

Jurnal Kebidanan Sorong
Vol 4, No 2, February 2025
eISSN : 2807-7059

EFEKTIVITAS MEDIA EDUKASI AUDIO VISUAL TERHADAP PENGETAHUAN WANITA PREMENOPAUSE

Paskalina Wopairi¹, Andriana², Fitrah Duhita³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Sorong

Email Korespondensi : paskalinawaibro@gmail.com

Artikel History

Dikirim, Apr 13 th, 2025

Ditinjau, Apr 13 th, 2025

Diterima, Apr 15 th, 2025

ABSTRACT

Health education using audio-visual media can increase premenopausal women's knowledge and participation about the signs and symptoms of premenopause and how to deal with them. The aim of this research is to determine the effectiveness of audio-visual educational media in increasing knowledge about menopause at the Nikiwar Community Health Center. The type of research is quasi experimental research, namely research that tests interventions on a group of subjects, with a research design using a one group pre test-post test design. The sample in this study was women over 40 years of age who showed or had experienced symptoms of menopause and the intervention given was video media about menopause for 7 days. The statistical test used was the Wilcoxon test. The research results showed that the average value of respondents' knowledge increased after being given video media intervention and based on the results of statistical tests it was found that the p-value of respondents' knowledge before and after treatment was 0.00. The conclusion is that there is audiovisual educational media that is effective in increasing mothers' knowledge before and after being given audiovisual media at the Nikiwar Community Health Center.

Keywords: Menopause; Knowledge; Audiovisual

ABSTRAK

Edukasi kesehatan menggunakan media audio-visual dapat meningkatkan pengetahuan dan partisipasi wanita premenopause tentang tanda dan gejala premenopause dan cara mengatasinya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas media edukasi audio visual terhadap peningkatan pengetahuan tentang menopause di Puskesmas Nikiwar. Jenis penelitian adalah penelitian *quasi experimental* yaitu penelitian yang menguji coba intervensi pada sekelompok subyek, dengan desain penelitian menggunakan *one group pre test-post test design*. Sampel dalam penelitian ini adalah wanita diatas 40 tahun yang menunjukkan atau telah mengalami gejala menopause dan intervensi yang diberikan adalah media video tentang menopause selama 7 hari. Uji statistik yang digunakan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden nilai reratanya mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi media video dan berdasarkan hasil uji statistik didapatkan bahwa hasil p-value pengetahuan responden sebelum dan sesudah perlakuan yaitu 0,00. Kesimpulan yaitu terdapat media edukasi audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan media audiovisual di Puskesmas Nikiwar.

Kata Kunci : Menopause; Pengetahuan; Audiovisual

PENDAHULUAN

Masa menopause merupakan keadaan di mana seorang wanita tidak lagi mengalami menstruasi. Pada masa ini dapat diawali dengan masa premenopause, dimana pada masa ini terjadi penurunan hormon estrogen yang menyebabkan masalah sindrom premenopause. Premenopause adalah suatu kondisi fisiologis pada wanita saat memasuki masa penuaan yang dapat ditandai turunnya kadar hormon estrogen ovarium pada wanita yang berperan dalam reproduksi seksualitas dan dapat mengganggu aktifitas wanita yang biasanya terjadi di usia 40 tahun (Setiawan et al., 2020).

Pada masa menopause wanita akan mengalami perubahan-perubahan, baik perubahan pada fisik dan psikis. Perubahan yang dirasakan oleh wanita tersebut antara lain: perubahan pola menstruasi, rasa panas (hot flush), susah tidur, keluar keringat di malam hari, kerutan pada vagina, sembelit, penurunan libido, perubahan berat badan, perubahan kulit, perubahan pada mulut, fatigue, gejala gangguan motorik, sistem perkemihan dan sistem somatik, serta perubahan psikis seperti depresi, penurunan daya ingat, mudah tersinggung, gangguan psikis dan emosi (Widorini et al., 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO), di kawasan Asia Tenggara populasi Lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini (Afriani, R., & Fatmawati, 2020). Indonesia saat ini memiliki 7,4% wanita menopause dari total populasi dan tahun 2020 diperkirakan mencapai 11,54% dengan usia rata-rata menopause 49 tahun (Setiawan et al., 2020). Peningkatan populasi wanita menopause pada umumnya disertai berbagai tingkat dan jenis masalah yang kompleks sehingga berdampak pada peningkatan masalah kesehatan yang dialami wanita menopause tersebut (Dwi, 2017).

Hasil *Study of Women's Health Across the Nation di Amerika Serikat* menunjukkan bahwa masa menopause berhubungan dengan tekanan psikologi, dimana sebanyak 28,9% mengalami stres diawal premenopause, 20,9% pada tahap premenopause, dan sebanyak 22% mengalami tahap post menopause (Zul, M. A. R., Budiarti, A., Putri, 2016). Stres sendiri bisa merangsang otak yang dapat mengganggu keseimbangan hormon. Jika hal ini terjadi secara terus menerus, maka akan menyebabkan semakin meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas wanita (Setiawan et al., 2020).

Mustopo menyebutkan bahwa stresor yang dirasakan oleh seorang wanita bisa berbeda-beda. Bagi mereka yang tidak menerima dengan realistis perubahan-perubahan yang dirasakan tersebut akan menimbulkan perasaan khawatir, takut, bahkan stress, dengan

datangnya menopause, seringkali wanita merasa dirinya tua, menilai dan berpikir dirinya loyo dan merasa tidak berarti lagi, merasa tersisihkan dan terabaikan dari kehidupan sosialnya. Hal ini akan dapat mengakibatkan stres pada wanita (Sriwaty, I. & Nuryoto, 2015).

Oleh sebab itu, diharapkan wanita menopause memiliki pengetahuan yang cukup tentang siklus kehidupan yang akan dialaminya. Dengan pengetahuan yang cukup, maka kecemasan pada ibu menopause akan berkurang (Widorini et al., 2017). Pittsburg menyebutkan sebanyak 80,9% wanita premenopause di dunia, tidak memiliki pengetahuan premenopause (Wulandari, S. & Aliza, 2014). Pengetahuan ini merupakan domain yang sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang. Wanita yang memiliki pengetahuan terkait premenopause akan dapat memahami dan percaya diri dalam menangani masalah yang timbul saat terjadi perubahan. Sebaliknya apabila wanita tidak memiliki pengetahuan tentang premenopause, bisa berdampak pada kurangnya kesiapan dan kepercayaan diri menghadapi premenopause. Hal yang akhirnya bisa menyebabkan stres (Setiawan et al., 2020).

Program kesehatan yang terkait dengan premenopause belum mendapat perhatian serius, misalnya, belum diberikan edukasi kesehatan tentang persiapan wanita dalam menghadapi premenopause yang dilaksanakan oleh pihak Puskesmas. Pelayanan kesehatan reproduksi wanita di Puskesmas, hingga saat ini terbatas pada pemeriksaan kehamilan ibu, pertolongan persalinan dan pelayanan keluarga berencana. Sementara, banyak wanita belum mengetahui tentang premenopause dan gejala-gejala yang menyertai, serta tidak mengetahui penyebab keluhan-keluhan yang mereka alami (Bela Purnama Dewi, 2022).

Salah satu cara untuk menyiapkan wanita menghadapi masa premenopause ini adalah dengan cara mengubah kognitifnya melalui memberi edukasi menggunakan audio-visual sebagai media (Setiawan et al., 2020). Salah satu cara untuk menyiapkan wanita menghadapi masa premenopause ini adalah dengan cara mengubah kognitifnya melalui memberi edukasi menggunakan audio-visual sebagai media, edukasi dengan penerapan *Health Belief Model*, sangat efektif meningkatkan pengetahuan secara signifikan, dapat mengubah keyakinan kesehatan dan meningkatkan perilaku kesehatan (Anggraini et al., 2023).

Edukasi kesehatan menggunakan media audio-visual, dapat meningkatkan pengetahuan dan partisipasi wanita premenopause tentang tanda dan gejala premenopause dan cara mengatasinya (Setiawan et al., 2020). Media video mempunyai kelebihan seperti, pemutaran video bisa menampilkan objek atau suatu proses dengan tepat, dapat mengajarkan keterampilan yang bisa diperlihatkan secara berulang-ulang. Keuntungan dari media video adalah bisa dipakai untuk alat bantu pada pendidikan secara luas.

Media Video dapat memanipulasi ruang dan waktu sehingga bisa membawa peserta dalam peristiwa kapan saja serta pada berbagai banyak objek. Memutar video dalam pendidikan bisa menumbuhkan emotional intelligence audience bagi yang menyaksikan serta dapat meningkatkan daya pikir, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran yang tepat sangat berpengaruh pada hasil pembelajaran yang lebih baik (Sustiyono, 2021).

Media audio-visual digunakan untuk mendorong keinginan seseorang untuk mengetahui kemudian mendalami dan akhirnya mendapatkan pengertian yang baik dan pendorong untuk melakukan sesuatu yang baru (Setiawan et al., 2020). Penelitian yang pernah dilakukan oleh Setiawan (2020) menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi rerata pengetahuan 6,09 poin lebih tinggi, rerata efikasi diri 3,05 poin lebih tinggi, dan rerata stres terjadi penurunan 1,23 poin dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penggunaan audio-visual sebagai media edukasi berhubungan dengan meningkatnya pengetahuan mengenai premenopause dan efikasi diri, serta efektif menurunkan stres wanita premenopause di Kota Bandung (Setiawan et al., 2020).

Pengetahuan tentang menopause memiliki peran penting pada masa menopause karena dengan pengetahuan yang tinggi maka akan dapat meningkatkan kemampuan perempuan dalam menghadapi dan mengelola menopause. Pada perempuan yang memiliki pengetahuan yang rendah akan cenderung memiliki persepsi negatif terhadap menopause dan merasa pemarah dan mudah tersinggung, mempengaruhi kemampuan bekerja serta kehilangan feminitas selama menghadapi masa menopause (Afriani, R., & Fatmawati, 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Nikiwar, dilakukan wawancara pada 5 orang wanita yang berusia usia 40-50 tahun, hasil wawancara menemukan bahwa empat wanita mengatakan cemas menghadapi premenopause, menstruasi tidak teratur, kadang banyak sekali dan lama, cepat lelah, dan takut menjadi tua. Berdasarkan informasi dari salah satu petugas kesehatan, telah diketahui bahwa pendampingan pada wanita premenopause ini belum terlaksana. Diasumsikan bahwa adanya stres atau kekhawatiran wanita premenopause tersebut disebabkan belum cukupnya pemahaman terhadap premenopause. Data di Puskesmas Nikiwar didapatkan data sejumlah 35 orang wanita yang memasuki masa premenopause. Berdasarkan kurangnya pengetahuan wanita tentang masa premenopause sehingga peneliti tertarik mengambil judul “Efektivitas media edukasi audio visual terhadap peningkatan pengetahuan tentang menopause di Puskesmas Nikiwar Tahun 2023”.

METODE

Metode penelitian menggunakan jenis metode *Quasi Experimen* dengan jenis rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-group pre-tes and-post-tes disign*. Penelitian ini menggunakan subjek penelitian manusia yaitu sebanyak 35 responden dan hanya menggunakan satu kelompok yang akan diberikan perlakuan media audiovisual tentang premenopause selama 7 hari. Penelitian dilakukan pada bulan September tahun 2023 dan dilakukan di Puskesmas Nikiwar Kabupaten Teluk Wondama. Hasil penelitian didokumentasikan dan diolah dengan menggunakan bantuan sistem komputerisasi dan analisa data menggunakan uji statistik. uji Wilcoxon test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

A. Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik responden dan variabel hasil penelitian diperoleh hasil sebagai berikut dituangkan dalam sajian analisa data univariat yaitu :

1. Karakteristik responden

Tabel 1 Jumlah dan Presentase Karakteristik Responden

No.	Variabel	n	%
1	Usia		
	40-65 Tahun	31	88,5
	>65 Tahun	4	11,5
2	Pendidikan		
	Dasar	22	62,8
	Menengah	10	28,5
	Tinggi	3	8,5
3	Pekerjaan		
	Bekerja	0	0
	Tidak Bekerja	35	100

Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1, karakteristik responden diinterpretasikan bahwa usia responden semuanya yaitu terbanyak pada rentang usia 40-65 tahun berjumlah 31 orang (88,5%), sedangkan karakteristik reponden berdasarkan pendidikan yang paling banyak yaitu responden dengan pendidikan dasar berjumlah 22 orang (62,8%) dan karakteristik reponden berdasarkan pekerjaan yang paling banyak yaitu responden dengan tidak bekerja berjumlah 35 orang (100%).

2. Analisa univariat variabel penelitian

- a. Analisa univariat pengetahuan ibu sebelum diberikan media audiovisual tentang premenopause

Tabel 2 Pengetahuan ibu sebelum di berikan media audiovisual

No.	Pengetahuan	n	%
1	Baik	25	71,4
2	Cukup	10	28,6
3	Kurang	0	0

Data primer,2023

Berdasarkan tabel 2, pengetahuan ibu sebelum diberikan media video tentang menopause berdasarkan skor pengetahuan ibu jika dikategorikan pengetahuan yang paling banyak yaitu pengetahuan baik berjumlah 25 orang (71,4%).

- b. Analisa univariat pengetahuan ibu setelah diberikan media audiovisual tentang premenopause

Tabel 3 Pengetahuan ibu setelah di berikan media audiovisual

No.	Pengetahuan	n	%
1	Baik	35	100
2	Cukup	0	0
3	Kurang	0	0

Data primer,2023

Berdasarkan tabel 3, pengetahuan ibu setelah diberikan media video tentang menopause, berdasarkan skor pengetahuan ibu jika dikategorikan pengetahuan yang paling banyak yaitu pengetahuan baik berjumlah 35 orang (100%).

B. Analisa Bivariat

Sajian analisa data bivariat dalam penelitian ini untuk membuktikan Efektivitas media edukasi audio visual terhadap peningkatan pengetahuan tentang menopause

Tabel 4 Efektivitas media edukasi audio visual terhadap peningkatan pengetahuan tentang menopause

No	Pengetahuan Ibu	Min_Max	Mean±SD	P value
1	Pre_test	56,25± 100	77,8 ± 10,3	
2	Post_test	75,00 ± 100	98,0 ± 4,97	0,000

Significant P value <0.05 Wilcoxon Test

Berdasarkan tabel 4, hasil penelitian dapat diinterpretasikan bahwa sebelum diberikan intervensi media video tentang menopause skor pengetahuan ibu nilai rata-rata atau mean 77,8 dengan standar deviasi 10,3 dan setelah diberikan intervensi skor pengetahuan ibu nilai rata-rata atau mean menjadi 98,0 dengan standar deviasi 4,97. Hasil uji statistik Wilcoxon pada pengetahuan ibu tentang menopause setelah diberikan media video didapatkan p-value (0,000) atau nilai $p < 0,05$ yang artinya ada perbedaan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan media video tentang menopause.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 35 responden di Puskesmas Nikiwar yang akan diberikan intervensi media video tentang menopause. Responden dalam penelitian ini adalah responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dan bersedia menjadi responden dan mau menonton video selama 7 hari. Setelah ibu diberikan media video kemudian diukur pengetahuan ibu tentang menopause kemudian data dianalisa serta uji yang digunakan pada penelitian ini adalah uji wilcoxon untuk melihat perbedaan pengetahuan ibu menggunakan kuisioner sebelum dan sesudah diberikan intervensi media video.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu nilai reratanya mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi dan berdasarkan hasil uji statistik didapatkan bahwa hasil p-value pengetahuan ibu sebelum dan sesudah perlakuan yaitu 0,00 yang berarti terdapat perbedaan pengetahuan ibu tentang menopause sebelum dan sesudah perlakuan diberikan media edukasi video selama 7 hari. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angfraini dkk pada tahun 2023, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa audio-visual sebagai media dapat mengubah kognitif melalui memberi edukasi menggunakan audio-visual sebagai media, edukasi dengan penerapan *Health Belief*

Model, sangat efektif meningkatkan pengetahuan secara signifikan, dapat mengubah keyakinan kesehatan dan meningkatkan perilaku kesehatan (Anggraini et al., 2023).

Premenopause adalah munculnya tanda-tanda dan gejala awal perubahan dari system tubuh ketika siklus menstruasi mulai tidak teratur. Salah satu cara untuk menyiapkan wanita menghadapi masa premenopause ini adalah dengan cara mengubah kognitifnya melalui memberi edukasi menggunakan audio-visual dan booklet sebagai media (Setiawan et al., 2020). Edukasi kesehatan yang diberikan dengan menggunakan media audio-visual, diketahui dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan partisipasi wanita premenopause mengenai tanda dan gejala premenopause dan cara mengatasi gejalanya. Media audio-visual dapat digunakan untuk mendorong seseorang untuk mengetahui, mendalami dan mendapatkan pengertian yang baik, dan pendorong untuk melakukan sesuatu yang baru. Media audiovisual mampu memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan (Setiawan et al., 2020).

Pada media audio visual ini terdapat kelebihan dibandingkan dengan media lainnya, diantaranya adalah pada media audio visual lebih menarik karena dapat menampilkan gambar yang bergerak dan disertai dengan iringan suara atau musik, selain itu pada media ini dapat mengamati lebih dekat apa yang sedang ditampilkan di video (Rahayu, 2017). Media merupakan bagian terpenting sebagai alat bantu dalam penyampaian informasi, dengan menggunakan media dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat, media juga dapat digunakan untuk promosi kesehatan sehingga mengenai sasaran yang diharapkan. Faktor yang berpengaruh penting terhadap keberhasilan suatu pendidikan adalah pemilihan metode media yang tepat. Edukasi kesehatan menggunakan media audio-visual dapat meningkatkan pengetahuan dan partisipasi wanita premenopause tentang tanda dan gejala premenopause dan cara mengatasinya. Media audio-visual digunakan untuk mendorong keinginan seseorang untuk mengetahui kemudian mendalami dan akhirnya mendapatkan pengertian yang baik dan pendorong untuk melakukan sesuatu yang baru (Setiawan et al., 2020).

Menurut asumsi peneliti bahwa walaupun responden sebagai besar dengan pendidikan dasar, namun responden dapat memahami informasi yang diberikan melalui media video yang diberikan, sehingga selama 7 hari responden menonton video tidak merasa bosan karena video yang dibuat memiliki audio dan gambar yang menarik untuk di tonton. Ketika responden memahami tentang menopause, responden akan mempersiapkan dirinya ketika akan atau telah menghadapi masa menopause.

SIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini ada perbedaan pengetahuan responden tentang menopause sebelum dan sesudah diberikan media video.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti haturkan kepada Kepala Puskesmas Nikiwar yang telah memberikan ijin sebagai tempat pelaksanaan penelitiann serta seluruh responden yang bersedia ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Afriani, R., & Fatmawati, T. Y. (2020). Pengetahuan dan Sikap Wanita Premenopause dalam Menghadapi Perubahan-Perubahan pada Masa Menopause. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*.
- Anggraini, N., Anggraini, N., & Dewi, B. P. (2023). Efektivitas Media Edukasi Audio Visual Dan Booklet Terhadap Pengetahuan Premenopause , Efikasi Diri. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(25).
- Bela Purnama Dewi, M. K. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menopause Dengan Menggunakan Media Booklet Terhadap Quality Of Life Among Menopausal Women Di Rsud Kayu Agung Tahun 2022. *Jurnal Stikes Mitra Adiguna*, 34–44.
- Dwi, S. A. (2017). Body mass index & lama menopause berpengaruh terhadap kualitas hidup menopause. *Jurnal Hospital Majapahit*.
- Rahayu, D. (2017). Perbedaan Pengetahuan Ibu tentang Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan Metode Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) Menggunakan Media Audio Visual dan Media Visual di Desa Rowoharjo Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. *NSJ Journal*, 1.
- Setiawan, R., Kesehatan, J. P., Kesehatan, P., Kesehatan, K., Indonesia, R., Keperawatan, J., Kesehatan, P., Kesehatan, K., & Indonesia, R. (2020). *Efektivitas Media Edukasi Audio-visual dan Booklet terhadap Pengetahuan Premenopause , Efikasi Diri dan Stres pada Wanita Premenopause di Kota Bandung The Effectiveness of Audio-visual and Booklet Educational Media on Premeno- pausal Knowledge , Self-Efficacy and Stress in Premenopausal Women in Bandung*. 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.47034/ppk.v2i1.3876>
- Sriwaty, I. & Nuryoto, S. (2015). Pengaruh psikoedukasi menopause dan relaksasi untuk menurunkan kecemasan wanita pemeno_pause. *Jurnal Humanitas*.
- Sustiyono, A. (2021). Perbedaan Efektifitas Metode Ceramah dan Media Video dalam Meningkatkan Pengetahuan Pembelajaran Praktikum Keperawatan. *Faletehan Health Journal*, 8(02), 71–76. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.241>
- Widorini, D. E., Surachmindari, & Triningsih, R. W. (2017). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Oro-Oro Dowo Kota Malang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14–21.

- Wulandari, S. & Aliza, M. R. (2014). Efikasi diri dan stres akademik pada siswa sekolah menengah atas program akselerasi. *Jurnal Psikologika*.
- Zul, M. A. R., Budiarti, A., Putri, E. C. (2016). Analisis faktor predisposisi dan kejadian premenopause terhadap tingkat stres pada ibu usia 40-55 tahun di Komunitas Ibu PKK RW 15 Kelurahan Pusat Jaya Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.