



PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP MOTIVASI BERHENTI MEROKOK PADA MAHASISWA

Kodir¹, Adi Yoga², Prakastiasti Saputri³

¹ kodir.odenk@gmail.com, Akper Kesdam IV/ Diponegoro Semarang

^{2,3} Mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro Semarang

ABSTRAK

Latar belakang: Berbagai pihak telah berupaya mempublikasikan bahaya rokok bagi kesehatan melalui berbagai media namun kebiasaan merokok masih sulit dihentikan. Perkembangan teknologi menjadikan media elektronik sebagai media yang mampu memberikan motivasi melalui media audio visual seperti video. Pendidikan kesehatan dengan media audio visual merupakan salah satu alternatif bagi penyuluh untuk memberikan informasi bahaya rokok melalui unsur suara dan gambar sehingga pesan yang ingin disampaikan lebih menarik, mudah dicerna, serta meningkatkan motivasi peserta. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audio visual terhadap motivasi berhenti merokok pada mahasiswa. **Metode:** Rancangan penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental pretest posttest control group design*. Jumlah sampel sebanyak 52 mahasiswa yang diambil dengan teknik *purposive sampling* dan dibagi ke kelompok intervensi (n=26) dan kontrol (n=26). Bentuk intervensi berupa pemberian pendidikan kesehatan dengan media audio visual. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat motivasi berhenti merokok adalah *Contemplation Ladder* (CL). Data dianalisa dengan uji *Mann-Whitney*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan peningkatan motivasi berhenti merokok pada kelompok intervensi sebanyak 6 skala setelah perlakuan. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan perbedaan bermakna tingkat motivasi berhenti merokok antara kelompok intervensi dan kontrol dengan $p=0,000$. Hasil penelitian membuktikan pendidikan kesehatan dengan media audio visual berpengaruh terhadap motivasi berhenti merokok pada mahasiswa. **Saran :** Pendidikan kesehatan dengan media audio visual direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan dalam program berhenti merokok.

Kata kunci: pendidikan kesehatan; media audio visual; motivasi berhenti merokok

1. PENDAHULUAN

Berbagai pihak telah berupaya mempublikasikan bahaya rokok bagi kesehatan melalui berbagai media, baik melalui program pemerintah, media massa, iklan ataupun penyuluhan oleh petugas kesehatan, namun kebiasaan merokok masih sulit dihentikan.¹ Merokok telah terbukti menjadi faktor risiko terjadinya penyakit tidak menular seperti jantung koroner, stroke, kanker, penyakit paru kronik dan diabetes militus yang merupakan penyebab kematian utama di dunia, termasuk Indonesia.² Fakta ini tidak mempengaruhi epidemik tembakau di Indonesia karena jumlah perokok di Indonesia saat ini menempati urutan ke-5 setelah China, India, USA, dan Rusia.³

Tingginya angka perokok ini dipengaruhi faktor coba-coba, pengaruh teman, supaya dihargai, lebih percaya diri, relaksasi, merasa jantan, penghilang stres, serta kurangnya pengetahuan bahaya merokok bagi kesehatan.⁴ Pengetahuan yang cukup akan memotivasi individu berperilaku sehat sehingga informasi yang memadai tentang bahaya rokok diharapkan membuat orang yang belum merokok tidak merokok dan para perokok bisa menghentikan kebiasaannya.⁵ Keinginan seseorang untuk berhenti merokok disebabkan oleh pengetahuan seseorang terhadap bahaya rokok yang disertai keinginan dan motivasi yang kuat untuk melaksanakannya.⁶

Pemberian motivasi dapat dilakukan dengan berbagai cara yang menarik untuk meningkatkan minat sasaran yang dituju. Perkembangan zaman menjadikan media elektronik sebagai media yang mampu memberikan motivasi melalui penggunaan video. Video merupakan media audio-visual yang dapat

mengungkapkan objek dan peristiwa seperti keadaan sesungguhnya. Video menjadikan seseorang mampu memahami pesan pembelajaran lebih bermakna sehingga informasi dapat dipahami secara utuh.⁷

Penggunaan audio visual pada penyuluhan kesehatan sangat direkomendasikan karena dapat meningkatkan motivasi berhenti merokok lebih signifikan dibandingkan media cetak. Media audio visual dirasakan lebih menarik perhatian sehingga membangkitkan antusiasme seseorang untuk mendapatkan informasi dan lebih mudah diterima.⁷ Hal ini didukung oleh Nursalam dan Efendi yang menyatakan pemilihan metode pendidikan kesehatan dapat didasarkan pada kerucut Edgar Dale yang menggambarkan sebanyak 20% materi diingat jika saat penyuluhan kesehatan peserta hanya mendengar, sebanyak 30% jika melihat foto atau ilustrasi, dan 50% jika menggunakan media video.⁸

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa media audio visual memberikan hasil lebih optimal setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan. Salah satunya adalah penelitian Nugroho yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan terhadap motivasi berhenti merokok sebelum dan sesudah dilaksanakan pendidikan kesehatan melalui media audio visual pada remaja dengan $p=0,000$.⁹ Penelitian lain yang dilakukan Saleh menunjukkan media film efektif sebagai media promosi kesehatan bagi masyarakat khususnya untuk menyampaikan pesan kesehatan tentang bahaya rokok.¹⁰ Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audio visual terhadap motivasi berhenti merokok pada mahasiswa.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental pretest posttest control group design*. Penelitian dilakukan pada tanggal 20 sampai 24 Maret 2017 di Akper Kesdam IV/Diponegoro Semarang. Populasi penelitian ini adalah perokok aktif di Akper Kesdam IV/Diponegoro bulan Maret 2017 sejumlah 56 orang. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* kemudian membagi subjek ke kelompok intervensi dan kontrol. Sampel yang diambil harus memenuhi kriteria inklusi antara lain mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro, bersedia menjadi responden, perokok aktif, berjenis kelamin laki-laki. Besar sampel penelitian sebanyak 52 responden yang terbagi pada kelompok intervensi 26 responden dan kontrol 26 responden.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian instrumen karakteristik responden dan pengukuran tingkat motivasi berhenti merokok dengan instrumen *Contemplation Ladder (CL)*. Pengambilan data dan perlakuan dilakukan peneliti bersama 2 enumerator yaitu mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro. Pemberian pendidikan kesehatan dengan media audio visual diberikan selama 30 menit pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol diberikan leaflet. Ke dua kelompok kemudian dilakukan post test. Data yang terkumpul dilakukan analisa dengan uji komparasi *Mann-Whitney*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisa Univariat dan Bivariat

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik	Kelompok Perlakuan (n=26)		Kelompok Kontrol (n=26)	
	(n)	%	(n)	%
17-19 tahun	16	61,5	14	53,8
20-22 tahun	10	38,5	12	46,2

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak adalah 17-19 tahun dengan jumlah 16 responden (61,5%) pada kelompok intervensi dan 14 responden (53,8%) pada kelompok

Tabel 2

Motivasi Berhenti Merokok	Kelompok Perlakuan (n=26)		Kelompok Kontrol (n=26)	
	(n)	%	(n)	%
<i>Pre-test</i>				
Motivasi Rendah	0	0	14	53,8

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Motivasi Berhenti Merokok Pada Mahasiswa (Kodir, et al)

Motivasi Sedang	12	46,2	10	38,5
Motivasi Tinggi	14	53,8	2	7,7
<i>Post-test</i>				
Motivasi Rendah	0	0	4	15,4
Motivasi Sedang	0	0	18	69,2
Motivasi Tinggi	26	100	4	15,4

Tabel 2 menunjukkan bahwa motivasi berhenti merokok kelompok intervensi pada saat *pre-test* paling dominan pada kategori tinggi sebanyak 14 responden (53,8%) dan kategori sedang 12 responden (46,2%). Motivasi kelompok intervensi pada saat *post-test* pada kategori motivasi sedang menurun menjadi 0 responden (0%) dan meningkat pada kategori motivasi tinggi sebanyak 26 responden (100%). Motivasi berhenti merokok kelompok kontrol saat *pre-test* paling dominan pada kategori rendah sebanyak 14 orang (53,8%), pada kategori sedang sebanyak 10 orang (38,5%) dan pada kategori tinggi yaitu 2 orang (7,7%). Motivasi kelompok kontrol saat *post-test* setelah diberikan leaflet pada kategori rendah menurun menjadi 4 orang (15,4%) , meningkat pada kategori sedang 18 orang (69,2%), dan kategori tinggi meningkat 4 orang (15,4%).

Tabel 3
Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan
Terhadap Tingkat Motivasi pada Kelompok Intervensi

Motivasi berhenti merokok	N	Median	p
Pre-test	26	34,00	0,001
Post-test		40,00	

Tabel 3 menunjukan hasil analisis dengan uji Wilcoxon pada kelompok intervensi diperoleh nilai $p=0,001$ dengan rerata motivasi tertinggi pada pengukuran motivasi *post-test* setelah diberikan media audio visual. Karena nilai $p=0,001$ maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan motivasi berhenti merokok yang signifikan pada kelompok intervensi.

Tabel 4
Pengaruh Pendidikan Kesehatan
Terhadap Motivasi pada Kelompok Kontrol

Motivasi berhenti merokok	N	Median	p
Pre-test	26	24,00	0,07
Post-test		27,00	

Tabel 4 menunjukkan hasil uji Wilcoxon pengukuran motivasi pada kelompok kontrol diperoleh nilai $p=0,007$ dengan rerata paling tinggi pada pengukuran motivasi *post-test* setelah diberikan leaflet. Karena nilai $p>0,05$ maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan motivasi berhenti merokok yang bermakna pada pengukuran motivasi kelompok kontrol.

Tabel 5
Perbedaan Rerata Motivasi Berhenti Merokok
antara Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kelompok	Median	Delta		p	
		Mean (\bar{d})	SD		
Post- Test	Intervensi Kontrol	40,00 27,00	13	0,642	0,000

Hasil dari uji *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa terdapat perbandingan yang signifikan antara hasil *post-test* kelompok kontrol dan *post-test* kelompok eksperimen yang ditunjukkan dengan nilai signifikansi $p=0,000 < 0,05$. Hasil uji *Mann-Whitney* pada tabel diatas menunjukkan nilai $p=0,000$ dengan arti terdapat

perbedaan motivasi merokok antara kelompok intervensi yang diberikan media audio visual dengan kelompok kontrol yang diberikan leaflet.

B. Pembahasan

Usia responden menunjukkan bahwa usia terbanyak baik pada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen adalah 17-19 tahun sehingga masih tergolong remaja akhir. Usia remaja akhir biasanya seseorang cenderung melakukan pengungkapan kebebasan dalam dirinya dan lebih banyak bergaul dengan teman sebaya di luar rumah sehingga berpotensi membuat anak cenderung untuk merokok. Bertambahnya usia remaja sangat berpengaruh terhadap responden dalam mengambil keputusan dalam hal mengkonsumsi rokok atau tidak, karena semakin bertambahnya umur maka pengalaman dan pengetahuan seseorang akan bertambah.¹¹

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan uji wilcoxon tentang perbedaan nilai pre-test dan post-test pada kelompok intervensi didapatkan hasil dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$) artinya ada pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan motivasi berhenti merokok setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media audio visual. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Nugroho tahun 2011 tentang perbedaan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dan media cetak terhadap motivasi berhenti merokok pada remaja. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media audio visual terbukti signifikan dalam meningkatkan motivasi remaja untuk berhenti merokok dengan $p < 0,005$.⁹

Penggunaan pesan media audio bahaya merokok pada perokok dapat mengalokasikan sumber daya kognitif yang dapat memproses secara terus menerus sehingga informasi yang ada dari video tersebut dapat memotivasi seseorang.¹² Media dengan audiovisual sangat tepat jika digunakan untuk menyampaikan pesan. Hal ini terkait teori Edgar dale yang menyatakan bahwa dengan melihat dan mendengar, informasi kemudian akan disimpan pada memori yang disebut memori ikonik (memori visual) dan ekhoik (memori audio), sehingga dengan melihat dan mendengar seseorang akan mengingat 50% dari pesan yang disampaikan.¹³

Menurut Sobry ada beberapa manfaat media audio visual dalam proses belajar mengajar, diantaranya: menarik perhatian siswa, membantu untuk mempercepat pemahaman dalam proses pembelajaran, memperjelas penyajian pesan agar tidak bersifat verbalitas, mengatasi keterbatasan ruangan, pembelajaran lebih komunikatif, waktu pembelajaran bisa di kondisikan, menghilangkan kebosanan siswa dalam belajar, meningkatkan motivasi siswa dalam belajar, melayani gaya belajar siswa yang beraneka ragam, meningkatkan kadar keaktifan/keterlibatan siswa dalam kegiatan pembelajaran.¹³

Beberapa faktor yang mempengaruhi signifikansi hasil pada kelompok intervensi adalah data *pre test* menunjukkan mayoritas responden memiliki motivasi berhenti merokok yang (53,8%). Keinginan yang kuat dari individu untuk berhenti merokok sangat menentukan keaktifan individu dalam proses perubahan dirinya. Setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media audio visual, dari 26 responden terdapat 8 yang mengatakan setelah melihat dan mendengarkan isi video muncul keinginan berhenti merokok. Hal ini didukung penelitian Haryoko yang menyebutkan dengan media audio visual seseorang dapat lebih interaktif sehingga memungkinkan terjadinya *two way traffic* yang memunculkan responden tertarik untuk melihat media audio visual dan berdampak pada meningkatnya motivasi berhenti merokok.¹⁴

Tingginya keaktifan responden dapat disebabkan juga oleh tampilan dari audio visual. Video dengan materi berwarna dengan materi yang terkandung didalamnya dapat lebih cepat dihayati sehingga seseorang cenderung lebih tertarik dalam penggunaan.¹² Aspek dukungan motivasi salah satunya dukungan informasi (*informational support*) meliputi penjelasan, nasehat serta saran. Pemberian edukasi yang baik adalah dalam rentang 15 menit hingga 30 menit dan dilakukan secara rutin dengan materi baru dan cara penyampaian yang berbeda agar tidak menimbulkan kejenuhan.¹⁵

Penggunaan alat pendukung juga menjadi salah satu daya tarik informasi yang disampaikan edukator. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan laptop sebagai alat bantu untuk memutar video kepada responden, hal ini menjadikan responden lebih tertarik untuk memperhatikan. Alat ini berupa membantu tenaga kesehatan menyampaikan informasi secara efektif dan jelas pada saat mengedukasi pasien. Pendekatan multimedia selama proses belajar dapat membantu pasien untuk menguasai informasi dengan lebih efektif.¹⁶ Hal ini juga didukung penelitian Saleh yang menyebutkan film merupakan media yang efektif sebagai media promosi kesehatan bagi masyarakat. Peserta penyuluhan memperoleh pengetahuan yang lengkap, jelas, dan berujung pada peningkatan sikap dan menumbuhkan motivasi.¹⁰

Hal berbeda diperoleh dari kelompok kontrol yaitu hasil uji wicoxon menghasilkan nilai $p = 0,07$, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan motivasi berhenti merokok yang bermakna pada pengukuran motivasi kelompok kontrol. Pemberian leaflet merupakan bentuk penyampaian informasi atau

pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasinya, leaflet hanya tercantum secara umum tentang rokok dan pencegahannya. Menurut Nursalam pemberian pendidikan kesehatan dengan cara melihat saja, maka daya tangkap peserta hanya 30%.⁸ Hal ini dapat menjadi salah satu faktor tidak terjadinya peningkatan motivasi yang signifikan pada pendidikan kesehatan dengan media cetak berupa leaflet.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian didapatkan adanya pengaruh media audio visual terhadap motivasi berhenti merokok pada mahasiswa Akper Kesdam IV/Diponegoro Semarang angkatan 2017. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya perlu melakukan uji homogenitas responden pada ke dua kelompok sebelum dilakukan perlakuan dan mempersempit kriteria inklusi seperti menetapkan faktor eksternal yang mempengaruhi motivasi responden.

DAFTAR PUSTAKA

1. Lina, Yessi Ika April, dkk. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Audiovisual terhadap Sikap Pengendalian Merokok pada Remaja di SMP PGRI Kecamatan Ambulu Kabupaten Jember. Jember: Universitas Muhammadiyah Jember.2014.
2. Kemenkes, RI. Melindungi Generasi Bangsa dari Iklan, Promosi dan Sponsor Rokok, Menkes Luncurkan Peraturan Pencantuman Peringatan dan Informasi Kesehatan pada Kemasan Rokok.2013.
3. World Health Organization. WHO report on the global tobacco epidemic warning about the dangers of tobacco.Geneva 27 Switzerland.2011.
4. Yusnia Ita. Meningkatkan Sikap Tidak Merokok Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Model PBL. Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling.2015; 1, No. 2.
5. Putri. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Rokok Quantitative Assessment.Public Health.2010;11, 685-700
6. Kumboyono. Analisis Faktor Penghambat Motivasi Berhenti Merokok Berdasarkan Health Belief Model Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Brawijaya Malang.Jurnal Keperawatan Soedirman. 2011;Volume 6, No.1.
7. Primavera.Pengaruh Media Audio Visual terhadap hasil belajar siswa kelas XI pada konsep elastisitas. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan IPA FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. 2014.
8. Nursalam & Efendi,F. Pendidikan dalam Keperawatan. Jakarta:Salemba Medika;2009.
9. Setyo AN. Perbedaan Pengaruh Penyuluhan Kesehatan antara Menggunakan Media Audio Visual dengan Media Cetak terhadap Peningkatan Motivasi Berhenti Merokok pada Remaja. Universitas Brawijaya Malang;2011.
10. Saleh, R Yudi Rahman.Film yang Efektif sebagai Media Promosi Kesehatan bagi Masyarakat. Bandung: Universitas Padjajaran;2016.
11. Amelia, A. Gambaran Prilaku Merokok pada Remaja Laki-Laki. Fakultas Psikologi, Universitas Sumatra Utara, Medan;2009.
12. Lee, Cappella. (2013). Antismoking Messages: Examining Resource Allocation to Message Processing as a Function of Smoking Cues and Argument Strength. Media Psychol.2013; 16(2): 154–176.
13. Daryanto MR. Model Pembelajaran Inovatif. Yogyakarta: Gava Media;2012.
14. Haryoko. Efektivitas Pemanfaatan Media Audio-Visual Sebagai Alternatif Optimalisasi Model Pembelajaran;2009.
15. Buczkowski, Krzysztof. (2014). Motivations toward Smoking Cessation, Reasons for Relapse, and Modes of Quitting: Results from a Qualitative Study among Former and Current Smokers.Dove Medical Press Patient Preference and Adherence:2014;8 1353–1363.
16. Bastable SB. *Essentials of patient education*. Subdubury: Jonesy & Bartlett Learning;2006.