

**Efektivitas Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan,
Sikap, Dan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi Pada Siswi
SMP Di Kota Tangerang Tahun 2023**

Dita Asena¹, Rita Ramayulis², Lukman Waris³

^{1,2,3}Program Studi Magister Kesmas Faletahan

Email: ditaacen@gmail.com¹, ritaramayulis04@gmail.com², daengewa@yahoo.com³

ABSTRAK

Manajemen kebersihan menstruasi adalah praktik mengelola kebersihan dan kesehatan selama menstruasi dengan benar dan bersih. Media audio visual merupakan media berisikan pesan yang edukatif, terdapat gambar dan juga suara. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi dengan media audio visual tentang manajemen kebersihan menstruasi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja. Sebanyak 162 remaja perempuan berpartisipasi dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kontrol. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain experimental (pre test post test control group). Variabel Independen adalah Pengetahuan, sikap, dan perilaku. Sedangkan variabel dependen adalah media audio visual. Jumlah sampel sebanyak 162 orang dipilih dengan cara cluster random sampling pada siswi kelas VII. Alat pengumpulan data dengan kuesioner pre test dan post test. Uji wilcoxon dan mann whitney digunakan dalam analisis data. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap tertinggi terjadi pada kelompok intervensi pada post test ketiga. Sedangkan hasil uji mann whitney menunjukkan bahwa media audio visual efektif terhadap peningkatan pengetahuan ($p=0,000$), sikap ($p=0,000$), dan perilaku ($p=0,000$). Disimpulkan bahwa media audio visual tentang manajemen kebersihan menstruasi efektif memberikan peningkatan pada pengetahuan, sikap, dan perilaku siswi SMP di Kota Tangerang Tahun 2023.

Kata Kunci: Audio Visual, Menstruasi, Pengetahuan, Sikap, Perilaku.

ABSTRACT

Menstrual hygiene management is the practice of managing hygiene and health during menstruation correctly and cleanly. Audio visual media is media containing educational messages, including images and sound. This study aims to evaluate the effectiveness of interventions using audio-visual media regarding menstrual hygiene management to increase adolescent knowledge, attitudes and

behavior. A total of 162 female adolescents participated in this study divided into two groups, namely the intervention and control groups. The type of research is quantitative with an experimental design (pre test post test control group). Independent variables are knowledge, attitudes and behavior. Meanwhile, the dependent variable is audio-visual media. The total sample of 162 people was selected using cluster random sampling from class VII female students. Data collection tools with pre test and post test questionnaires. Wilcoxon and Mann Whitney tests were used in data analysis. The Wilcoxon test results showed that the highest increase in knowledge and attitudes occurred in the intervention group in the third post test. Meanwhile, the results of the Mann Whitney test show that audio-visual media is effective in increasing knowledge ($p=0.000$), attitudes ($p=0.000$), and behavior ($p=0.000$). It was concluded that audio visual media about menstrual hygiene management was effective in providing an increase in the knowledge, attitudes and behavior of junior high school students in Tangerang City in 2023.

Keywords: *Audio Visual, Menstruation, Knowledge, Attitude, Behavior.*

LATAR BELAKANG

Berdasarkan hasil RISKESDAS oleh Kementerian Kesehatan RI (2018) menunjukkan bahwa berdasarkan data dari responden, usia menarche pertama di Indonesia adalah 13 tahun (20%) dan paling sering terjadi pada usia kurang dari 9 tahun. Rata-rata usia menarche secara nasional adalah 13–14 tahun atau 37,5% , dan ada juga beberapa anak yang mengalami menstruasi pertama mereka pada usia 8 tahun. Namun, jumlah ini sangat kecil. Dari 67 negara, Indonesia menempati urutan ke-15 dengan penurunan usia menarche 0,145 tahun per tahun.

Organisasi Eksplorasi SMERU, bekerja sama dengan Plan Worldwide Indonesia, mengarahkan konsentrasi pada praktik dan dampak dewan kebersihan kewanitaan di tingkat sekolah dasar dan sekolah menengah pertama (SMP), serta menilai kebersihan kewanitaan para pelaksana program Plan telah dilaksanakan mulai sekitar tahun 2014. Di semua daerah terdapat kualitas/fantasi sosial yang mungkin dapat memberdayakan kebersihan perempuan yang buruk yang dilatih oleh para eksekutif. Di tingkat sekolah, bantuan di kantor saja tidak cukup. Sementara itu, pengetahuan siswa, latihan dan kebersihan kewanitaan kemampuan dewan masih rendah. Program ini mendapat reaksi positif namun dampaknya terhadap praktik kebersihan kewanitaan kurang berhasil, khususnya di DKI Jakarta dan NTB, karena jangkauan sosialisasi yang terbatas. Program ini harus tetap berjalan dalam jangka waktu yang lama, namun dengan upaya yang terus berjalan, misalnya upaya yang lebih serius, mendalam dan lebih gencar memperluas pemahaman berbagai kalangan, khususnya siswa perempuan dan laki-laki, mengenai isu-isu kewanitaan dan manajemen kebersihan menstruasi. (Hastuti dkk., 2019).

Banyak wanita dan anak perempuan di seluruh dunia menghadapi kesulitan untuk mengontrol menstruasi mereka. Ketidakmampuan wanita dan anak perempuan untuk

memenuhi kebutuhan kebersihan saat menstruasi berdampak pada kebersihan, kesehatan, dan kesejahteraan secara keseluruhan, dan pada akhirnya dapat berdampak pada kemajuan pencapaian Sustainable Development Goal (SDG) untuk kesetaraan gender. Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) adalah istilah yang mengacu pada praktik penggunaan bahan bersih untuk menyerap darah menstruasi secara aman, bersih, dengan privasi yang aman, dan sesering yang dibutuhkan selama siklus menstruasi. (John Hopkins, 2017).

Beberapa faktor memengaruhi praktik kebersihan menstruasi remaja perempuan; ini termasuk pengetahuan remaja tentang menstruasi, bantuan orang tua dan guru mereka, sumber informasi yang mereka peroleh, dukungan teman sebaya, dan fasilitas sekolah. yaitu WASH (Water Sanitation, and Hygiene) (Purwanti dkk., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian Unicef tahun 2015, disebutkan bahwa sebagian besar remaja putri menggunakan pembalut bersih sekali pakai dan jarang mengganti pembalutnya. Sebanyak (41%) remaja mengganti pembalut sekali pakai setiap 4 - 8 jam atau setiap kali kotor, sedangkan sisanya mengganti pembalut sekali pakai kurang dari dua kali setiap hari. Selain itu, hanya 59% remaja putri yang mencuci tangan baik sebelum maupun sesudah saat mengganti pembalut (Sinaga dkk., 2017).

Metode Pendidikan kesehatan yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan remaja juga bervariasi dengan media pembelajaran yang berbeda dan menarik. Media audiovisual (video) dipilih untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku siswi terhadap manajemen kebersihan menstruasi. Media Audiovisual sangat banyak menggunakan alat indra untuk menerima dan memproses informasi. Keunggulan lainnya media audiovisual berisikan pesan untuk disampaikan dengan mudah untuk dipahami, yang akan berpengaruh terhadap hasil belajar baik pada ranah kognitif, efektif maupun psikomotorik (Rosyidah & Winarni, 2016).

Media umum dapat lebih mengembangkan hasil belajar karena memuat daya kreatif dan memperluas inspirasi belajar siswa. Pemanfaatan media dalam pembelajaran dituntut untuk menggarap hakikat pembelajaran. Media umum mendorong keinginan untuk mengetahui lebih banyak. Media umum tidak hanya memberikan pendekatan pembelajaran yang berhasil dalam waktu yang lebih terbatas, namun apa yang diperoleh melalui media umum lebih lama tersimpan dalam ingatan dan lebih baik tersimpan dalam ingatan. Media umum memudahkan masyarakat untuk menyampaikan dan mendapatkan ilustrasi atau data serta dapat terhindar dari kesan yang salah. Maraknya penggunaan media umum telah mendorong banyak pengujian logis sehubungan dengan tempat dan nilai media umum dalam pendidikan. (Firdaus, 2017).

Menurut penelitian (Elisa dkk., 2022) bahwa media audio visual lebih efektif daripada media flip chart dengan peningkatan rata-rata hasil pretest dan posttest dengan media flipchart 16,7 sedangkan dengan media audio visual 41,49.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang peneliti lakukan dengan wawancara di dua sekolah yaitu SMP Benteng Betawi dan SMP Bina Insani. Informasi yang diperoleh bahwa 8 dari 10 siswa mengatakan jarang mengganti pembalut atau hanya 2-3 kali dalam sehari, 3 dari

10 siswa mengatakan absen pada hari pertama sampai hari kedua menstruasi dikarenakan takut, nyeri perut, dan tidak nyaman, 6 dari 10 siswa sering mengeluh gatal dan iritasi daerah kewanitaan saat menstruasi, dan 5 dari 10 siswa mnegatakan membuang pembalut langsung ketempat sampah tanpa dibungkus terlebih dahulu. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk meneliti efektivitas media audio visual tentang manajemen kebersihan menstruasi terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku pada siswi SMP di Kota Tangerang tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain Eksperimen (experimental design) yaitu membandingkan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol baik sebelum dan sesudah intervensi (pre test-post test control group design). Penelitian ini dilakukan mulai bulan September sampai dengan November 2023 di SMP Bina Insani dan SMP Benteng Betawi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Bina Insani dan SMP Benteng Betawi tahun 2023. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini diambil secara cluster random sampling yaitu Pengambilan sampel secara acak berumpun. Dari populasi di ambil sampel secara cluster random sampling yaitu kelas VII yang ada di SMP Bina insani dan SMP Benteng Betawi dan berdasarkan kriteria inklusi yaitu siswi yang sudah mengalami menstruasi. Penelitian dilakukan selama empat minggu dengan menggunakan kuesioner pre test dan post test. Untuk pengukuran pengetahuan dan sikap dilakukan sebanyak satu kali pretest pada minggu pertama dan 3 kali post test pada setiap minggunya, sedangkan untuk pengukuran perilaku dilakukan satu kali pre test dan satu kali post test di minggu keempat. Adapun intervensi yang diberikan yaitu media audio visual tentang manajemen kebersihan menstruasi. Tahapan penelitian dilakukan dengan cara pengisian kuesioner pre test tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku manajemen kebersihan menstruasi diminggu pertama pada kelompok kontrol dan intervensi. Pada kelompok intervensi setiap minggunya diberikan intervensi dengan media audio visual, yang pertama diberikan setelah dilakukan pre test pada minggu pertama, kemudian pada minggu kedua, ketiga, dan keempat dilakukan pre test ulang dan setelahnya diberikan intervensi kembali. Sedangkan pada kelompok kontrol, tidak diberikan intervensi tetapi siswi mencari informasi secara mandiri, kemudian pada minggu kedua, ketiga, dan keempat dilakukan pre test ulang. Setelah pengukuran selesai pada kelompok kontrol diberikan intervensi media audio visual yang sama diluar dari pengukuran pada penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Data awal, yang dikumpulkan melalui pengisian kuesioner, dikumpulkan dari 200 responden. Namun, karena 38 dari responden belum haid dalam waktu empat minggu setelah intervensi pertama, penelitian ini hanya dilakukan terhadap 162 orang. Data univariat ini terdiri pengetahuan, sikap dan perilaku dari kelompok Intervensi dan kelompok kontrol. Berikut hasil analisis uji statistik univariat:

Tabel 1 Hasil Analisis Uji Statistik Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Variabel	Jumlah	Min-Max	Mean	Median	SD	95% CI Mean
Intervensi						
1. Pre Test						
• Pengetahuan	79	50 -81	69	69	7.353	67.81-71.10
• Sikap	79	43-56	49	50	3.095	48.85-50.23
• Perilaku	79	4 – 13	8	9	2.235	7.99-8.99
2. Post Test I						
• Pengetahuan	79	75-100	91	93	6.448	89.77-92.66
• Sikap	79	47-62	53	54	2.791	52.91-54.16
3. Post Test II						
• Pengetahuan	79	81-100	93	93	6.384	92.31-95.02
• Sikap	79	50-63	55	55	2.898	54.67-55.97
4. Post Test III						
• Pengetahuan	79	81-100	95	100	5.485	94.73-97.19
• Sikap	79	54-64	58	58	2.488	57.60-58.72
• Perilaku	79	12 – 15	14	15	0.765	14.29-1463
Kontrol						
1. Pre Test						
• Pengetahuan	83	50 – 81	69	68	8.120	67.50-71.05
• Sikap	83	43-56	50	51	3.216	49.43-50.90
• Perilaku	83	4-13	9	9	2.446	8.41-9.51
2. Post Test I						
• Pengetahuan	83	56-93	75	75	6.861	73.46-76.53
• Sikap	83	43-56	51	52	2.791	50.61-51.87
3. Post Test II						
• Pengetahuan	83	56-93	78	78	6.553	76.61-79.55
• Sikap	83	44-58	51	51	2.898	51.86-52.50
4. Post Test III						
• Pengetahuan	83	50-93	78	78	5.775	67.80-79.84
• Sikap	83	43-56	51	51	3.038	50.47-51.82
• Perilaku	83	6 – 13	10	10	1.923	9.94-10.81

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa nilai minimum dan maksimum pengetahuan pada kelompok intervensi pre test pengetahuan yaitu sebesar 50 – 81 dan nilai minimum-maksimum tertinggi adalah 81 – 100 pada post test II dan II. Dengan nilai rata-rata pada pre test 69 dan rata-rata tertinggi pada post test III yaitu 95.

Sementara pada kelompok kontrol nilai minimum dan maksimum pre test pengetahuan adalah 50 – 81 dan nilai minimum tertinggi 56 pada post test I dan II, sedangkan nilai maksimum tertinggi 93 pada post test I, II, dan III. Dengan nilai rata-rata pada pre test 69 dan nilai rata-rata tertinggi pada post test II dan III yaitu 93.

Nilai minimum-maksimum kelompok intervensi pre test sikap yaitu sebesar 43 – 56, dan nilai minimum-maksimum tertinggi 55 – 64 pada post test III. Dengan nilai rata-rata pada pre test sikap 49 dan nilai rata-rata tertinggi pada post test III sebesar 58.

Sementara pada kelompok kontrol nilai minimum-maksimum pre test sikap 43 - 56 dan nilai minimum-maksimum tertinggi pada post test II 44 – 58. Dengan nilai rata-rata sikap pada pre test 50 dan pada post test I, II, dan III yaitu 51.

Nilai minimum-maksimum kelompok intervensi pre test perilaku yaitu sebesar 4 – 13, dan nilai minimum-maksimum tertinggi 13 – 15 pada post test III. Dengan nilai rata-rata pada pre test perilaku 8 dan nilai rata-rata tertinggi 15 pada post test III.

Sementara pada kelompok kontrol nilai minimum-maksimum pre test perilaku 4 - 15 dan pada post test 6 -13. Dengan nilai rata-rata perilaku pada pre test 9 dan pada post test 10.

Analisis Bivariat

Karena data berdistribusi tidak normal, uji Wilcoxon digunakan untuk analisis bivariat, yang bertujuan untuk menguji perbedaan antar data berpasangan, mengevaluasi perbedaan antar pengamatan sebelum dan sesudah (before after) perlakuan, dan menentukan efektifitas perlakuan. Kriteria perubahan atau peningkatan adalah nilai $\text{sig} \leq 0,05$.

Tabel 2 Hasil Uji Perbedaan Pengetahuan Pre Test dan Post Test pada siswi SMP di Kota Tangerang

Pengetahuan	N	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Wilcoxon	Nilai-p
Intervensi I	79	0	77	2	-7.70	0.000
Intervensi II	79	0	51	28	-7.60	0.000
Intervensi III	79	0	54	24	-7.34	0.000
Kontrol I	83	26	22	35	-3.24	0.074
Kontrol II	83	18	33	32	-4.69	0.072
Kontrol III	83	18	39	26	-5.01	0.063

Berdasarkan tabel diatas bahwa pada pengukuran pengetahuan kelompok intervensi baik intervensi I, II, maupun III didapatkan nilai $p = 0.000$ dan $\leq 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan nilai pre test dan post test. Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa nilai $p \geq 0,05$ baik pada kontrol I, II, maupun III yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan pada nilai pre test dan post test.

Namun jika dilihat dari kenaikan nilai terbanyak pada intervensi I yaitu 77 orang, orang, dan penurunan terbanyak pada kontrol I yaitu 26 orang.

Tabel 3 Hasil Uji Perbedaan Sikap Pre test dan Post Test pada siswi SMP di Kota Tangerang

Sikap	N	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Wilcoxon	Nilai-p
Intervensi I	79	0	74	5	-7.49	0.000
Intervensi II	79	0	62	17	-6.91	0.000
Intervensi III	79	0	68	11	-6.56	0.000
Kontrol I	83	47	20	16	-3.38	0.060
Kontrol II	83	11	52	20	-4.06	0.033
Kontrol III	83	0	31	52	-4.53	0.012

Berdasarkan tabel diatas bahwa pada pengukuran pengetahuan kelompok intervensi baik intervensi I, II, maupun III didapatkan nilai $p = 0.000$ dan $\leq 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan nilai pre test dan post test. Sedangkan pada kelompok kontrol hanya pada kontrol II dan III dimana nilai $p \leq 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan nilai pre test dan post test.

Namun jika dilihat dari kenaikan terbanyak pada intervensi I yaitu 74 orang, nilai yang tetap terbanyak pada kelompok kontrol yaitu 20 orang, dan penurunan nilai terbanyak pada kelompok kontrol yaitu 11 orang.

Tabel 4 Hasil Uji Perbedaan Perilaku Pre Test dan Post Test pada siswi SMP di Kota Tangerang

Perilaku	N	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Wilcoxon	Nilai-p
Intervensi	79	0	79	0	-7.73	0.000
Kontrol	83	0	24	59	-6.16	0.052

Berdasarkan tabel diatas bahwa pada pengukuran pengetahuan kelompok intervensi baik intervensi I, II, maupun III dan juga kelompok kontrol didapatkan nilai $p = 0.000 \leq 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan nilai pre test dan post test. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai $p = 0.052 \geq 0,05$ yang artinya tidak terdapat perbedaan yang signifikan nilai pre test dan post test

Namun kenaikan terbanyak pada kelompok intervensi yaitu 79 orang, dan nilai yang tetap terbanyak pada kelompok kontrol yaitu 59 orang.

Dalam penelitian ini, uji Mann-Whitney bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan antara dua sampel yang berbeda. Uji Mann-Whitney ini adalah alternatif dari uji-t, yang merupakan uji non parametrik. Nilai alpha biasanya adalah 5% (0,05). Dalam penelitian ini digunakan untuk menguji perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi.

Tabel 5 Hasil Uji Perbedaan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Pada siswi SMP di Kota Tangerang

Variabel	Mann Whitney U	Asym. Sig. (2- tailed)	Keterangan
Pengetahuan			
• Pengukuran 1	318.000	0.000	Signifikan
• Pengukuran 2	326.000	0.000	Signifikan
• Pengukuran 3	278.500	0.000	Signifikan
Sikap			
• Pengukuran 1	193.200	0.000	Signifikan
• Pengukuran 2	130.800	0.000	Signifikan
• Pengukuran 3	141.500	0.000	Signifikan
Perilaku	175.000	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas bahwa baik pada pengetahuan, sikap, dan perilaku antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan $p = 0.000$ dan $\leq 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hal ini menandakan bahwa media audio visual ini efektif terhadap peningkatan pengetahuan sikap dan perilaku baik pada pengukuran satu, dua, maupun tiga.

Efektivitas Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan pengetahuan terjadi paling signifikan pada kelompok intervensi dengan menggunakan media audio visual dibandingkan dengan kelompok kontrol tanpa media audio visual atau dengan metode konvensional.

Terdapat peningkatan dari beberapa kali perlakuan yang diberikan pada kelompok intervensi terhadap perubahan pengetahuan tentang manajemen kebersihan menstruasi.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan siswi yang mendapatkan tiga kali perlakuan mengalami peningkatan yang paling signifikan dengan p value 0,000 di bandingkan dengan siswi yang mendapatkan satu atau dua kali perlakuan

Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan pengetahuan siswi pada pengukuran satu, dua, dan tiga selalu mengalami penurunan nilai dengan penurunan tertinggi pada saat pengukuran pertama setelah pre test dan peningkatan nilai tertinggi pada saat pengukuran ketiga setelah pre test dengan perolehan nilai p value 0.074 pada pengukuran satu, artinya dengan beberapa kali diberikannya post test dan tanpa intervensi tidak meningkatkan pengetahuan siswi secara signifikan. Hal ini disebabkan karena pada kelompok kontrol tidak diberikan media audio visual dan mereka hanya memperoleh informasi secara mandiri, faktor

lainnya yang menyebabkan terjadinya banyak penurunan nilai bisa juga disebabkan karena pada saat penelitian siswi hanya asal menjawab dan jawaban pada saat pengukuran selanjutnya juga tidak konsisten karena minimnya informasi yang mereka dapatkan atau bahkan tidak mencari informasi. Sedangkan peningkatan nilai terjadi bisa karena dengan diberikannya post test berkali-kali pengetahuan siswi menjadi terlatih dan mendorong mereka untuk mencari informasi sebagai bahan evaluasi mereka.

Hal ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa tingkat pengetahuan santri putri tentang personal hygiene menstruasi sebelum intervensi media audio visual sebanyak 51,4% (18 orang) dan meningkat menjadi 65,7% (23 orang) setelah intervensi. (Urrahmah et al. 2019)

Daya ingat siswi semakin meningkat jika semakin sering diberikan perlakuan dengan media audio visual. Hal ini karena secara umum media mampu menggerakkan indera pendengaran dan indera penglihatan sekitar 75-87% dalam mengarahkan data ke otak. Mengingat piramida keterlibatan Edgar Dale dalam media umum, juga diungkapkan bahwa setengah dari individu memperoleh manfaat dari apa yang dilihat dan didengarnya. (Aeni & Yuhandini, 2018).

Efektivitas Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Sikap

Selain peningkatan dalam tingkat pengetahuan, hasil penelitian juga menunjukkan adanya peningkatan yang lebih signifikan dengan *p-value* 0,000, terjadi perubahan sikap yang positif pada siswi terkait manajemen kebersihan menstruasi pada kelompok intervensi, dibandingkan peningkatan terhadap perubahan sikap pada kelompok control.

Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan sikap siswi pada pengukuran satu dan dua selalu mengalami penurunan nilai dengan penurunan tertinggi pada saat pengukuran pertama setelah pre test dan peningkatan nilai tertinggi pada saat pengukuran kedua setelah pre test dengan perolehan nilai $p = 0.060$, artinya dengan beberapa kali diberikannya post test dan tanpa intervensi tidak meningkatkan sikap positif siswi secara signifikan.

Selain itu sikap cenderung sulit dirubah dibandingkan pengetahuan karena adanya kepercayaan yang tertanam pada diri seseorang. Menurut Notoadmodjo (2002) dalam Rajaratenam et al. (2014) Manifestasi sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat langsung ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup.

Ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa sikap santri putri terhadap personal hygiene menstruasi berubah: sebanyak 54,3% (19 orang) memiliki sikap positif sebelum intervensi menggunakan media audio visual, sedangkan setelah intervensi, sikap santri putri menjadi lebih positif menjadi 60,0% (21 orang). (Urrahmah et al. 2019)

Menurut Azwar (2013) dalam Sukesih et al. (2020) menyebutkan struktur sikap terdiri dari tiga komponen yang saling mendukung yaitu : Komponen Kognitif, Komponen Afektif, Komponen Prilaku/ Konatif. Komponen-komponen sikap tersebut sangat mendukung pembentukan sikap individu dalam kesehariannya. Tetapi, terdapat beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi sikap seseorang, antara lain: Pengalaman pribadi, Pengaruh orang lain

yang dianggap penting, Pengaruh kebudayaan, Media massa, Lembaga pendidikan dan lembaga agama, dan factor emosional

Efektivitas Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Perilaku

Temuan penelitian menunjukkan terjadi perubahan yang signifikan dalam perilaku siswi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Setelah beberapa kali diberikan perlakuan dengan media audio visual. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa siswi cenderung mengalami perubahan yang lebih baik dan meningkat secara lebih signifikan dalam menerapkan praktik-praktik kebersihan menstruasi yang benar dan aman dengan nilai *p-value* 0,000, dibandingkan dengan siswi yang tidak mendapatkan dan mendapatkan perlakuan.

Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai perilaku siswi pada pengukuran post test tidak mengalami penurunan namun didapatkan nilai yang tetap lebih banyak dibandingkan dengan nilai yang meningkat. Dengan perolehan nilai *p value* 0.052 pada pengukuran post test.

Meskipun tidak mengalami penurunan faktor lainnya yang menyebabkan perolehan nilai yang sama lebih besar dibandingkan dengan peningkatan disebabkan karena pada perilaku cenderung sulit dirubah dibandingkan dengan pengetahuan dan sikap, selain itu perilaku merupakan Tindakan yang dilakukan siswi pada saat menstruasi baik pada pre test dan post test siswi cenderung tetap melakukan tindakan yang sama karena minimnya informasi yang mereka dapatkan atau bahkan tidak mencari informasi. Sedangkan peningkatan nilai terjadi bisa karena dengan diberikannya post test berkali-kali pada pengetahuan dan sikap, siswi menjadi terlatih dan mendorong mereka untuk mencari informasi sebagai bahan evaluasi mereka tentang perilaku yang benar pada saat menstruasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan peningkatan dalam perilaku personal hygiene menstruasi. Pada siswi kelas VII SMP Negeri 1 Kokap Kulon Progo yang menerima pendidikan kesehatan dengan media audiovisual, mayoritas berada dalam kategori baik 30 (69,8%) responden, dan setelah pendidikan kesehatan diberikan, mayoritas berada dalam kategori baik 38 (88,4%) responden (Azalea, 2018)

Menurut Hosland, dkk dalam Damayanti dkk., (2017) Pada dasarnya, perubahan perilaku adalah sama dengan proses belajar; yang pertama menggambarkan proses belajar seseorang yang menerima stimulus.

Menurut Notoatmodjo dalam Meidiana dkk., (2018) Tahapan pembentukan perilaku atau perubahan perilaku adalah pengetahuan, sikap, dan praktik. Seseorang harus terlebih dahulu memahami manfaat suatu perilaku sebelum mengadopsinya. Pendidikan kesehatan merangsang individu untuk menyadari pengetahuan tersebut. Setelah seseorang mendapatkan stimulus, mereka kemudian akan melakukan survei/tindakan menuju peningkatan tersebut. Oleh karena itu, indikator sikap dalam Kesehatan sesuai dengan pengetahuan tentang kesehatan. Dapat ditarik kesimpulan bahwa sikap responden akan membaik ketika pendidikan disampaikan melalui media.

KESIMPULAN

Media audio visual efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap manajemen kebersihan menstruasi pada siswi SMP di Kota Tangerang Tahun 2023. Dan dengan diberikannya tiga kali intervensi peningkatan tertinggi pada pengetahuan dan sikap terjadi pada post test ketiga.

Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi manajemen kebersihan menstruasi yang disesuaikan untuk remaja memiliki dampak positif dan signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku mereka. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memberikan kontribusi signifikan dalam upaya lebih luas untuk meningkatkan kesadaran dan mempromosikan manajemen kesehatan reproduksi yang lebih baik di kalangan remaja.

REFERENSI

- Aeni, N., & Yuhandini, D. S. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media video dan metode demonstrasi terhadap pengetahuan sadari. *Jurnal Care*, 6(2), 162–174.
- Azalea, L. N. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Audiovisual Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 1 Kokap Kulon Progo* [Skripsi]. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Damayanti, R., Shaluhayah, Z., & Cahyo, K. (2017). Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu tentang phbs tatanan rumah tangga (asi eksklusif) di kabupaten sambas melalui media leaflet berbahasa daerah. *Jurnal Promosi Promosi Kesehatan Indonesia*, 12(1), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/JPKI.12.1.1-12>
- Elisa, Hanifah, I., Parwati, D., & Jauhar, M. (2022). Audio Visual Media-Based Health Education Increases Knowledge of Menstrual Disorders in Adolescence. *Jendela Nursing Journal*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/10.31983/jnj.v6i1.8368>
- Firdaus, A. (2017). Penerapan Media Audio Visual Pada Hasil Belajar Matematika Materi Operasi Hitung Campuran Kelas IV SD Negeri 02 Doro. *SEMINAR NASIONAL FIP 2016*.
- Hastuti, Dewi, R. K., & Pramana, R. P. (2019). *Studi Kasus tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Siswa SD dan SMP*. Smeru Research Institute.
- John Hopkins. (2017). *Manajemen kebersihan menstruasi*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Meidiana, R., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2018). Pengaruh Edukasi melalui media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja overweight. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 478–484. <https://doi.org/https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.961>
- Purwanti, P., Iswandari, N., & Ulfa, I. (2022). HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMP ALALAK KABUPATEN BARITO KUALA TAHUN 2019. *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars*, 3. <https://doi.org/10.33859/psmumns.v3i1.695>
- Rajaratenam, S. G., Martini, R. D., & Lipoeto, N. I. (2014). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan tindakan pencegahan osteoporosis pada wanita usila di Kelurahan Jati.

- Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(2), 225–228.
<https://doi.org/https://doi.org/10.25077/jka.v3i2.96>
- Rosyidah, I., & Winarni. (2016). Efektifitas Ceramah dan Audio Visual dalam Peningkatan Pengetahuan Dismenorea pada Siswi SMA. *Gaster*, 14(2), 90–99.
<https://doi.org/https://doi.org/10.30787/gaster.v14i2.120>
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y. A., Trisnamiati, A., & Lorita, S. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Universitas Nasional IWWASH Global One.
- Sukesiha, Usman, Budi, S., & Sari, D. N. A. (2020). Pengetahuan dan sikap mahasiswa kesehatan tentang pencegahan COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 258–264. <https://doi.org/https://doi.org/10.26751/jikk.v11i2.835>
- Urrahmah, A., & Jatmika, S. (2019). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Menstruasi Pada Santri Di Pondok Pesantren Al Muna 2 Bantul [Universitas Ahmad Dahlan]. Dalam *Universitas Ahmad Dahlan*.
<https://doi.org/https://api.core.ac.uk/oai/oai:eprints.uad.ac.id:14886>