

Perbedaan Keefektifan Media Pembelajaran Video Dan Leaflet Terhadap Keterampilan Latihan Kemitraan Pada Ibu-ibu Publik Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Rangkasbitung

Afni Yulianti^{1*}, Dina Sri Mawaddah²

¹Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banten, Serang, Indonesia

²Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banten, Serang, Indonesai

ABSTRACT

World Health Organization menyatakan bahwa angka kematian ibu (AKI) di negara berkembang masih tinggi yaitu 500 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) di negara berkembang, jumlah kematian ibu selama kehamilan, persalinan dan masa nifas pada tahun 2009 sebanyak 2650 orang. Pada tahun 2012 di Provinsi Banten jumlah kematian ibu sebanyak 90 orang, dimana jumlah tertinggi terdapat di Kabupaten Serang sebanyak 28 orang sedangkan di Kabupaten Lebak sendiri sebanyak 12 orang dengan kasus komplikasi nifas terbanyak.. Salah satu komplikasi pada masa nifas adalah proses involusi yang tidak berjalan dengan baik yang disebut sub involusi yang akan menyebabkan perdarahan dan kematian ibu.. Cara untuk menurunkan angka kesakitan pada masa nifas selain dengan mobilisasi dini, salah satu cara untuk mempercepat involusi uteri adalah dengan melakukan senam nifas yang bertujuan untuk merangsang otot-otot rahim agar berfungsi secara optimal sehingga diharapkan tidak terjadi perdarahan nifas dan kembalinya rahim. ke posisi aslinya. Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan keefektifan media pembelajaran video dan leaflet terhadap keterampilan senam nifas pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Mandala Rangkasbitung. Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan desain eksperimen dengan desain *post test only with control group design*. Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan purposive sampling sebanyak 30 ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi. Instrumen penelitian kuantitatif dan menggunakan checklist/checklist dengan analisis menggunakan *independent sample T test* untuk mengetahui apakah ada perbedaan keefektifan media pembelajaran video dan leaflet terhadap keterampilan senam nifas.

*Corresponding Author:

Afni Yulianti

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Banten, Indonesia

Email: bidanafnie@gmail.com

Latar Belakang

Masa nifas adalah masa enam minggu sejak bayi lahir sampai organ-organ reproduksi kembali ke keadaan normal sebelum hamil (Bobak, Lowdermilk, & Jensen, 2004, hlm.492). Banyak perubahan-perubahan anatomi dan fisiologi pada ibu masa nifas, misalnya serviks uteri, vagina, perineum, organ otot panggul, dan uterus (Maryunani, 2009, hlm.5-14). World Health Organization menyebutkan bahwa angka kematian ibu (AKI) di negara berkembang masih tinggi 500 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) dinegara berkembang bahwa jumlah kematian ibu dalam masa kehamilan, persalinan, dan masa nifas tahun 2009 sebanyak 2650 orang (WHO, 2009). Diperkirakan 60% kematian ibu terjadi setelah kehamilan dan 50% kematian masa nifas terjadi dalam 24 jam pertama, dimana penyebab utamanya adalah perdarahan pasca persalinan. Berdasarkan penyebab terjadi perdarahan adalah atonia uteri (50-60%), retensio plasenta (16-17%), sisa plasenta (23-24%), laserasi jalan lahir (4-5%), kelainan darah (0,5- 0,8%). Faktor predisposisi terjadinya atonia uteri adalah uterus tidak berkontraksi, lembek, terlalu regang dan besar, kelainan pada uterus seperti mioma uteri dan solusio plasenta. Pada tahun 2012 di Provinsi Banten, jumlah kematian ibu sebanyak 90 orang, dimana jumlah tertinggi adalah di Kabupaten Serang sebanyak 28 orang sedangkan di Kabupaten Lebak

sendiri sebanyak 12 orang dengan kasus terbanyak yaitu komplikasi nifas. Salah satu komplikasi nifas adalah proses involusi yang tidak berjalan dengan baik, yang disebut sub involusi yang akan menyebabkan perdarahan dan kematian ibu (Dinkes, 2015).

Cara untuk menurunkan angka morbiditas pada masa post partum selain mobilisasi dini salah satu cara untuk mempercepat involusi uterus yaitu dengan melakukan senam nifas yang bertujuan merangsang otot-otot rahim agar berfungsi secara optimal sehingga diharapkan tidak terjadi perdarahan post partum dan mengembalikan rahim pada posisi semula. Manfaat senam nifas adalah memulihkan kembali kekuatan otot dasar panggul, mengencangkan otot-otot dinding perut dan perineum, membentuk sikap tubuh yang baik dan mencegah terjadinya komplikasi. Media pembelajaran dapat meningkatkan kualitas proses pembelajaran yang pada akhirnya diharapkan dapat mempertinggi hasil belajar yang dicapai oleh peserta didik. Peningkatan proses dan hasil belajar merupakan tingkat berfikir peserta didik atau manusia mengikuti tahap perkembangan yang diawali dengan berfikir kongkret menuju berfikir abstrak, dari berfikir sederhana menuju pemikiran yang kompleks (Daryanto, 2010).

Bahan dan Metode

Jenis penelitian ini menggunakan desain eksperimental dengan rancangan *post test only with kontrol group design*. Pelaksanaan penelitian terdiri dari tiga tahap, pertama dilakukan survey kepada ibu nifas terkait proses pembelajaran senam nifas, kedua secara paralel pada ibu nifas dikenalkan dan dilatih keterampilan melakukan senam nifas baik menggunakan video maupun LCD Proyektor selama 3 minggu. Tahap ketiga dilakukan evaluasi keterampilan ibu nifas baik pada kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol. Penilaian keterampilan dilakukan oleh dosen dengan *blinded examination* yaitu dosen yang memberikan penilaian tidak mengetahui responden yang dinilai termasuk dalam kelompok perlakuan atau kelompok kontrol.

Hasil

Tabel 1. Distribusi frekuensi umur responden

Umur responden	Kelompok Video	Kelompok Slide
19	1	2
20	2	0
21	0	2
24	2	5
25	2	0
26	0	2
27	0	1
28	1	0
30	0	2
31	2	0
32	0	1
33	2	0
36	2	0
40	1	0
Jumlah	15	15

Dari tabel 1 diperoleh informasi rentang usia responden 19 - 40 tahun. Pada kelompok slide paling banyak responden pada usia 24 tahun yaitu 5 orang.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Jumlah paritas responden

	Paritas		Jumlah
	Primipara	Multipara	
Kelompok Video	1 6,7%	14 93,3%	15 100%
Kelompok Slide	7 46,7%	8 53,3%	15 100%

Berdasarkan tabel 2, pada kelompok Video maupun slide paling banyak paritas dengan multipara yaitu 14(93,3%) dan 8(53,3%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi Riwayat persalinan

	Riwayat Persalinan		Jumlah
	Normal	Caesar	
Kelompok Video	14	1	15
	93,3%	6,7%	100%
Kelompok Slide	13	2	15
	86,7%	13,3%	100%

Berdasarkan tabel 3, Riwayat persalinan sebagian besar melahirkan dengan persalinan normal baik pada kelompok video yaitu 14 (93,3%) maupun kelompok slide yaitu 13(86,7%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan responden

	Riwayat Pendidikan			Jumlah
	SD	SMP	SMA	
Kelompok Video	7	6	2	15
	46,7%	40%	13,3	100%
Kelompok Slide	5	5	5	15
	33,3%	33,3%	33,3%	100%

Berdasarkan tabel 4, pada kelompok Video paling banyak pendidikan SD sebesar 7 (46,7%) dan pada kelompok slide terbagi rata pada pendidikan SD, SMP, SMA sebesar 5(33,3%)

Tabel 5. Distribusi frekuensi status pekerjaan

	Status Pekerjaan		Jumlah
	Bekerja	Tidak bekerja	
Kelompok Video	0	15	15
	0%	100%	100%
Kelompok Slide	2	13	15
	13,3%	86,7%	100%

Berdasarkan tabel 5, pada kelompok Video seluruh responden tidak bekerja sedangkan pada kelompok slide sebagian kecil responden ada yang bekerja 2(13,3%)

Tabel 6. Distribusi rata-rata Keterampilan melakukan senam nifas menurut pengukuran pertama dan kedua di Wilayah kerja Puskesmas Mandala Rangkasbitung.

Variabel	Mean	SD	SE	p Value	N
Kelompok Slide					
Pre Test	53,47	9,84	2,54	0,000	15
Post Test	82,93	11,67	3,01		
Kelompok Video					15
Pre Test				0,000	
Post Test	52,13	8,82	2,27		
	88,13	7,53	1,94		

Berdasarkan uji perbedaan rata-rata pretest-posttest diketahui bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara sebelum dan sesudah penggunaan media Slide dan video terhadap Keterampilan melakukan Senam Nifas.

Rata – rata Keterampilan melakukan Senam Nifas pada pengukuran pertama penggunaan media video adalah 52,13 dengan standar deviasi 8,82. Pada pengukuran kedua didapat rata – rata Keterampilan melakukan Senam Nifas menggunakan media video adalah 88,13 dengan standar deviasi 7,53. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 36 dengan standar deviasi 12,1 hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,000$, signifikansi masing-masing variabel dan kelompok yang kurang dari 0,05 (sig. < 0,05), maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara Keterampilan melakukan Senam Nifas pengukuran pertama dengan yang kedua.

Media Video dapat dinilai lebih efektif dari pada slide dinilai dari besarnya nilai mean, nilai mean perbedaan antara pre test dan post test kelompok slide adalah 29,4 dan nilai mean perbedaan antara pre test dan post test pada kelompok video adalah 36. Karena nilai mean kelompok video lebih besar maka dapat disimpulkan media video lebih efektif dari pada media slide.

Pembahasan

Penelitian dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Mandala Rangkasbitung setelah dilakukan intervensi selama 2 minggu, kedua kelompok baik kelompok kontrol dan juga kelompok perlakuan menunjukkan kenaikan pada nilai post test. nilai rata-rata pre test pada kelompok slide adalah 53,47 sedangkan nilai rata-rata post test nya adalah 82,93 dan nilai rata-rata pre test pada kelompok video adalah 52,13 sedangkan nilai post test adalah 88,13.

Kenaikan rata-rata pada kelompok control antara pre dan post test adalah 29,4 sedangkan kenaikan rata-rata pada kelompok perlakuan antara pre dan post test adalah 36. Hal ini menunjukkan hasil pada kelompok media video lebih tinggi dari pada media slide.

Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator melalui media elektronik (TV, komputer, film, Video Film, CD, VCD dan sebagainya) sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya dan pada akhirnya diharapkan dapat merubah perilaku kearah yang lebih baik atau positif terhadap kesehatan.

Secara umum pengetahuan responden dipengaruhi oleh proses belajar dimana media yang digunakan dalam pembelajaran memberikan efek yang berbeda bagi responden sesuai dengan pengalaman, sehingga mereka lebih mudah memahaminya.

Pada umumnya pengetahuan dimulai dari pengalaman dan informasi yang disampaikan oleh guru, orang tua, teman, buku dan media massa. Penelitian Hamida (2012) yang menyatakan bahwa media dalam proses pembelajaran akan menyebabkan proses pembelajaran menjadi lebih menarik perhatian sehingga dapat mudah dipahami dan menyebabkan sasaran tidak cepat bosan.

Media video dapat meningkatkan keterampilan melakukan senam nifas karena responden mendapatkan pengalaman baru yang mereka dapatkan di dalam video terutama tentang senam nifas, karena media video mengandalkan pendengaran dan penglihatan dari sasaran, dimana penggunaan audiovisual melibatkan semua alat indera, sehingga semakin banyak alat indera yang terlibat untuk menerima dan mengolah informasi semakin besar kemungkinan isi informasi tersebut dapat di mengerti dan dipertahankan dalam ingatan dengan efektif gambar yang bergerak dan efek suara dapat memudahkan sasaran memahami isi informasi sehingga dapat menambah pengetahuan.

Media video juga lebih fleksibel dalam memberikan penjelasan mengenai konsep materi dan detail keterampilan tertentu karena video biasanya langsung menggambarkan informasi melalui ilustrasi. Selain itu media video juga bisa menghadirkan narasumber yang memang mengerti tentang materi dan keterampilan tertentu sehingga penjelasan dari narasumber bisa langsung dipahami oleh audiens. Penjelasan yang disajikan di video lebih berisi dan lengkap dibanding pada Slide mengingat pada Slide terdapat keterbatasan ruang dan banyaknya gambar yang membuat teks/tulisan menjadi lebih sedikit. Secara keseluruhan media video bisa memberikan pengalaman belajar yang lebih baik daripada media Slide .

Hasil penelitian didapat bahwa penggunaan media video lebih efektif diterapkan pada ibu nifas sebagai media pendidikan kesehatan dibandingkan dengan media slide. Hal ini disebabkan karena pembelajaran lebih mudah diikuti sesuai instruksi atau keinginan pelatih.

Media Slide dan media video merupakan salah satu sarana yang dapat digunakan untuk memperjelas suatu materi dimana kedua media tersebut mempunyai kelebihan dan kekurangan masing-masing dalam menstimulasi indra responden, dimana kelebihan dan kekurangan media Slide yaitu dapat digunakan sebagai bahan diskusi, kemasannya berisi gambar serta tulisan, bila diperlukan dapat di cetak ulang, dapat disimpan sehingga dapat dibaca berulang-ulang, sedangkan kekurangannya yaitu dapat menimbulkan kebosanan dan persepsi yang berbeda-beda, jika salah dalam mendesain maka Slide tidak akan menarik untuk dibaca.

Kelebihan dan kekurangan media video yaitu pesan yang disampaikan cepat dan mudah di ingat, terdapat gambar serta suara, dapat digunakan untuk kelompok kecil dan besar, sangat baik untuk menjelaskan suatu proses/keterampilan, sedangkan kekurangannya yaitu sukar untuk direvisi jika terjadi kesalahan, relatif mahal, pada saat ditayangkan gambar akan bergerak terus sehingga tidak semua orang dapat memahami pesan yang disampaikan, video yang tersedia tidak selalu sesuai dengan kebutuhan belajar yang diinginkan.

Umur, riwayat persalinan, pekerjaan, riwayat pendidikan bisa saja mempengaruhi responden dalam pembelajaran sehingga harus dipikirkan dalam penyampaian media pembelajaran, jadi harus disesuaikan dengan karakteristik responden.

Keterbatasan pada penelitian ini adalah tidak semua ibu nifas memiliki handphone android sehingga handphone yang digunakan untuk belajar adalah keluarga responden yang belum tentu dapat digunakan sesuai kebutuhan ibu nifas pada saat ingin belajar.

Kesimpulan

Berdasarkan uji perbedaan rata-rata pretest-posttest diketahui bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara sebelum dan sesudah penggunaan media Slide dan video terhadap Keterampilan melakukan Senam Nifas. Rata-rata Keterampilan melakukan Senam Nifas pada pengukuran pertama penggunaan media video adalah 52,13 dengan standar deviasi 8,82. Pada pengukuran kedua didapat rata-rata Keterampilan melakukan Senam Nifas menggunakan media video adalah 88,13 dengan standar deviasi 7,53. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 36 dengan standar deviasi 12,1 hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,000$, signifikansi masing-masing variabel dan kelompok yang kurang dari 0,05 ($\text{sig.} < 0,05$), maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara Keterampilan melakukan Senam Nifas pengukuran pertama dengan yang kedua. Media Video dapat dinilai lebih efektif dari pada slide dinilai dari besarnya nilai mean, nilai mean perbedaan antara pre test dan post test kelompok slide adalah 29,4 dan nilai mean perbedaan antara pre test

Etik

Penelitian ini tidak memerlukan persetujuan ethical clearance

Konflik Kepentingan

Semua penulis tidak memiliki konflik kepentingan.

Daftar Pustaka

- Ahmad, Mufakir. 2015. *Rumus untuk Menghitung Kebutuhan Kalori*. <http://www.teknikhidup.com/2015/04/cara-menghitung-kebutuhan-kalori-tubuh-perhari.html>. diunduh tanggal 17 April 2017.
- Almatsier, Sunita, 2004. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia.
- Anindita, Putri dkk. 2016. Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Padang: Jurnal Kesehatan Universitas Andalas.
- Anna, Lusia Kus. 2014. *Bagaimana menghitung kalori dari makanan?*. <http://lifestyle.kompas.com/read/2014/08/13/095356123/Bagaimana.Menghitung.Kalori.dari.Makanan>. diunduh tanggal 17 April 2017.
- Bobak, Lowdermilk. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* (Edisi 4). Jakarta : EGC.
- Danis, Difa. 2007. *Kamus istilah kedokteran*. Jakarta: Gitamedia Press.
- Depkes. 2012. <http://gizi.depkes.go.id/kategori/download/pedoman-gizi>
- FAO/WHO/UNU. 2001. *Human Energy Requirement*. FAO/WHO/UNU, Rome
- Hawari, Dadang. 2008. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Heffner, L dan Schust, D, 2006. *Sistem Reproduksi*, Edisi 2, Alih Bahasa Vidhia Umami. Jakarta: Erlangga.
- Henderson, C. (2006). *Buku Ajar Konsep Kebidanan (Essential Midwifery)*. Jakarta : EGC.
- Hidayat, A.A. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia (Aplikasi Konsep & Proses Keperawatan) Buku 2*. Jakarta : salemba Medika.
- Kemenkes. 2013. www.depkes.go.id/resources/download/laporan/kinerja/lak-kemenkes-2013.pdf
- Manuaba, Ida Bagus Gede. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetric*. Jakarta. EGC.
- Liu, Yan., Gold, Ellen Barbara., Lasley, Bill., Johnson, Wesley Oscar. 2004. *Factor Affecting Menstrual Cycle Characteristic*. American Journal of Epidemiology.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

- Notoatmodjo,s. 2005. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Oktaria, Salma. (2009). *Stimulasi Perkembangan Anak*.
<http://www.sarihusada.co.id/kalenderanak/kapopup/30> diakses pada tanggal 24-09-2009.
- Pebrina, Melia. 2015. Hubungan Status Gizi dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Siswi Remaja di SMA N 12 Padang.Padang: Jurnal Kesehatan Medika Sainatika Volume 7, Nomor 2.
- Prawirohardjo,S., 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kandungan, Edisi III*. Jakarta : PT Bina Pustaka.
- Rahmawati, Fitri. *Bahan ajar menghitung standar kecukupan gizi*. UNY.
- Riantiningsih, Kristia. 2017. Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di MAN Godean. Yogyakarta : Jurnal Universitas Gadjah Mada.
- Samyunwan. 2013. *Tabel daftar kalori*. <https://samyunwan.com/tabel-daftar-kalori-makanan-dan-minuman/>. diunduh tanggal 17 April 2017.
- Santrock, John W. (2005). *Psychology*. New York: McGraw-Hill
- Smeltzer, Suzanne C dan Brenda G. Bare. 2001. *Keperawatan Medikal Bedah 2, Edisi 8*. Jakarta : EGC.
- Solomon, M. R. (2011). *Consumer Behaviour, Buying, Having And Being*, 9th ed. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Wahyuni, Sri. 2011. Hubungan Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan STIKES Muhammadiyah. Klaten: Jurnal STIKES Muhammadiyah.
- WHO. 2010. <http://www.who.int/blindness/publications/globaldata/en/>
- Wijaya, Delia. 2010. *Pembunuh Ganas Itu Bernama Kanker Serviks*. Yogyakarta : Sinar Kejora.
- Wiknjosastro, H. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wiknjosastro, H. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.