatan pengetahuan, sikap tidak merokok, namun pada dasarnya untuk mencapai target tersebut seseorang harus meningkatkan kemauan dan motivasi untuk merubah diri sendiri. *Self-Help Group* (SHG) dapat dilakukan kolaborasi dengan guru (Fithria et al., 2023).

Remaja masuk kedalam kelompok sehat dan kelompok khusus yang harus diperhatikan, sehingga dengan pendekatan SHG ini bisa membantu menyelesaikan masalah agar tidak terjadi pendekatan

untuk upaya primer. Upaya primer mengantisipasi sebelum terjadi perilaku menyimpang seperti merokok. Oleh karena itu, peran perawat sebagai perawat pelaksana yang memberikan edukasi dan pendekatan *self-help group* dengan sasaran keluarga sehat agar tidak ada perilaku merokok pada remaja sehat.

Tugas perawat dalam pemberian asuhan keperawatan di bidang upaya kesehatan masyarakat adalah perawat berwenang dalam melakukan pengkajian keperawatan kesehatan masyarakat diskor keluarga dan kelompok masyarakat, melaksanakan tindakan keperawatan kesehatan masyarakat ataupun promosi kesehatan, melakukan penyuluhan kesehatan dan konseling, hingga melakukan pemberdayaan masyarakat. Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini salah satunya dengan kegiatan terapi kelompok. Jenis terapi kelompok yang dapat digunakan adalah *supportive group*, *task group*, *activity therapy*, dan *self-help group* (SHG). *Self-help group* di dalam keperawatan termasuk salah satu dukungan kelompok atau pemberian terapi kelompok dan dalam keperawatan jiwa SHG masuk ke dalam terapi modalitas kelompok.

Dalam UU Kesehatan Jiwa No. 18 Tahun 2014 yang sudah dikembangkan dalam UU Kesehatan No. 17 Tahun 2023, upaya promotif ditujukan untuk meningkatkan pemahaman, penerimaan, dan peran serta remaja, kemudian upaya preventif ditunjukkan untuk mencegah terjadinya perilaku merokok. Peran perawat sebagai pelaksana menurut (Zuliani & Suhartati, 2023), yakni memberikan pengetahuan, informasi, dan pelatihan keterampilan dalam upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan perilaku merokok pada remaja dengan membentuk *self-help group* (SHG) pada guru (Susan Denman, 2002). Sedangkan, peran perawat sebagai kolaborator yaitu melakukan kolaborasi dengan tim kesehatan lain untuk mencapai tujuan yang sama dalam mencapai kesehatan klien secara optimal (Barnekow et al., 2016).

Kebaharuan dalam penelitian ini adalah membentuk *self-help group* remaja merokok. Thomas P. Gullotta, Gerald R. Adams, (2005) menemukan anduan praktis untuk promosi kesehatan di sekolah, termasuk program pencegahan merokok. Dengan fokus pada peran guru dalam mendukung program kesehatan di lingkungan sekolah. Berbagai strategi pencegahan dan penghentian merokok di kalangan remaja dan menekankan pentingnya peran guru dan tenaga pendidikan dalam program-program pencegahan merokok. Tujuan dari penelitian ini yaitu membuktikan adanya pengaruh pembentukan *self-help group* remaja merokok terhadap skor pengetahuan dan keterampilan guru di SMA Depok.

METODE

Desain penelitian yang digunakan penelitian ini yaitu *quasy-eksperiment* dengan desain penelitian *pre-test* dan *post-test* dengan grup kontrol. (Fithria et al., 2023; Sugiyo & Asparati, 2020) Populasi pada penelitian ini yaitu guru SMAN Depok. Sampel penelitian ini guru SMAN 6 Depok, guru SMAN 9 Depok, guru SMAN 5 Depok, dan guru SMAN 11 Depok yang dihitung menggunakan rumus Lemeshow dan dropout 10% sehingga didapatkan total sampel yaitu 30 (15 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol). Kriteria inklusi responden pada penelitian ini yaitu guru olahraga, guru BK, dan guru pembina UKS di SMAN 9 Depok, SMAN 6 Depok, dan SMAN 5 Depok, guru yang berusia 24-60 tahun, guru yang tidak merokok, serta bersedia mengisi kuesioner. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian dilaksanakan di SMAN 6 Depok, SMAN 9 Depok, SMAN 5 Depok, dan SMAN 11 Depok selama 3 bulan (Maret-Mei 2024). Instrumen penelitian terdiri atas data demografi (identitas, jenis kelamin dan usia), SOP pembentukan *self-help group* yang diambil dari peneliti sebelumnya dan kuesioner pengetahuan

self-help group. Penelitian ini adalah pembentukan self-help group yang diberikan kepada kelompok intervensi dilakukan selama 6x pertemuan per sekolahnya. Saat pre-test responden akan diukur skor pengetahuan self-help group menggunakan kuesioner dan saat post-test responden akan diukur kembali skor pengetahuan self-help group menggunakan kuesioner yang sama. Pada kelompok kontrol self-help group akan diberikan hanya menggunakan leaflet. Pelaksanaan pre-test dan post-test pada kelompok kontrol sama dengan kelompok intervensi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS 22 for windows. Data dianalisis dengan uji frekuensi dan uji t-test. Data numerik yaitu skor pengetahuan dan keterampilan pre dan post dilakukan uji t-test dependen. Sebelum itu, dilakukan uji normalitas terlebih dahulu dengan uji *Saphiro-Wilk*. Hasil uji normalitas data nilai p-value > 0.05 sehingga dapat disimpulkan data berdistribusi normal dan dapat dilakukan uji t-test dependen. Penelitian ini sudah dilakukan uji etik dan telah dinyatakan lulus etik dengan nomor: No.351/KEPK-TJK/III/2024 dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Tanjung Karang Lampung.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	n	%	n	%
Usia				
24-42 tahun	9	60	5	33.3
43-60 tahun	6	40	10	66.7
Jenis Kelamin				
Laki-laki	9	60	6	40
Perempuan	6	40	9	60
Pendidikan Terakhir				
S2	4	26.7	-	-
S1	11	73.3	15	100
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel di atas terhadap 30 guru SMA di Depok yang terbagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol didapatkan bahwa distribusi usia terbanyak pada kelompok intervensi yaitu 24-42 tahun sebanyak 9 orang atau 60%. Pada kelompok kontrol usia terbanyak yaitu 43-60 tahun sebanyak 10 orang atau 66,7%. Distribusi jenis kelamin pada kelompok intervensi mayoritas berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 9 orang atau 60%. Pada kelompok kontrol jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki yaitu sebanyak 9 orang atau 60%. Distribusi pendidikan terakhir guru pada kelompok intervensi mayoritas yaitu S1 sebanyak 11 orang atau 73,3%. Pada kelompok kontrol semua pendidikan terakhir guru yaitu S1 sebanyak 15 orang atau 100%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Skor Pengetahuan *Self-Help Group* Responden Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Skor Pengetahuan		Intervensi		Kontrol	
		n	%	n	%
Pre-test	Baik	-	-	-	-
	Cukup	5	33.3	3	20
	Kurang	10	66.7	12	80

Skor Pengetahuan		Intervensi		Kontrol	
		n	%	n	%
Post-test	Baik	11	73.3	-	-
	Cukup	4	26.7	4	26.7
	Kurang	-	-	11	73.3

Berdasarkan tabel 2 pada kelompok intervensi sebelum diberikan intervensi *self-help group* (pre-test) mayoritas responden mengalami skor pengetahuan kurang yaitu sebanyak 10 orang atau 66,7%. Sedangkan saat sesudah diberikan intervensi *self-help group* (post-test) mayoritas responden skor pengetahuan menjadi baik yaitu sebanyak 11 orang atau 73,3%. Pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi *self-help group* menggunakan leaflet sebagian besar responden skor pengetahuan kurang yaitu sebanyak 12 orang atau 80% dan cukup sebanyak 3 orang atau 20%. Namun setelah diberikan intervensi *self-help group* menggunakan leaflet sebagian besar responden skor pengetahuan menjadi cukup yaitu sebanyak 4 orang atau 26,7% dan kurang sebanyak 11 orang atau 73,3%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Pembentukan *Self-Help Group* Responden Pada Kelompok Intervensi

Sekolah		Keterampilan	Intervensi	
			n	%
Sekolah A	Pertemuan 1	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 2	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 3	Baik	1	100
		Kurang	-	-
	Pertemuan 4	Baik	1	100
		Kurang	-	-
	Pertemuan 5	Baik	1	100
		Kurang	-	-
	Pertemuan 6	Baik	1	100
		Kurang	-	-
Sekolah B	Pertemuan 1	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 2	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 3	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 4	Baik	1	100
		Kurang	-	-
	Pertemuan 5	Baik	1	100
		Kurang	-	-
	Pertemuan 6	Baik	1	100
		Kurang	-	-
Sekolah C	Pertemuan 1	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 2	Baik	-	-
		Kurang	1	100
	Pertemuan 3	Baik	-	-
		Kurang	-	-

	Kurang	1	100
Pertemuan 4	Baik	1	100
	Kurang	-	-
Pertemuan 5	Baik	1	100
	Kurang	-	-
Pertemuan 6	Baik	1	100
	Kurang	-	-

Berdasarkan tabel diatas menggambarkan keterampilan pembentukan *self-help group* setiap sekolah dan terdapat 6 pertemuan. Pada sekolah A, pertemuan 1 keterampilan sekolah A kurang. Pertemuan 6 keterampilan sekolah A menjadi baik. Pada sekolah B, pertemuan 1 keterampilan sekolah B kurang. Pertemuan 6 keterampilan sekolah B menjadi baik. Pada sekolah C, pertemuan 1 keterampilan sekolah C kurang. Pertemuan 6 keterampilan sekolah C menjadi baik. Dari pertemuan 1 sampai 6 terdapat 17 langkah dan menggunakan SOP yang sama, yang membedakan hanya disetiap pertemuan setiap sekolah tidak melakukan langkah yang sama, contohnya seperti pada sekolah A dipertemuan 1 tidak melakukan langkah nomor 2 tetapi dipertemuan 2 sekolah A sudah melakukan langkah nomor 2.

Tabel 4. Pengaruh pembentukan *self-help group* (SHG) terhadap skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *self-help group* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di SMA Negeri Depok

Variabel	Kelompok Intervensi			
Pengetahuan	n	Mean	Std. Deviasi	P-Value
<i>Pretest</i>	15	55,40	7,744	0,001
<i>Posttest</i>	15	87,87	9,687	
Kelompok Kontrol				
	n	Mean	Std. Deviasi	P-Value
<i>Pretest</i>	15	55,60	7,049	0,164
<i>Posttest</i>	15	55,87	7,549	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan menunjukkan adanya perubahan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Rata-rata skor pengetahuan pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi sebesar 55,40 dengan standar deviasi 7,744 dan sesudah dilakukan intervensi sebesar 87,87 dengan standar deviasi 9,687 (p-value 0,001). Sedangkan rata-rata skor pengetahuan pada kelompok kontrol sebelum dilakukan edukasi sebesar 55,60 dengan standar deviasi 7,049 dan sesudah dilakukan edukasi sebesar 55,87 dengan standar deviasi 7,549 (p-value 0,164). Hasil analisis dengan menggunakan uji parametrik yaitu *paired t test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh skor pengetahuan yang bermakna sebelum dan sesudah diberikan intervensi pembentukan *self-help group* pada kelompok intervensi (pvalue <0,05).

Tabel 5. Pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap keterampilan responden sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol di SMA Negeri Depok

Variabel	Kelompok Intervensi			
	n	Mean	Std. Deviasi	P-Value
Pertemuan 1	3	41,00	10,149	0,025
Pertemuan 6	3	94,00	6,000	

		Kelompok Kontrol		
	n	Mean	Std. Deviasi	P-Value
Pertemuan 1	3	49,33	3,055	0,423
Pertemuan 6	3	49,67	2,517	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan adanya perubahan rata-rata keterampilan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Rata-rata keterampilan pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi sebesar 41,00 dengan standar deviasi 10,149 dan sesudah dilakukan intervensi sebesar 94,00 dengan standar deviasi 6,000 (p-value 0,025). Sedangkan rata-rata keterampilan pada kelompok kontrol sebelum dilakukan intervensi sebesar 49,33 dengan standar deviasi 3,055 dan sesudah dilakukan intervensi sebesar 49,67 dengan standar deviasi 2,517 (p-value 0,423). Hasil analisis dengan menggunakan uji parametrik yaitu *paired t test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh keterampilan yang bermakna sebelum dan sesudah diberikan intervensi pembentukan *self-help group* pada kelompok intervensi (pvalue <0,05). Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat pengaruh dikarenakan tidak dilakukan intervensi pembentukan *self-help group*.

Tabel 6. Perbandingan Skor Pengetahuan pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah *Self-Help Group*

Variabel	Rerata ± SD	P-Value
Kelompok Intervensi	32.47 ± 10.875	0.001
Kelompok Kontrol	1.07 ± 2.154	

Pada tabel 6 menggambarkan pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap skor pengetahuan pada guru SMA, hasil analisa rata-rata pada kelompok intervensi berkisar 32.47. Sedangkan rata-rata pada kelompok kontrol berkisar 1.07. Nilai p-value didapatkan < 0.05 maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap skor pengetahuan pada guru SMA dan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Perbedaan rerata antara selisih kelompok intervensi lebih besar dari selisih kelompok kontrol yaitu 31.4.

Tabel 7. Perbandingan Keterampilan pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah *Self-Help Group*

Variabel	Rerata ± SD	P-Value
Kelompok Intervensi	53.00 ± 14.731	0.003
Kelompok Kontrol	0.33 ± 0.577	

Pada tabel 7 menggambarkan pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap keterampilan pada guru SMA, hasil analisa rata-rata pada kelompok intervensi berkisar 53.00. Sedangkan rata-rata pada kelompok kontrol berkisar 0.33. Nilai p-value didapatkan < 0.05 maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap keterampilan pada guru SMA dan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Perbedaan rerata antara selisih kelompok intervensi lebih besar dari selisih kelompok kontrol yaitu 52.67.

PEMBAHASAN

Usia Responden

Menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) melaporkan bahwa generasi milenial merupakan mayoritas guru di sekolah. Mayoritas guru berada dalam rentang usia 30

hingga 39 tahun. Kategorisasi karakteristik usia guru sekolah menengah yang berusia antara 24 hingga 42 tahun sesuai dengan kesimpulan penelitian ini. Hasil penelitian didapatkan adanya hubungan antara rentang usia 24-42 tahun dengan pengaruh pembentukan *self-help group*. Rentang usia yang termasuk dalam kategori usia dewasa adalah 24-42 tahun. Hasil penelitian didukung oleh penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa *self-help group* sangat tepat untuk usia dewasa. Demikian pula menurut teori perkembangan psikososial E. H. Erikson, (1980), individu dalam rentang usia 24-42 tahun berada dalam tahap dewasa awal hingga dewasa madya. Tahap ini ditandai dengan fokus pada hubungan intim, pengembangan karier, dan stabilitas emosional. Dan hal ini, remaja yang mengalami kesulitan di sekolah dapat membentuk *self-help group* dengan guru yang berusia antara 24 hingga 42 tahun, karena sifat-sifat perkembangan psikososial orang dewasa sesuai dengan tujuan *self-help group*, yang mencakup menumbuhkan empati di antara anggota dan menawarkan dukungan emosional serta saling menguatkan untuk menciptakan mekanisme penanganan yang adaptif (Savaş et al., 2021). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kesulitan di sekolah dapat dibantu oleh guru yang berusia antara 24 hingga 42 tahun. Guru dewasa ini mampu menawarkan empati dan dukungan emosional yang dibutuhkan oleh remaja untuk mengembangkan mekanisme penanganan yang adaptif.

Jenis Kelamin

Hasil penelitian saat ini menunjukkan bahwa responden pada kelompok kontrol didominasi oleh perempuan dan kelompok intervensi didominasi oleh laki-laki meskipun begitu tidak ada hubungan terhadap pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap jenis kelamin. *Self-help group* sering kali berfokus pada masalah atau kondisi tertentu daripada demografi peserta. Akibatnya, tanpa memandang jenis kelamin, keanggotaan dapat terdiri dari berbagai macam orang yang semuanya berfokus pada subjek yang sama. Studi ini menemukan bahwa dukungan sosial yang diterima melalui kelompok dukungan tidak menunjukkan perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa efektivitas *self-help group* tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin peserta. (Coulson, 2005). Banyak masalah yang dihadapi orang, termasuk kecemasan, keputusan, atau kehilangan orang yang dicintai, tidak spesifik gender dan memengaruhi orang dari segala usia. Akibatnya, baik pria maupun wanita mungkin menemukan bahwa mereka membutuhkan skor dukungan yang sama dari *self-help group*. Menjadi bagian dari *self-help group* menekankan pengalaman seseorang di atas jenis kelaminnya. Setiap orang menginginkan bantuan sesuai dengan kebutuhan dan pengalamannya sendiri, yang tidak selalu berkaitan dengan gender (Reshi & Sudha, 2023).

Pendidikan Terakhir

Hasil penelitian ini dimana tidak ada pengaruh antara pendidikan dengan kemampuan guru dalam pembentukan *self-help group*, yang menunjukkan *self-help group* dapat dilakukan secara universal oleh siapa saja tanpa membedakan latar belakang pendidikan. Studi ini menunjukkan bahwa efektivitas *self-help group* seringkali bergantung pada pengalaman dan keterlibatan aktif daripada latar belakang pendidikan formal, mendukung gagasan bahwa siapa saja dapat berpartisipasi dan memimpin kelompok tersebut. (Humphreys, 1997) Hasil observasi selama kegiatan *self-help group* ditemukan bahwa anggota kelompok yang skor pendidikan S1 terlihat lebih aktif dalam memberikan umpan balik ataupun saat bertindak sebagai *leader* didalam kelompoknya. Menurut penelitian Sulistyowati, (2021) semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak,

begitu pula dengan sebaliknya. Skor pendidikan seseorang berdampak pada pengetahuan mereka. Responden dengan skor pendidikan ini memiliki kemampuan yang lebih baik untuk menerima informasi secara terbuka, sehingga pengetahuan mereka dapat berkembang dengan mudah.

Skor pengetahuan *self-help group* guru SMA sebelum dan sesudah dilakukan pembentukan *self-help group* terhadap kelompok intervensi

Hasil penelitian yang diperoleh pada skor pengetahuan guru untuk kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi memiliki perubahan hasil yang tadinya skor pengetahuan saat *pretest* mayoritas kurang dan cukup, sedangkan saat *posttest* menjadi mayoritas baik dan cukup. Pada kelompok intervensi yang diberikan intervensi pembentukan *self-help group* didapatkan hasil sebagian besar responden skor pengetahuan baik yaitu sebanyak 11 orang atau 73,3%. Sedangkan sebanyak 4 orang lainnya atau 26,7% skor pengetahuan cukup. Hasil *p value* sebesar 0,001 sehingga nilai $p < 0,05$, sehingga dinyatakan terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. *Self-help group* adalah kelompok yang dibentuk untuk memberikan dukungan dan berbagi informasi di antara anggota, yang seringkali memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan terkait topik tertentu. (Lorig, K.R., 2001) Penelitian ini menunjukkan bahwa program manajemen diri yang menggunakan model *self-help group* meningkatkan pengetahuan dan hasil kesehatan peserta. Hasil tersebut didukung oleh penelitian Ulfa, (2021) intervensi *self-help group* dapat mempengaruhi pengetahuan. Pengetahuan anggota meningkat sebagai hasil dari mengambil bagian dalam kegiatan *self-help group*. Hal ini karena percakapan dalam kelompok memberikan kesempatan bagi responden untuk saling bertukar pengalaman dan kemampuan. Melalui kegiatan SHG, para anggota diminta untuk memberikan saran dan nasihat satu sama lain disamping memecahkan masalah secara bersama-sama. (Syahid, 2016) Ceramah, konseling tentang masalah yang dihadapi, dan berbagi informasi antar anggota merupakan bagian dari kegiatan SHG.

Keterampilan *self-help group* guru SMA sebelum dan sesudah dilakukan pembentukan *self-help group* terhadap kelompok intervensi

Hasil penelitian didapatkan dari pengukuran menggunakan format evaluasi penilaian kemampuan pembentukan *self-help group*, hasil didapatkan pada keterampilan guru dalam pembentukan *self-help group* untuk kelompok intervensi didapatkan hasil nilai *p value* sebesar 0,025 sehingga nilai $p < 0,05$. Pada kelompok intervensi yang diberikan intervensi pembentukan *self-help group* didapatkan hasil responden keterampilan baik yaitu sebanyak 3 sekolah atau 100%. Keterampilan pembentukan *self-help group* setiap sekolah dan terdapat 6 pertemuan. Hasil tersebut didukung oleh penelitian E. C. Sulistyowati & Sulistyowati, (2020) intervensi *self-help group* dapat mempengaruhi keterampilan. *Self-help group* dapat membantu individu mengembangkan mekanisme penanganan yang lebih baik karena membantu anggota menemukan mekanisme penanganan baru dan mendapatkan pengalaman langsung yang dapat mereka rasakan secara langsung. Hal ini dapat mengarah pada perubahan perspektif individu, latihan perilaku, penyesuaian, dan proses pemulihan, (O'Brien et al., 2019) yang semuanya membantu anggota memberdayakan kekuatan dan kemampuan mereka untuk mengambil peran dan tanggung jawab serta mengembangkan keterampilan baru.

Skor pengetahuan guru SMA sebelum dan sesudah dilakukan edukasi *self-help group* dengan menggunakan leaflet terhadap kelompok kontrol

Hasil penelitian didapatkan pada skor pengetahuan guru untuk kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan intervensi tidak memiliki perubahan hasil. Pada kelompok kontrol yang diberikan intervensi *self-help group* hanya menggunakan leaflet yang dimodifikasi dari modul SHG dengan penulis Tantri Widyarti Utami tahun 2018, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden skor pengetahuan cukup yaitu sebanyak 4 orang atau 26,7%. Sedangkan 11 responden lainnya atau 73,3% skor pengetahuan kurang. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan intervensi pembentukan *self-help group*, sehingga didapatkan hasil responden keterampilan kurang yaitu sebanyak 3 sekolah atau 100%. Program ini menunjukkan bahwa intervensi yang melibatkan *self-help group* secara langsung lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan hasil kesehatan dibandingkan metode pasif. Menurut penelitian Wahyu et al., (2022) edukasi menggunakan media leaflet memiliki manfaat dalam kegunaannya yaitu dapat disusun dengan cara yang menarik, berurutan, dan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, kelemahannya terbatas pada apa yang dapat dibaca. Hasilnya, pada saat post-test, kelompok intervensi yang mendapatkan pembentukan *self-help group* mengalami peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya menerima edukasi melalui media leaflet. (Puji Lestari K, Nurin Nisa I, 2021) *Self-help group* (SHG) adalah kelompok yang terdiri dari individu dengan kebutuhan atau masalah yang sama, yang saling memberikan dukungan dan berbagi pengetahuan. (Julianto & Efendi, 2020) Metode intervensi yang efektif biasanya melibatkan interaksi langsung dan dukungan aktif.

Skor pengetahuan dan keterampilan guru SMA sebelum dan sesudah dilakukan pembentukan *self-help group* dan leaflet terhadap kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol

Berdasarkan hasil pada penelitian ini serta data yang sudah dianalisis, didapatkan bahwa ada perbedaan skor pengetahuan dan keterampilan pembentukan *self-help group* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil analisa rata-rata selisih *pre-test* dan *post-test* pada kelompok intervensi berkisar 32.47. Sedangkan rata-rata selisih *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol berkisar 1.07. Nilai *p-value* didapatkan <0.05 maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pembentukan *self-help group* terhadap skor pengetahuan dan keterampilan pada guru dan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Perbedaan rerata antara selisih kelompok intervensi lebih besar dari selisih kelompok kontrol yaitu 31.4 sehingga dapat disimpulkan bahwa pembentukan *self-help group* lebih efektif jika diberikan melalui pembentukan intervensi secara langsung beserta leaflet dibandingkan jika diberikan hanya menggunakan leaflet saja. Pernyataan tersebut dibuktikan oleh hasil analisis uji *independent t-test* yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu dengan nilai *p-value* 0,001 yang berarti $< 0,05$. Kelompok intervensi mendapatkan perbedaan yang bermakna peningkatan pengetahuan dan keterampilan sebelum dan setelah dilakukan edukasi dengan leaflet dan pembentukan *self-help group*, karena pemberian langsung intervensi yang disertakan pemberian leaflet yang dimodifikasi dari modul SHG dan hasil penelitian Utami et al., (2019) bisa menarik responden untuk langsung mempraktekkan dan lebih efektif dalam meningkatkan skill serta meningkatkan pengetahuan. Penelitian ini sejalan dengan Bandura (1986) dan Yanuardianto, (2019) menegaskan bahwa intervensi *self-help group* yang melibatkan interaksi aktif dan partisipasi langsung lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta

dibandingkan metode pasif seperti penggunaan leaflet. Intervensi interaktif dalam konteks SHG terbukti memberikan peningkatan yang signifikan dalam skor pengetahuan dan keterampilan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sugiyo & Asparati, (2020) didapatkan bahwa berdasarkan kuesioner, setelah mendapatkan edukasi dan intervensi pembentukan *self-help group*, setiap responden merasa lebih mengenal dan memiliki pengetahuan tentang *self-help group*. Menawarkan intervensi pembentukan *self-help group* merupakan cara yang lebih berhasil untuk menarik minat dan perhatian untuk belajar tentang *self-help group*. Berdasarkan jurnal Julianto & Efendi, (2020) dikatakan juga bahwa pemberian intervensi pembentukan *self-help group* merupakan cara yang lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan daripada hanya pemberian edukasi menggunakan leaflet. Dukungan yang bermanfaat adalah proses partisipasi yang melibatkan pertukaran pengalaman (*sharing experiences*), keadaan, dan isu-isu seputar konsep memberi dan menerima, menggunakan keterampilan swabantu (*self-help group*), mendukung pertumbuhan intelektual satu sama lain, dan meningkatkan harga diri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini tujuan dari penelitian dapat dicapai dan dapat disimpulkan bahwa pembentukan *self-help group* terbukti lebih efektif pada kelompok intervensi terhadap skor pengetahuan dan keterampilan pada guru SMA dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan edukasi *self-help group* menggunakan leaflet. Hasil penelitian ini bermanfaat untuk menambah terapi komplementer (alternatif) dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada guru SMA. Diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi sebagai pedoman dalam pertimbangan guru sebagai upaya penanggulangan masalah merokok pada remaja SMA, agar dapat diterapkan ketika muncul masalah yang dihadapi oleh murid-muridnya disekolah seperti merubah remaja merokok. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat dilanjutkan untuk kegiatan pengabdian masyarakat dan menjadi referensi untuk pihak sekolah dalam mengoptimalkan edukasi serta intervensi *self-help group* agar para guru lebih memahami dan bisa menerapkan secara mandiri disekolah. Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi informasi dan sumber pembelajaran. Peneliti menyarankan untuk penelitian selanjutnya dapat mengembangkan cara mengatasi perilaku merokok dengan metode yang lebih menarik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2022). *Persentase Merokok Pada Penduduk Umur ≥ 15 Tahun Menurut Kelompok Umur (Persen), 2020-2022*.
- Barnekow, V., Buijs, G., Clift, S., Jensen, B. B., Paulus, P., Rivett, D., & Young, I. (2006). Health-promoting schools: a resource for developing. *Health-Promoting Schools : A Resource for Developing Indicators*, 231. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/107805>
- Coulson, N. S. (2005). Receiving social support online: An analysis of a computer-mediated support group for individuals living with irritable bowel syndrome. *CyberPsychology & Behavior*, 8(6), 580–584.
- Erikson, E. H. (1980). *Identity and the Life Cycle*. W. W. Norton & Company.
- Erikson, Erik Homburger. (1956). The Problem of Ego Identity. *Journal of the American*

Psychoanalytic Association, 4(1), 56.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/000306515600400104>

Fithria, F., Hartaty, N., & Susanti, S. S. (2023). The Effectiveness of Self-Help Group (SHG) Intervention on Smoking Prevention of Adolescents in Aceh, Indonesia: A Controlled Field Trail. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 24(3), 991–997.
<https://doi.org/10.31557/APJCP.2023.24.3.991>

Humphreys, K. (1997). Clinicians' beliefs about substance abuse self-help groups. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 14(1), 43–53.

Julianto, E. K., & Efendi, Y. (2020). Pengaruh self help group terhadap tingkat harga diri keluarga dengan penderita skizofrenia di poli jiwa puskesmas kalitidu. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 10(2), 49–55.

Lorig, K.R., et. all. (2001). Chronic disease self-management program: 2-year health status and health care utilization outcomes. *Medical Care*, 39(11), 1217–1223.

Nurhaeni, H., & Badrin, S. (2019). Effectiveness of the Smoking Stop Model to Improve the Rehabilitative Behavior of Adolescent Smokers. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 10(3). <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2019.00536.9>

O'Brien, K. M., Sauber, E. W., Kearney, M. S., Venaglia, R. B., & Lemay, E. P. (2019). Evaluating the Effectiveness of an Online Intervention to Educate College Students About Dating Violence and Bystander Responses. *Journal of Interpersonal Violence*, 1–31.
<https://doi.org/10.1177/0886260519829769>

Puji Lestari K, Nurin Nisa I, W. (2021). *Media Edukasi Booklet dengan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Manajemen Kesehatan Ibu Hamil pada Masa Era Baru Normal di Puskesmas Sarwodadi Kabupaten Pemalang*. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/12665>

Reshi, I. A., & Sudha, D. T. (2023). Women'S Economic Involvement and Self-Help Groups in the Pulwama District of Jammu and Kashmir. *Multidiciplinary Output Research For Actual and International Issues Journal*, 2(4), 872–882. <https://doi.org/10.54443/morfai.v2i4.711>

Riasari, N. S., Djannah, D., Wirastuti, K., & Silviana, M. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Fungsi Kognitif pada Pasien Prolanis Klinik Pratama Arjuna Semarang. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6, 3049–3056.

Savaş, A. C., Bozgeyik, Y., & Eser, İ. (2021). A Study on the Relationship between Teacher Self Efficacy and Burnout. *European Journal of Educational Research*, volume-5-2(volume3-issue4.html), 159–166. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.3.4.159>

Sugiyo, D., & Asparati, F. (2020). Effect of Self Help Group (SHG) to Stop Smoking Attitudes Among Students. *Indonesian Journal of Nursing Practices*, 1(1), 1–14.
<https://doi.org/10.18196/ijnp.1145>

Sulistyowati, E. C., & Sulistyowati, D. (2020). Pemberdayaan Pasien Dengan Pendekatan Self

Help Group Terhadap Perubahan Mekanisme Koping Pada Pasien Gangguan Jiwa Skizoprenia Di RSJD Dr Arif Z Surakarta. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 94–100. <https://doi.org/10.37341/interest.v8i1.123>

Sulistyowati, E. T. (2021). Pengaruh self help group terhadap pengetahuan dalam pengambilan keputusan pada kepala keluarga dengan penderita depresi. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 51–56.

Susan Denman, et. all. (2002). *Health Promotion in Schools: A Practical Guide for Teachers*.

Syahid, A. (2016). Being More Psychologically Healthy: The Concept of Mental Health According to Zakiah Daradjat and its Application in Islamic Educational Institutions. *Ta'dib*, 21(1), 13. <https://doi.org/10.19109/td.v21i1.743>

Thomas P. Gullotta, Gerald R. Adams, dan C. A. M. (2005). *Handbook of Adolescent Behavioral Problems: Evidence-Based Approaches to Prevention and Treatment" oleh Thomas P. Gullotta, Gerald R. Adams, dan Carol A. Markstrom*. Springer Publishing Company.

Ulfa, M. (2021). Pengaruh Self Help Group Terhadap Pengetahuan Pasien. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(1), 51–62. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v1i2.15>

Utami, W. T., Astuti, Y. S., & PH, L. (2019). Hubungan Kecemasan dan Perilaku Bullying Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 1–6. <https://www.jurnal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/264>

Wahyu, T., Rian anugrah esa, & Darwis, D. (2022). Pengaruh Video Edukasi dan Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Konsumsi Sayur dan Buah di SMAN 05 Seluma. *Svasta Harena Rafflesia*, 1(1). <https://doi.org/10.33088/shr.v1i1.157>

Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di MI). *Yanuardianto, E.(2019).*, 1(2), 94–110.

Zuliani, & Suhartati. (2023). *Keperawatan Profesional* (M. J. F. Sirait (ed.); 1st ed.). Yayasan Kita Menulis