

**EFEKTIFITAS PENGGUNAAN POSTER SEBAGAI MEDIA PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN *SELF CARE MANAGEMENT* PENYAKIT DEGENERATIF SENDI INSAN LANJUT USIA**

***The Effectiveness of Use of Posters as a Health Promotion Media on Self Care Management Knowledge of Degenerative Joint Disease in Elderly***

**Dwi Setiyawati<sup>1</sup>, Arief Hendrawan<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Prodi D3 Fisioterapi STIKES Al Irsyad Al Islamiyyah Cilacap,  
[dwisetiawati78@gmail.com](mailto:dwisetiawati78@gmail.com) ; 085842582023

**ABSTRAK**

Masa pandemi Covid-19 memunculkan kecemasan dan kekhawatiran warga masyarakat untuk berkunjung di fasilitas kesehatan. Perlu upaya untuk tetap memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang kesehatan fisik dan penyakit degeneratif terutama pada masa sekarang ini. Salah satu upaya promotif peningkatan pemahaman kesehatan masyarakat adalah penggunaan media promosi kesehatan. Penggunaan media promosi kesehatan sangat efektif untuk meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat. Masalah pada penelitian ini adalah kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap kesadaran diri pada penyakit degenerasi yang menyerang pada usia lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas penggunaan poster sebagai media promosi kesehatan terhadap pengetahuan *self care management* penyakit degeneratif insan lanjut usia. Metode penelitian yang diterapkan adalah penelitian *Quasi ekperimen* dengan tehnik *purposive sampling*. Desain penelitian adalah *one group pretest -posttest design without control group design*. Penelitian dilaksanakan dari bulan Maret s.d Juli 2020 terhadap 21 orang responden Jamaah Majelis Taqlim Nurul Huda di Desa Menganti Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap. Teknik analisa data menggunakan uji *paired sample t test*. Instrumen menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan sampel. Hasil penelitian didapatkan efektifitas penggunaan poster sebagai media promosi kesehatan terhadap pengetahuan *self care management* penyakit degeneratif sendi insan lanjut usia ( $p=0,0001$ )

**Kata kunci** : poster, pengetahuan, *self care management*

**ABSTRACT**

*The COVID-19 pandemic has created anxiety and concern for the public to visit health facilities. Efforts are needed to continue to provide knowledge to the public about physical health and degenerative disease, especially at this time. One of the promotive effort to increase public health understanding is the use of health promotion media. The use of health promotion media is very effective to increase the level of public knowledge. The problem in this study is the lack of public knowledge about elderly's self-awareness in degenerative diseases This study aims to determine the effectiveness of using posters as a medium for health promotion on knowledge of self care management of degenerative diseases of the elderly. The research method that will be applied is analytical description research with purposive sampling technique. The research design is one group pretest-posttest. The study was conducted from March to July 2020 on 21 respondents from the Nurul Huda Taqlim Assembly in Menganti Village, Kesugihan District, Cilacap Regency. The data analysis technique used paired sample t test. The result showed that the effectiveness of the use of posters as a medium for health promotion on self care management knowledge of degenerative joint disease in elderly people ( $p=0,001$ ).*

**Keyword** : posters, knowledge, *self care management*

## PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan Indonesia ditujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal pada masyarakat. Masalah kesehatan dapat dipengaruhi oleh pola hidup, pola makan, lingkungan kerja, olahraga dan stress.

Perubahan gaya hidup masyarakat menyebabkan peningkatan prevalensi terhadap penyakit degenerative (Allert, 2018). Penyakit degenerative merupakan jenis penyakit kronis. Penyebab secara umum dari penyakit degenerative adalah faktor penuaan (Risky, 2018). Menurut laporan dari WHO, hampir 17 juta orang meninggal lebih awal tiap tahunnya akibat dari penyakit degenerative. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 yang dilakukan di Indonesia juga menyimpulkan bahwa proporsi penyebab kematian tertinggi penyakit degenerative adalah penyakit tidak menular yaitu penyakit kardiovaskular (31,9%), hipertensi (6,8%) dan stroke (15,4%) (Kemenkes RI, 2013). Data dari Riskesdas Jateng (2018) menyebutkan bahwa untuk Kabupaten Cilacap, prevalensi penyakit degenerative hipertensi (12,03%), penyakit sendi (5,54%) dan diabetes mellitus (1,28%).

Beban pembiayaan untuk ketiga jenis penyakit degenerative di atas cukup tinggi. Untuk mengurangi beban pembiayaan tersebut maka peran serta aktif masyarakat sangat diperlukan guna menurunkan angka kejadian penyakit degenerative (Gugus, 2016). Perlu suatu upaya untuk memunculkan kesadaran masyarakat tentang hidup sehat.

Penyakit degenerative merupakan kondisi yang banyak dijumpai di masyarakat desa Menganti. Kondisi penyakit degenerative yang sering dijumpai adalah

hipertensi, penyakit gangguan tulang sendi dan diabetes mellitus. Banyak warga yang belum memahami kondisi penyakit kronis degenerative dan tindakan pengelolaan mandiri penyakit kronis degenerative tersebut.

Masa pandemi Covid-19 memunculkan kecemasan dan kekhawatiran warga masyarakat untuk berkunjung di fasilitas kesehatan (Anonim, 2020, 2021). Perlu upaya untuk tetap memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang kesehatan fisik dan penyakit degeneratif terutama pada masa sekarang ini. Salah satu upaya promotif peningkatan pemahaman kesehatan masyarakat adalah penggunaan media promosi kesehatan.

Permasalahan yang muncul pada penelitian ini adalah rendahnya pengetahuan lansia terhadap self management pada penyakit degenerasi sendi. Hal ini dipengaruhi oleh banyak factor, diantaranya kurangnya sosialisasi tentang penanganan penyakit degenerative pada insan lansia dan kurangnya kesadaran lansia tentang penyakit degenerative.

Penggunaan media promosi kesehatan sangat efektif untuk meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat (Dian & Eti, 2019; Heri et al., 2019; Laksana & Bagas, 2020; Putu et al., 2014). Salah satu tindakan promotive fisioterapi dalam upaya pencegahan dan penanganan keluhan penyakit degeretatif adalah pemberian informasi kesehatan melalui media promosi berupa poster.

Poster merupakan suatu media yang lebih menonjolkan kekuatan pesan, visual, dan warna untuk dapat mempengaruhi perilaku, sikap seseorang dalam melakukan sesuatu. Menurut Sabri (dalam Musfiqon, 2012) poster merupakan penggambaran yang ditunjukkan sebagai pemberitahuan,

peringatan, maupun penggugah selera yang biasanya berisi gambar-gambar. Poster merupakan suatu gambar yang mengkombinasikan unsur-unsur visual seperti garis, gambar dan kata-kata dengan maksud menarik perhatian serta mengkomunikasikan pesan secara singkat (Anitah, 2009).

Menurut (Sumartono & Astuti, 2018), poster memiliki keunggulan diantaranya adalah (1) mempercepat dan mempermudah pemahaman terhadap pesan yang disajikan, (2) dapat dilengkapi dengan warna-warna sehingga lebih menarik, (3) bentuknya sederhana tanpa memerlukan peralatan khusus, (4) pembuatan mudah, (5) biaya murah.

Berdasarkan kondisi di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui efektifitas penggunaan poster sebagai media promosi kesehatan terhadap pengetahuan *Self Care Management* penyakit degeneratif sendi insan lanjut usia.

## METODE

Metode penelitian yang akan diterapkan adalah penelitian *quasi eksperimental* dengan tehnik *purposive sampling*. Desain penelitian adalah *one group pretest -posttest design without control group design*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tingkat pengetahuan pre dan post tes Penelitian dilaksanakan dari bulan Maret s.d Juli 2020 terhadap 21 orang responden Jamaah Majelis Taqlim Nurul Huda di Desa Menganti Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap. Tehnik analisa data menggunakan uji *paired sample t test*.

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin, Pekerjaan, Dan Self Care Management**

Variabel	Jumlah	Presentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	1	4,76
Perempuan	20	95,23
<b>Pekerjaan</b>		
Pensiunan PNS	1	4,76
Ibu RT	10	47,61
Pedagang	6	19,04
Buruh Tani	4	28,57
<b>Self Care Management</b>		
Tahu	3	14,28
Tidak Tahu	18	85,71

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden terdiri dari 1 orang (4,76%) laki-laki dan 20 orang (95,23%) perempuan. Sebagian besar responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga sebanyak 10 orang (47,61%), sebagai pedagang sebanyak 6 orang (19,04%), sebagai buruh tani sebanyak 4 orang (28,57%), dan 1 orang (4,76%) sebagai pensiunan PNS. Sebagian besar responden tidak tahu tentang self care management sebanyak 18 orang (85,71%) dan sebanyak 3 orang (14,28%) tahu tentang self care management.

### 2. Analisis Bivariat

Berdasarkan analisa data didapatkan perubahan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan poster. Media poster bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang *self care management* penyakit degeneratif sendi. Hal ini berdasarkan nilai *posttest* yang lebih besar dari nilai *pretest*.

**Tabel 2 Hasil Pretest-Posttest Tingkat Pengetahuan**

Test	Mean	p-value	% kenaikan
Pre	38,57	0,0001	72,97
Post	52,85		

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa media promosi efektif untuk meningkatkan pengetahuan *self care management* penyakit degeneratif insan lanjut usia ( $p=0,0001$ ). Presentase kenaikan pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan poster sebesar 72,97%.

## PEMBAHASAN

Penyakit degeneratif sendi pada insan lanjut usia merupakan penyakit yang sering dijumpai di masyarakat (Hendrawan & Widyoningsih, 2020). Kondisi penyakit degenerative yang muncul adalah hipertensi, penyakit gangguan tulang sendi dan diabetes mellitus. Banyak warga yang belum memahami kondisi penyakit kronis degenerative dan tindakan pengelolaan mandiri penyakit kronis degenerative tersebut (Hendrawan & Widyoningsih, 2020).

Hal ini dibuktikan dengan rendahnya pengetahuan objek penelitian dari hasil pre test dengan rata-rata 38, 57. Sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan mandiri (*self care management*) penyakit degenerasi sendi maka digunakan media promosi kesehatan.

Media promosi kesehatan yang dipilih untuk peningkatan pengetahuan *self care management* penyakit degeneratif sendi insan lansia adalah poster. Beberapa penelitian menyatakan bahwa poster efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat (Dian & Eti, 2019; Heri et al., 2019; Jumilah et al., 2017; Laksana & Bagas, 2020; Putu et al., 2014). Dalam penelitian ini media poster dipilih karena karakteristik responden penelitian adalah insan lanjut usia. Poster diharapkan dapat

menarik minat lansia dalam mempelajari materi yang disampaikan sehingga materi dapat dipahami dengan mudah.

Menurut (S Notoadmodja, 2007) pendidikan atau promosi kesehatan adalah *behavioral investment* jangka panjang sebagai suatu proses perubahan perilaku pada diri seseorang. Sedangkan dalam waktu jangka pendek pendidikan kesehatan hanya akan menghasilkan perubahan pengetahuan.

Pada penelitian ini, media poster dapat meningkatkan pengetahuan insan lanjut usia. Hal ini dapat dilihat pada penghitungan data statistik dimana didapatkan nilai  $p = 0,0001$ ,  $p < 0,05$ . Presentase kenaikan pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan media poster sebesar 72,97%. Berdasar hal ini dapat dinyatakan bahwa media poster efektif untuk meningkatkan pengetahuan pada responden.

Penggunaan media poster sangat penting dalam promosi kesehatan. Hal ini karena media poster dapat membantu mengatasi permasalahan dalam pemahaman dan penerimaan informasi terutama pada insan lansia.

Penggunaan media poster perlu memperhatikan penggunaan bahasa yang disesuaikan dengan karakteristik responden, animasi gambar, jenis huruf, komposisi warna dan pesan yang akan disampaikan (Laksana & Bagas, 2020; Sumartono & Astuti, 2018). Poster harus dibuat menarik. Hal ini karena sebagian besar informasi yang disampaikan ke otak disalurkan dari mata (75-87%) dan dari indera lain (13 sampai 25%) (Laksana & Bagas, 2020).

## KESIMPULAN

Simpulan yang dapat diambil dari penelitian ini didapatkan efektifitas penggunaan poster sebagai media promosi kesehatan terhadap pengetahuan *self care management* penyakit degeneratif sendi insan lanjut usia.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ketua STIKES Al Irsyad Al Islamiyyah Cilacap, Ketua UPT PPM, Kepada Desa Menganti Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap beserta jajarannya, Jamaah Majelis Taqlim Masjid Nurul Hidayah Desa Menganti Kecamatan Kesugihan yang telah berkenan menjadi responden dalam penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Allert, B. I. N. (2018). *Kena Penyakit Degeneratif Lebih Awal akibat Gaya Hidup Buruk*. alodokter.
- Anitah, S. (2009). *Media Pembelajaran*. Yuma Presindo.
- Anonim. (2020). *Pelayanan Puskesmas Pada Masa Adaptif Kebiasaan Baru Dalam Pandemi Covid-19*. <http://kesehatan.jogjakota.go.id/berita/id/198/pelayanan-puskesmas-pada-masa-adaptasi-kebiasaan-baru-dalam-pandemi-COVID-19/>
- Anonim. (2021). *Tetap Aman Berkunjung di Fasilitas Kesehatan di Era Pandemi Covid-19*. <http://fikes.almaata.ac.id/tetap-aman-berkunjung-ke-fasilitas-kesehatan-di-era-pandemi-covid-19>
- Dian, L. ., & Eti, S. (2019). Efektifitas Media Promosi Kesehatan ASI Perah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Bekerja Untuk Memberikan ASI Eksklusif. *e-journal POLTEKTEGAL*. <https://ejournal/poltektegal.ac.id/index.php/siklus/article/view/1053>.
- Gugus, S. (2016). *DMI Gencarkan Germas Hidup Sehat Berbasis Masjid*. Sultrakini.com.
- Hendrawan, A., & Widyoningsih. (2020). *Gerakan Masyarakat Berbasis Masjid Sebagai Upaya Pengelolaan Mandiri Penyakit Kronik Degeneratif di Desa Menganti Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap Tahun 2020*.
- Heri, Suwarni, L., & Selviana, M. (2019). *Media Booklet Sebagai Media Promosi Kesehatan Peningkatan Pengetahuan dan Self Efficacy Orangtua Memberikan Pendidikan Seksual Remaja*. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JPKMI/article/view/8178/6064>
- Jumilah, J., Jauhari, A. ., & Ridha, A. (2017). Efektifitas Media Poster Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan Gigi (Studi Pada Siswa-Siswi Kelas V SD Negeri Kelurahan Saigon). *Jumantik*, 23(1).
- Kemenkes RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia Di Indonesia*. Kemenkes RI.
- Laksana, D. ., & Bagas, A. . (2020). Efektifitas Media Poster dalam Meningkatkan Pengetahuan Sanitasi Dasar di SDN 01 Wonosoco Undaan Kudus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1).
- Putu, F. ., Ketut, A. I., & Nyoman, I. (2014). Efektifitas Penggunaan Media Cetak dan Media Elektronik Dalam Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Sikap Siswa SD. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 4(1).

Risky, C. S. (2018). *Memahami Penyakit Degeneratif Beserta Jenis-jenisnya*. hellosehat.

S Notoadmodja. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.

Sumartono, & Astuti, H. (2018). Penggunaan Poster Sebagai Media Komunikasi Kesehatan. *Jurnal Komunikologi*, 15(2).