



## Efektivitas Media Audio Visual dalam Perilaku Pencegahan Hipertensi pada Pekerja Sektor Swasta

Sri Mastuti<sup>1\*</sup>, Laila Ulfa<sup>2</sup>, Susiana Nugraha<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Respati Indonesia

### Abstrak

Riskesmas 2018 menunjukkan prevalensi penyakit hipertensi terus meningkat, peningkatan prevalensi hipertensi pada pekerja di Puskemas tahun 2020 sebesar 41% menjadi 52% di tahun 2021. Salah satu cara yang efektif bisa dilakukan untuk mencegah hipertensi adalah dengan menjaga pola makan. Upaya pencegahan hipertensi dapat dilakukan melalui penyuluhan media audio visual. Audio visual adalah sebuah media yang bisa merangsang indra lebih banyak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media audiovisual terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan praktik pekerja dalam pencegahan hipertensi. Rancangan penelitian adalah *quasi experiment* dengan rancangan *pre* dan *post test one group*. Sampel berjumlah 47 pekerja, pengambilan sampel dengan teknik *non probability* sampling disertakan dengan kuesioner yang dianalisis menggunakan uji beda mean atau uji t. Penelitian ini membuktikan bahwa penggunaan audiovisual sebagai media penyuluhan, efektif meningkatkan pengetahuan ( $P\text{-value} = 0,001$ ), sikap ( $P\text{-value} = 0,001$ ) dan praktik pekerja ( $P\text{-value} = 0,001$ ) dalam pencegahan hipertensi. Kedepannya perlu monitoring dan evaluasi serta diperlukan upaya sinergitas dengan program kesehatan lain.

**Kata Kunci:** Hipertensi, media audio visual, pekerja, perilaku.

### Abstract

Riskesmas 2018 shows that the prevalence of hypertension continues to increase, the increase in the prevalence of hypertension in Puskesmas workers in 2020 is 41% to 52% in 2021. One effective way to prevent hypertension is to maintain a diet. Efforts to prevent hypertension can be done through counseling on audio-visual media. Audio visual is a medium that can stimulate more senses. This study aims to determine the effectiveness of audiovisual media on changes in knowledge, attitudes and practices of workers in preventing hypertension. The research design was a quasi-experimental design with one group pre and post test designs. A sample of 47 workers, sampling with non-probability sampling technique is included with the questionnaire which is analyzed using the mean difference test or t test. This study proves that the use of audiovisual as an educational medium is effective in increasing knowledge ( $P\text{-value} = 0.001$ ), attitude ( $P\text{-value} = 0.001$ ) and worker practice ( $P\text{-value} = 0.001$ ) in preventing hypertension. In the future, monitoring and evaluation are needed as well as efforts to synergize with other health programs.

**Keywords:** Hypertension, audio visual media, workers, behavior,.

**Korespondensi\*:** Sri Mastuti, Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Respati Indonesia, Kampus A Cipayang Jakarta Timur, Indonesia E-mail: [mastuty29@gmail.com](mailto:mastuty29@gmail.com)

<https://doi.org/10.33221/jikm.v12i03.2160>

Received : 19 Oktober 2022 / Revised : 18 Januari 2023 / Accepted : 16 Maret 2023

Copyright © 2023, Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, p-ISSN: 2252-4134, e-ISSN: 2354-8185

## Pendahuluan

Hipertensi didefinisikan sebagai suatu kondisi di mana tekanan darah dalam batas normal meningkat diatas 140mmHg sistolik dan diastolik naik 90mmHg, menurut *World Health Organization* (WHO) bahwa tekanan darah seseorang tinggi jika pengukuran tekanannya melebihi batas normal.<sup>1</sup> Pengertian darah tinggi adalah dimana tekanan darah seseorang meningkat secara dratis, dan merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat diwaspadai, tidak adanya tanda dan gejala khusus bagi sebagian orang yang menderita hipertensi, oleh sebab itu hipertensi disebut dengan pembunuh yang diam-diam.<sup>2</sup> Berdasarkan data pemeriksaan hipertensi yang berumur 18 tahun keatas pada masyarakat di Indonesia, prevalensi hipertensi mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebesar 8,31%, dari 25,8% menjadi 34,1%.<sup>3</sup> Berdasarkan laporan profil Dinas Kesehatan pada penderita yang mendapat penanganan hipertensi ditemukan sebesar (63,24%), sedangkan hasil rekapan *Medical Check Up* (MCU) pekerja pada tahun 2020 sebesar 41% dan 52% pada tahun 2021, faktor penentu yang mempengaruhi kejadian hipertensi adalah merokok dan pola makan para pekerja.<sup>4</sup>

Tingginya kasus hipertensi menunjukkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terhadap risiko hipertensi masih rendah, untuk menurunkan angka kejadian penyakit hipertensi adalah dengan menerapkan perilaku hidup sehat.<sup>5</sup> salah satu cara adalah dengan pemberian promosi kesehatan melalui media sebagai perantara menyampaikan informasi kesehatan, yang dapat dikemas secara tepat, cepat dan menarik perhatian.<sup>6-7</sup> Dimana akan memberikan kepercayaan diri, perubahan persepsi emosional dan aktivitas psikomotorik.<sup>8</sup> Beberapa studi terdahulu menemukan fakta bahwa penggunaan media audiovisual akurasi meningkatkan pengetahuan.<sup>9-14</sup> Dari enam penelitian yang dibaca, lokasi penelitian terbatas pada Puskesmas, rumah sakit, serta tempat praktik, dan penelitian yang akan dilakukan

saat ini adalah kepada tenaga kerja atau pekerja di perusahaan.

Audio visual dapat diterapkan sebagai sarana media pembelajaran yang efektif, dalam meningkatkan pengetahuan serta dapat memberikan motivasi dalam perubahan perilaku kesehatan. Dengan adanya pemberian penyuluhan kesehatan melalui media audio visual dalam pencegahan hipertensi diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan para pekerja, sehingga hipertensi secara berkala akan mengalami penurunan. Berdasarkan uraian diatas, penelitian yang akan dilakukan adalah mengetahui sejauh mana efektifitas audiovisual sebagai media penyuluhan kesehatan.

## Metode

Penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan rancangan *one group pre post test design*. Populasi yang digunakan adalah pekerja swasta yang melakukan *medical check up* di UPT Pusat Pelayanan Kesehatan Kerja Kabupaten Bogor, Jawa Barat sebanyak 650 pekerja. Sampel penelitian yang berjumlah 47 pekerja, pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan inklusi yaitu berstatus sebagai pekerja, memiliki akses media audio visual serta tidak memiliki gangguan penglihatan dan pendengaran. Instrumen berupa kuesioner berisikan karakteristik responden, pengetahuan hipertensi, sikap serta praktik terhadap pencegahan hipertensi pada pekerja, sebelumnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan hasil validitas nilai *rtabel* pada taraf signifikan 5% dan  $n = 20$  adalah 0.444, dari pernyataan valid lalu diuji reliabilitasnya dengan *Cronbach Alpha* dengan hasil uji pengetahuan 0,748 , dan sikap 0,767 sedangkan untuk praktik 0,749 , dengan hasil angka lebih dari 0,6 artinya kuesioner konsisten jika pengukuran diulang dan layak sebagai instrument penelitian. pelaksanaan penelitian dimulai dengan melakukan *pre test* di minggu pertama secara *offline*, dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan

audio visual pada minggu ke-1 dan ke-2 dilakukan secara *Online*, selanjutnya dilakukan *post test* pada minggu ke-4 yang dilakukan secara *offline*.

Proses pengolahan data penelitian dengan melakukan *editing* meliputi kelengkapan pengisian, jawaban tiap butir soal terisi lengkap atau masih ada yang belum terisi. Melanjutkan dengan mengubah data yang berbentuk huruf menjadi angka dalam proses dengan melanjutkan penganalisisan data, dan melanjutkan dengan pemeriksaan kembali

apakah ada kesalahan dalam pengkodean dan memastikan bahwa data benar untuk dianalisis, data dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk karena sampel kurang dari 50 responden. Hasil data berdistribusi normal, maka dilakukan dengan *paired sample t test* atau uji t, pengujian menggunakan rata-rata (mean) antara sebelum dan sesudah intervensi. Surat keterangan dari komisi etik penelitian Universitas Respati Indonesia No. 373/SK.KEPK/UNR/VII/2022.

## Hasil

**Tabel 1.** Karakteristik Berdasarkan Umur Responden

Variabel	N	Mean	SD	Minal-Maksimal	95% CI
Usia	47	24	5	18-43	22-25

**Tabel 2.** Karakteristik berdasarkan Jenis Kelamin dan Pendidikan Responden

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	5	11
	Perempuan	42	89
Pendidikan	SMA	46	98
	S1	1	2

Dari tabel diatas didapatkan bahwa rata-rata umur responden para pekerja adalah 24 tahun, 18 tahun umur termuda, serta tertua adalah 43 tahun, bahwa rata-rata umur responden pekerja berada diantara 22 sampai 25 tahun, terdapat 5 responden

(11%) jenis kelamin laki-laki, dan terdapat 42 responden perempuan atau (89%). Pendidikan terakhir dari 47 responden, paling banyak berpendidikan akhir SMA dengan 46 responden (98%), dan terdapat 1 responden berpendidikan S1 (2%).

**Tabel 3.** Distribusi Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Pekerja

Variabel	N	Mean	SD	Minimal - Maksimal	P-Value
<b>Pengetahuan</b>					
Pre test	47	7,96	2,66	2 - 13	0,001
Posttest	47	9,66	2,87	3 - 14	
<b>Sikap</b>					
Pre test	47	32,45	4,75	21 - 44	0,001
Posttest	47	37,45	6,29	23 - 48	
<b>Praktik</b>					
Pre test	47	6,15	3,24	1 - 13	0,001
Posttest	47	8,47	3,11	2 - 13	

Dari tabel 2 terlihat bahwa sebelum dan sesudah rata-rata variable mengalami peningkatan skor pengetahuan sebesar 1,7, sikap 4,99, dan praktik 2,32. Terlihat bahwa berdasarkan uji beda t-test, sebelum dan

sesudah dilakukan intervensi dengan nilai dari  $p < 0,05$ , terdapat pengaruh penggunaan media audio visual terhadap perilaku pencegahan hipertensi. Variabel rata-rata sikap sebelum adalah 32,45,

sesudah intervensi adalah 37,45, sedangkan variabel rata-rata praktik sebelum adalah 6,15, dan sesudah intervensi menjadi 8,47, hal ini mengartikan sebagian besar responden dengan nilai rata-rata mengalami peningkatan. Hasil analisis *p value* dilakukan dengan menggunakan uji t untuk mengetahui (mean) tiap variabel, dan diketahui bahwa terdapat perbedaan kenaikan nilai sebelum dan sesudah dilakukan pemberian pendidikan kesehatan melalui media audiovisual, peran media penting dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik para pekerja tentang pencegahan hipertensi.

### Pembahasan

Dari hasil analisis statistik menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam batas usia produktif, dimana merupakan potensial dalam proses untuk menerima pengetahuan dan informasi baru dengan mudah dan juga unggul dari segi stamina, fisik, tingkat kecerdasan dan kreativitas. Pendidikan responden paling banyak adalah berpendidikan setara SMA, beberapa teori mengatakan semakin tinggi pendidikan seseorang, berpengaruh terhadap perubahan perilaku. Salah satu yang mempengaruhi dari pada perubahan perilaku adalah pengetahuan, dalam teori Bloom. Artinya, usia produktif sangat unggul dalam mempengaruhi peningkatan perilaku pekerja dalam pencegahan hipertensi, karena rata-rata pengetahuan, sikap dan praktik mengalami peningkatan antara sebelum dan sesudah, nilai lebih besar terjadi pada variabel praktik dimana nilai correlationnya paling tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa menggunakan dari media audiovisual efektif dalam meningkatkan perilaku pekerja dalam pencegahan hipertensi. Penelitian Sangadah dan Kartawidjaja dalam memberikan pendidikan kesehatan gigi dan mulut ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan media audiovisual berupa video, dengan hasil pengetahuan mengalami peningkatan yang signifikan.<sup>15</sup> Penelitian

Dewi bahwa pendidikan kesehatan melalui audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam penyembuhan luka sesar.<sup>16</sup> Penelitian ini telah berhasil membuktikan efektivitas media audio visual pada pekerja, pemilihan suatu media pada penggunaannya merupakan suatu hal keharusan yang penting menurut Jatmika et al., pancaindra yang banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah indra mata kurang lebih sekitar 75%, dan 25% dengan pancaindra lainnya.<sup>17</sup> Pemilihan dari pada media audiovisual sebagai media penyuluhan kesehatan dapat diterima dengan baik oleh pekerja, karena menampilkan suatu penyuluhan dengan cara yang baru, menyenangkan dan tidak membosankan, disertai dengan gambar, gerakan, dan suara. Media audiovisual yang mampu menyampaikan pesan kesehatan secara mekanis serta elektronik, dengan unsur visual dinamis, terlebih dahulu harus dirancang serta disiapkan dengan baik memegang prinsip *psikologis, behavioristic dan kongnitif*.<sup>18</sup>

Penelitian Shamsideen dan Saula menunjukkan bahwa ada dampak besar dari audiovisual kedalam proses pengajaran, di berbagai pusat keaksaraan di negara bagian hal ini juga memotivasi siswa untuk menghadiri kuliah, karena mereka sangat penasaran untuk melihat atau mendengar fasilitator akan tunjukkan kepada mereka di kelas.<sup>19</sup> Semakin banyak indra yang digunakan semakin mudah pesan tersampaikan, yang berdampak pada peningkatan perilaku, sejalan dengan penelitian Kapti *et al.*, audiovisual sebagai media penyuluhan kesehatan menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan meningkat sebesar 38%. Penelitian dari Wahyuningsih, diperoleh bahwa ketika guru menggunakan alat bantu audiovisual, topik menjadi lebih jelas, efektif dan mudah dipahami sehingga bertahan lama di benak siswa.<sup>20</sup> Hasil penelitian oleh Liu *et al.*, melaporkan anak-anak lebih memilih penggunaan perangkat audiovisual untuk penyuluhan kesehatan tentang perawatan

gigi.<sup>13</sup> Sebuah ide baru harus dapat disalurkan dan dikembangkan melalui teknologi, yang akan membuat informasi menjadi suatu yang berbeda, teori difusi inovasi dari Rogers tahun 1983 mengatakan bahwa media yang mempunyai gagasan baru mampu menyebarkan pesan yang dapat meningkatkan motivasi, dan sikap dari seseorang, tahapan yang harus dilalui sebelum sikap adalah terbentuknya pengetahuan terlebih dahulu, berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan terhadap pekerja ini terdapat proses yang sejalan antara perubahan perilaku dengan peningkatan pengetahuan.<sup>21</sup>

Media visual memiliki beberapa manfaat, diantaranya mudah diingat seseorang menyebabkan suatu persepsi dan pikiran saling berkaitan, menjadikan suatu kontribusi positif, dimana pikiran menyebabkan suatu kontribusi yang besar bagi pengetahuan seseorang dan kedua penggunaan media AVA menggunakan ilustrasi berupa gambar, grafik, diagram maupun cerita yang menyebabkan seseorang akan lebih berkonsentrasi untuk mengingatnya, hal ini merangsang penglihatan sekaligus indra pendengaran. Dan yang penting adalah tidak membosankan, karena suatu gambar dapat memicu rangsangan seorang, selain itu juga dapat menambah suatu hal yang sifatnya penting.<sup>16</sup> Penyuluhan merupakan proses yang harus dipersiapkan terlebih dahulu untuk mempengaruhi orang lain dalam memelihara serta menjaga kesehatan yang lebih baik, dalam proses perubahan perilaku positif menjadi suatu kebiasaan baik, proses ini tidak terjadi secara langsung setelah adanya pengetahuan, perubahan perilaku perlu waktu cukup lama, banyak faktor mempengaruhi dalam proses perubahan, baik dari dalam diri individu atau lingkungan sekitar.<sup>6</sup> Penyuluhan kesehatan pencegahan hipertensi dengan menggunakan video lebih efektif, karena video audiovisual bisa diterima serta menjelaskan adanya proses, bisa mengatasi keterbatasan waktu, ruang dan juga tempat, mudah juga diutar ulang berkali-kali dan

dihentikan sesuai dengan kebutuhan, sehingga dapat peningkatan perilaku kesehatan.

### Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap dan praktik para pekerja mengalami peningkatan dengan menggunakan media audiovisual. Artinya media audiovisual sangat efektif digunakan dalam penyuluhan kesehatan, pencegahan hipertensi. Meskipun efektifitas ini masih dalam katagori dipernyataan jumlah skor, kedepannya akan semakin meningkat dalam waktu yang cukup lama. Sehubungan dengan ini petugas PUSYANKESJA perlu adanya monitoring dan evaluasi setiap saat serta dapat disinergitaskan dengan program kesehatan lain. Perlu adanya penelitian lanjutan yang mengupayakan adanya perkembangan perilaku dalam waktu lebih lama, agar bisa diketahui seberapa lama perilaku optimal dapat tercapai.

### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor, UPT Pusat Pelayanan Kesehatan Kerja yang sudah memberikan motivasi, dukungan untuk tersusunya karya tulis ini, seluruh pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penelitian dan ruang publikasi jurnal.

### Daftar Pustaka

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan RI Hipertensi. Infodatin [Internet]. 2014;(Hipertensi). Available from: <https://www.depkes.go.id/pusdatin/hipertensi>. tanggal akses 9/30/2022.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hipertensi Si Pembunuh Senyap. Internet. 2019 Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/pusdatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap>. Tanggal akses akhir 9/30/2022
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Kesehatan Daerah Provinsi Jawa Barat, Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. Tanggal akses akhir 5/21/2022.

4. UPT Pusat Pelayanan Kesehatan Kerja. Laporan Tahunan Medical Check Up. Pusyankejsja. 2021.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kendalikan Hipertensi Dengan Perubahan Gaya Hidup. Media Indonesia. 2019. Tanggal akses 5/21/2022.
6. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. PT Rineka Cipta. 2007.
7. Tuma F. The use of educational technology for interactive teaching in lectures. *Ann Med Surg [Internet]*. 2021;62 (January):231–5. DOI: 10.1016/j.amsu.2021.01.051 Available from: <https://doi.org/10.1016/j.amsu.2021.01.051>. Tanggal akses akhir 10/11/2022.
8. Baron J, Celaya ML. ‘May I do something for you’: The effects of audio-visual material (captioned and non-captioned) on EFL pragmatic learning. *Lang Teach Res*. 2022;26(2):238–55. DOI: 10.1177/13621688211067000 Tanggal akses akhir 9/29/2022.
9. Prabhu S, John V, Blanchard S, Eckert GJ, Hamada Y. Assessing Effectiveness of an Audiovisual Educational Tool for Improving Dental Students’ Probing Depth Consistency. *J Dent Educ*. 2019;83(4):429–36. DOI: 10.21815/jde.019.052 tanggal akses 12/8/2022.
10. Garzon orjuela N, Sanchez Bello NF, Bonilla Mahecha LP, Moreno Hernández LA, Suárez Ángel MC, Murcia Ardila NV, et al. Effectiveness of Knowledge Translation Strategies in Audiovisual Language Compared With Other Languages to Improve Health Outcomes in Individuals and the General Population: Systematic Review. *Rev Colomb Psiquiatr [Internet]*. 2019;48(2):105–26. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rcp.2017.07.005>. DOI: 10.1016/j.rcp.2017.07.005 Tanggal akses 6/24/2022.
11. Ariyanti M. Efektifitas Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Perubahan Perilaku Penderita Hipertensi di Puskesmas Lhok. Institut Kesehatan Helvetia Medan; 2020. Tanggal akses akhir 6/12/2022.
12. Chang WZD, Bourgeois MS. Effects of visual aids for end-of-life care on decisional capacity of people with dementia. *Am J Speech-Language Pathol*. 2020;29(1):185–200. DOI:10.1044/2019\_AJSLP-19-0028. Tanggal akses 1/6/2022.
13. Liu Y, Gu Z, Wang Y, Wu Q, Chen V, Xu X, et al. Effect of audiovisual distraction on the management of dental anxiety in children: A systematic review. *Int J Paediatr Dent*. 2019;29(1):14–21. DOI: 10.1111/ipd.12430. tanggal akses 5/18/2022.
14. Rosalin Hongsathavij, Yosvimol Kuphasuk KR. Effectiveness of platelet-rich fibrin in the management of pain and delayed wound healing. *Eur J Dent*. 2017;11(4):192–5. DOI: 10.1111/ipd.12430. tanggal akses 12/1/2022.
15. Sangadah Khotimatus, Kartawidjaja J. Efektivitas media Audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. *Orphanet J Rare Dis*. 2020;21(1):1–9. arXiv:1011.1669v3. tanggal akses akhir 07/15/2022.
16. Dewi. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Tentang Nutrisi Dan Perawatan Luka Dengan Video Terhadap Penyembuhan Luka Sesar. Universitas Indonesia; 2012. Tanggal akses akhir 10/12/2022.
17. Jatmika septian emma dwi, Maulana M, Kuntoro, Martini S. Pengembangan Media Promosi Kesehatan. Buku Ajar. 2019. ISBN 9786024515928. Tanggal akses 6/9/2022.
18. Tamsuri A, Widati S. Factors influencing patient attention toward audiovisual-health education media in the waiting room of a public health center. *J Public health Res*. 2020. DOI: 10.4081/jphr.2020.1807. tanggal akses 6/6/2022.
19. Shamsideen SA. Impact of Audio-Visual Materials in the Dissemination of Knowledge for Faci. *African Educational Research Journal*; 2016. Tanggal akses 8/12/2022.
20. Wahyuningsih. Efektivitas Penggunaan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Keterampilan Menulis Bahasa Prancis Pada Siswa Kelas X MAN 1 Yogyakarta. *Phys. Rev. E*. 2011. Tanggal akses 6/10/2022.
21. Rogers EM. *Diffusion of Innovations*. The Free Press. Harvard; 1983. Tanggal akses 11/09/2022.