



EDUKASI MELALUI *WHATSAPP* DENGAN MEDIA VIDEO LEBIH EFEKTIF MENINGKATKAN EFIKASI DIRI TERHADAP PHBS

Anton Tiku Tondok^{1*}, Andi Parellangi², Lukman Nulhakim³

^{1,2,3}Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur

Article Information

Article history:

Received March 28, 2023

Approved May 10, 2023

Keywords:

Self-Efficacy, Video Media, Flyers

Kata Kunci:

Efikasi Diri, Media Video, Flyer

ABSTRACT

The pattern of implementing a clean and healthy life is a form of behavior based on awareness as a form of learning so that individuals can help themselves or participate in creating a healthy society. The purpose of this research is to find out the effectiveness of education through whatsapp groups with video and flyers about clean and healthy living behavior on self-efficacy. The research design used was a quasy experiment in the form of a two group pre and post test. The population of all families who have not carried out clean and healthy lifestyle in Tanah Kuning village is 89 heads families. The sampling was purposive sampling off 66 heads families into two groups. The video group's self-efficacy after being given the video mostly had good self-efficacy as many as 15 people (45.5%). In the flyer group after being given the video, most of them had good self-efficacy as many as 19 people (57.6%). The results of the Wilcoxon test were obtained with a p-value = 0.000, which means that there is effectiveness of education through the whatsapp group with flyers about clean and healthy living behavior on self-efficacy in Tanah Kuning Village. With video is more effective than flyers on self-efficacy. Health Center make the provision of information using video media a media choice for officers in increasing the activities of providing information about clean and healthy living behaviors.

ABSTRAK

Pola penerapan hidup bersih dan sehat merupakan bentuk dari perilaku berdasarkan kesadaran sebagai wujud dari pembelajaran agar individu bisa menolong diri sendiri ataupun ikut serta dalam mewujudkan masyarakat yang sehat. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui efektifitas edukasi melalui grup whatsapp dengan media video dan flyer tentang PHBS terhadap efikasi diri. Rancangan penelitian yang digunakan *quasy eksperiment* berbentuk desain *two group pretest and posttest*. populasi seluruh keluarga yang belum melakukan PHBS di Desa Tanah Kuning sebanyak 89 kepala keluarga. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling* sebanyak 66 kepala keluarga terbagi dua kelompok yaitu kelompok media video dan flyer masing – masing 33 orang. Efikasi diri kelompok video sesudah diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik sebanyak 15 orang (45,5%). Pada kelompok flyer sesudah diberikan video

sebagian besar memiliki efikasi diri baik sebanyak 19 orang (57,6%). Diperoleh hasil uji wilcoxon nilai-p=0,000 yang berarti terdapat efektifitas edukasi melalui grup whatsapp dengan media flyer tentang PHBS terhadap efikasi diri di Desa Tanah Kuning. Edukasi video lebih efektif dibandingkan flyer terhadap efikasi diri. Puskesmas dapat menjadikan pemberian informasi dengan media video sebagai pilihan media bagi petugas dalam meningkatkan kegiatan pemberian informasi tentang PHBS.

© 2022 SAINTEKES

*Corresponding author email: tikutondok12@gmail.com

PENDAHULUAN

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat merupakan bentuk perilaku yang dilandasi kesadaran sebagai bentuk pembelajaran agar individu agar dapat membantu dirinya sendiri dalam mengatasi masalah kesehatan atau berpartisipasi dalam mewujudkan masyarakat yang sehat. Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu cara untuk mencoba memberikan pelajaran pengalaman kepada setiap individu, anggota keluarga, kelompok dan masyarakat umum. Pengajaran dapat melalui komunikasi, pelaporan dan pelatihan, seperti: Meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap dan perilaku melalui pendekatan manajemen, memelihara suasana dan menerapkan gerakan *self-efficacy* dalam kelompok masyarakat (Wati & Ridlo, 2020).

Kesadaran penduduk untuk selalu menjaga kesehatan diri dan lingkungan masih lemah. Menurut Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, proporsi rumah tangga yang berperilaku hidup bersih dan sehat di Indonesia sebesar 39,1% (Kemenkes RI, 2018). Dilihat

dari masing-masing indikator komposit PHBS, terdapat lima indikator yang proporsi rumah tangganya melebihi 80%, yaitu kelahiran dengan indikator tenaga kesehatan (92,5%); sumber air bersih (86,8%); buang air besar di jamban (84,6%); pencegahan jentik (81,9%); dan (5) beratnya kurang dari lima (79,8%) Lebih dari separuh rumah tangga memiliki rumah tangga yang tidak merokok di dalam rumah (51,1%) dan mencuci tangan dengan sabun dan air bersih (56,8%). Proporsi rumah tangga dengan PHBS terendah terdapat pada indikator pekerjaan tunggal (42,4%), olahraga harian (27,6%) dan konsumsi buah dan sayur harian (1,4%) (Mubasyiroh et al., 2021).

Penerapan pola hidup sehat di masyarakat memerlukan dukungan hukum melalui kebijakan yang mendukung PHBS di daerah. Sebanyak 12 provinsi mencapai 100%, yaitu Sulawesi Barat, Gorontalo, Kalimantan Tengah, Bali, Banten, DI Yogyakarta, Jawa Tengah, DKI Jakarta, Kepulauan Riau, Kepulauan Bangka Belitung, Lampung, dan Bengkulu. Provinsi dengan persentase terendah adalah Papua

sebesar 6,90%, Papua Barat sebesar 7,69% dan Maluku Utara sebesar 20%. Sementara itu, Kaltim hanya mencapai 90,00% dari 70% target utama strategis tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Informasi Dinas Kesehatan Kabupaten Bulungan tahun 2020 dihimpun dari 18.794 KK yang mendapatkan pengobatan, hanya 9.577 KK yang melakukan perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil survei pendahuluan berdasarkan data tahun 2021, di Desa Tanah Kuning Kabupaten Bulungan terdapat 514 KK dari 603 KK, sehingga 89 KK belum melahirkan. dari PHBS.

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang mengenai kemampuan yang dimilikinya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu tugas tertentu dan mengatasi rintangan yang muncul selama menjalankan tugas tersebut. Hal tersebut juga didukung oleh pendapat dari Bandura tahun 1997 yang menyatakan bahwa efikasi diri dapat digunakan untuk memprediksi perilaku hidup sehat. Efikasi diri yang dimiliki oleh individu berpengaruh pada pemilihan perilaku untuk mengejar tujuan yang diinginkan. Perilaku yang tepat dalam mencapai tujuan yang diinginkan yaitu perilaku hidup bersih dan sehat (Feist & Feist, 2013).

Teori yang dikemukakan Lawrence Green pada tahun 1980 menyebutkan bahwa ada tiga faktor yang masing-masing berpengaruh terhadap pola hidup bersih dan sehat. Ketiga faktor tersebut adalah faktor fasilitator, faktor

pemungkin dan faktor penguat. Faktor yang Diinginkan (*Predisposing Factors*) Faktor ini meliputi aspek pengetahuan dan sikap individu dalam melaksanakan PHBS di masyarakat. Faktor-faktor tersebut membentuk dasar perilaku manusia dan memotivasi seseorang berdasarkan kebiasaan yang sudah mapan, tradisi dan kepercayaan lingkungan, tingkat pendidikan dan tingkat sosial ekonomi. (Wati & Ridlo, 2020).

Yang kedua adalah *trigger*, yaitu agen yang memicu suatu perilaku untuk membantu melakukan suatu tindakan. Faktor ini meliputi ketersediaan alat atau fasilitas kesehatan rumah tangga, misalnya air minum, bertambahnya jumlah rumah sehat, tempat pembuangan sampah, tersedianya MCK di setiap rumah (Wati & Ridlo, 2020). Ketiga adalah faktor penguatan, dimana ini merupakan ekspresi yang tampak dalam bentuk sikap seseorang atau agen, perilaku petugas kesehatan, serta tokoh agama dan masyarakat. Bagian-bagian tersebut dijadikan sebagai model bagi masyarakat dalam melakukan suatu tindakan di lingkungan masyarakat. Misalnya, ada petugas kesehatan yang menasihati atau memberikan informasi tentang PHBS kepada masyarakat sekitar. Tindakan ini umumnya akan menjadi penguatan atau penyemangat bagi masyarakat untuk menerapkan kebiasaan pola hidup sehat. (Wati & Ridlo, 2020).

Di zaman yang serba digital hari ini, media sosial sudah sangat lazim digunakan sebagai media dan pencarian informasi.

WhatsApp pada saat ini menjadi media sosial yang sangat digemari dan lebih banyak diunduh oleh masyarakat Indonesia dibandingkan dengan media sosial lainnya. Berdasarkan data laporan terbaru yang dikeluarkan oleh situs *website* resmi We Are Social (perusahaan media sosial asal Inggris) yang bekerjasama dengan Hootsuite (perusahaan platform media sosial asal Kanada), per Januari 2019 *WhatsApp* di Indonesia mengalahkan posisi media sosial lainnya seperti Facebook (81%), Instagram (80%), Line (59%), Twitter (52%), *Facebook Messenger* (47%), dan *Black Berry Messenger* (38%). *WhatsApp* juga sering kali dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dikarenakan tampilan aplikasinya yang sederhana, mudah digunakan, murah dan efisien (Church & de Oliveira, 2013).

Penggunaan fasilitas pada masyarakat pedesaan turut mengahiasi cara komunikasi atau interaksi sosial. Pertemuan tradisional atau pertemuan tatap muka (*face to face*) telah bertransformasi menjadi pertemuan modern yaitu pertemuan melalui jejaring sosial. Pertemuan modern ini muncul setelah banyak orang modern menggunakan gadget sebagai alat komunikasi. Perkembangan penggunaan gadget sebagai alat komunikasi modern terjadi setelah munculnya aplikasi perpesanan *WhatsApp*. Dengan aplikasi ini, masyarakat pedesaan membuat grup diskusi di dunia maya sesuai dengan kelompok pergaulan tradisional di masa lalu. Grup ini adalah bagian dari grup *WhatsApp* yang membantu bertukar informasi dengan

sangat cepat. Penggunaan *WhatsApp* di pedesaan akhirnya membuat perbedaan (Tutisari et al., 2021).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul, “Bagaimana pengaruh Efektifitas Edukasi Melalui Grup *Whatsapp* Dengan Media Video Dan *Flyer* Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Efikasi Diri Di Desa Tanah Kuning?”. Kemudian menjawab pertanyaan yang peneliti telah rancang maka melalui tujuan secara umum dengan rumusan untuk mengetahui efektifitas edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video dan *flyer* tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap *efikasi* diri di Desa Tanah Kuning.

Kemudian secara khusus penelitian ini untuk mengidentifikasi karakteristik responden yang meliputi umur, jenis kelamin, status perkawinan, pendidikan, pekerjaan, tipe keluarga, jumlah anggota keluarga dan penghasilan keluarga dalam sebulan, kedua Menganalisis efikasi diri di Desa Tanah Kuning sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi melalui grup *WhatsApp* dengan media video tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, ketiga Menganalisis efikasi diri di Desa Tanah Kuning sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi melalui grup *WhatsApp* dengan media *flyer* tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, dan Keempat Menganalisis efektifitas edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video dan *flyer* tentang perilaku

hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di Desa Tanah Kuning.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah cara sistematis untuk memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian (Pinzon & Edi, 2021). Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu berupa *two-group pre and post-test design* yaitu untuk mengevaluasi pengaruh edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video dibandingkan dengan *self-efisien* dan *clean*. Selebaran mengkomunikasikan perilaku hidup sehat di desa Tanah Kuning.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pada Kelompok Video dan Kelompok Flyer di Desa Tanah Kuning Tahun 2022

Karakteristik Responden	Kelompok Video		Kelompok Flyer	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Umur				
Umur 20-30 tahun	11	33,3	19	57,6
Umur 31-40 tahun	11	33,3	7	21,2
Umur 41-50 tahun	10	30,3	6	18,2
Umur 51-60 tahun	1	3,0	1	3,0
Jumlah	33	100,0	33	100,0
Jenis Kelamin				
Laki-Laki	9	27,3	15	45,5
Perempuan	24	72,7	18	54,5
Jumlah	33	100,0	33	100,0
Status Perkawinan				
Belum Kawin	0	0	0	0
Kawin	33	100	33	100
Janda	0	0	0	0
Duda	0	0	0	0
Jumlah	33	100	33	100
Pendidikan				
SD	7	21,2	9	27,3
SMP	12	36,4	10	30,3
SMA	11	33,3	7	21,2
Perguruan Tinggi	3	9,1	7	21,2
Jumlah	33	100	33	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi karakteristik responden kelompok video dari 33

responden sebagian besar berumur 20-30 tahun dan 31-40 tahun sebanyak 11 orang (33,3%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 orang (72,7%), status perkawinan sudah kawin sebanyak 33 orang (100%), berpendidikan SMP sebanyak 12 orang (36,4%). Pada kelompok Flyer dari 33 responden sebagian besar berumur 20-30 tahun sebanyak 19 orang (57,6%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 18 orang (54,5%), status perkawinan sudah kawin sebanyak 33 orang (100%), berpendidikan SMP sebanyak 10 orang (30,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pada Kelompok Video dan Kelompok Flyer di Desa Tanah Kuning Tahun 2022

Karakteristik Responden	Kelompok Video		Kelompok Flyer	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Pekerjaan				
Ibu Rumah Tangga	17	51,5	18	54,5
PNS/Honorer	1	3,0	2	6,1
Pegawai Swasta	6	18,2	3	9,1
Wiraswasta	9	27,3	10	30,3
Jumlah	33	100,0	33	100,0
Tipe Keluarga				
Keluarga Inti	29	87,9	33	100
Keluarga Besar	4	12,1	0	0
Jumlah	33	100,0	33	100,0
Jumlah Anggota Keluarga				
2 orang	1	3,0	2	6,1
3 orang	8	24,2	11	33,3
4 orang atau lebih	24	72,7	20	60,6
Jumlah	33	100	33	100
Pendidikan				
Tinggi (>Rp.3.000.000)	12	36,4	12	36,4
Rendah (<Rp.3.000.000)	21	63,6	21	63,6
Jumlah	33	100	33	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel di atas, responden yang memiliki pekerjaan Ibu Rumah Tangga sebanyak 17 orang (51,5%), memiliki tipe keluarga inti sebanyak 29 (87,9%), memiliki jumlah keluarga 4 orang atau lebih sebanyak 24 orang (72,7%) dan memiliki penghasilan keluarga Rendah (<Rp.3.000.000) sebanyak 21 (63,6%). Pada Kelompok *Flyer* memiliki pekerjaan Ibu Rumah Tangga sebanyak 18

orang (54,5%), memiliki tipe keluarga inti sebanyak 33 (100%), memiliki jumlah keluarga 4 orang atau lebih sebanyak 20 orang (60,6%) dan memiliki penghasilan keluarga Rendah (<Rp.3.000.000) sebanyak 21 (63,6%).

Efikasi Diri Kelompok Vidio dan Flyer

Tabel 3. Distribusi frekuensi Efikasi Diri pada kelompok video dan flyer di Desa Tanah Kuning (n=33) Tahun 2022.

Efikasi Diri	Kelompok Video		Kelompok Flyer	
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Sebelum				
Sangat Baik	2	6,1	18	54,5
Baik	14	42,4	2	6,1
Tidak Baik	14	42,4	3	9,1
Sangat Tidak Baik	3	9,1	10	30,3
Jumlah	33	100,0	33	100,0
Sesudah				
Sangat Baik	13	39,4	4	12,1
Baik	15	45,5	19	57,6
Tidak Baik	4	12,1	9	27,3
Sangat Tidak Baik	1	3,0	1	3
Jumlah	33	100	33	100,0

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 3 distribusi frekuensi efikasi diri kelompok video dari 33 responden sebelum diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik dan tidak baik sama besar sebanyak 14 orang (42,4%). Sesudah diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik sebanyak 15 orang (45,5%). Pada kelompok flyer dari 33 responden sebelum diberikan flyer sebagian besar memiliki efikasi diri baik dan tidak baik sama besar sebanyak 13 orang (39,4%). Sesudah diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik sebanyak 19 orang (57,6%).

Analisa Bivariat

Uji Normalitas Data Variabel Efikasi Diri Pada Kelompok Video dan Kelompok Flyer

Tabel 4. Uji normalitas data variabel Efikasi Diri Pada Kelompok Video dan Kelompok Flyer di Desa Tanah Kuning (n=33) Tahun 2022

Efikasi Diri	Shapiro Wilk		
	Statistik	df	Nilai-p
Kelompok Video			
Sebelum (<i>pretest</i>)	0,063	33	0,003
Sesudah (<i>posttest</i>)	0,038	33	0,021
Kelompok Flyer			
Sebelum (<i>pretest</i>)	0,065	33	0,017
Sesudah (<i>posttest</i>)	0,077	33	0,015

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 4. diperoleh hasil uji normalitas efikasi diri kelompok video sebelum dengan nilai-p sebesar 0,003; sesudah nilai-p sebesar 0,021. Pada kelompok flyer sebelum dengan nilai-p sebesar 0,017; sesudah nilai-p sebesar 0,015. Dimana nilai-p < α (0,05) yang berarti bahwa data tidak berdistribusi normal. Dari hasil tersebut, maka peneliti menetapkan analisa bivariat menggunakan uji alternatif yaitu uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*.

Perbedaan efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi pemberian informasi pada kelompok video

Tabel 5. Perbedaan efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi pemberian video di Desa Tanah Kuning 2022

		n	Mean Rank	Sum of Ranks	Nilai Z	Nilai-p
Efikasi Diri Sebelum dan Sesudah	<i>Negative Ranks</i>	0	0	0	-5,000	0,000
	<i>Positive Ranks</i>	25	13	325		
	<i>Ties</i>	8				
	Total	33				

Sumber: data primer, 2022

Menurut tabel 5. Hasil di atas menunjukkan bahwa dari 33 responden, 25 responden mengalami peningkatan tingkat kepercayaan diri setelah intervensi video dibandingkan dengan sebelum intervensi. Terdapat 8 subjek yang menilai self efikasi dirinya setelah intervensi tidak sebaik sebelum

intervensi. Tidak ada subjek yang mengalami penurunan kepercayaan diri setelah intervensi dibandingkan sebelum intervensi. Didapatkan hasil uji Wilcoxon $p\text{-value}=0,000$ maka H_a diterima dan H_0 dinyatakan gugur artinya ada pengaruh penyuluhan melalui grup *whatsapp* dengan media video tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang kuat terhadap efikasi diri di desa Tanah Kuning.

Perbedaan efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi pemberian informasi pada kelompok flyer

Tabel 6. Perbedaan efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi pemberian flyer di Desa Tanah Kuning 2022

		n	Mean Rank	Sum of Ranks	Nilai Z	Nilai-p
Efikasi Diri Sebelum dan Sesudah	Negative Ranks	0	0	0	-4,264	0,000
	Positive Ranks	19	10	190		
	Ties	15				
	Total	33				

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 6. diatas diperoleh hasil bahwa dari 33 responden, sebanyak 19 orang memiliki efikasi diri sesudah intervensi pemberian flyer meningkat dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Terdapat 15 orang responden yang efikasi diri sesudah pemberian flyer sama dengan sebelum pemberian flyer. Tidak ada responden yang efikasi diri sesudah pemberian intervensi menurun dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Diperoleh dari hasil uji *wilcoxon* nilai- $p=0,000$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti terdapat efektifitas edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media flyer tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di desa tanah kuning.

Efektifitas edukasi melalui grup whatsapp dengan media video dan flyer tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di Desa Tanah Kuning

Tabel 7. Analisa efektifitas edukasi melalui grup whatsapp dengan media video dan flyer tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di Desa Tanah Kuning Tahun 2022

	Kelompok	n	Mean Rank	Nilai-p
Efikasi Diri	Video	33	28,24	0,015
	Flyer	33	38,76	

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel 7. diperoleh hasil uji statistik *Mann-WhitneyU* didapatkan nilai- p 0,015 ($p<0,05$) yang berarti edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video lebih efektif dibandingkan media flyer terhadap efikasi diri masyarakat di Desa Tanah Kuning.

Efikasi Diri Kelompok Video dan Flyer

Berdasarkan analisa data distribusi frekuensi efikasi diri kelompok video dari 33 responden sebelum diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik dan tidak baik sama besar sebanyak 14 orang (42,4%). Sesudah diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik sebanyak 15 orang (45,5%). Pada kelompok flyer dari 33 responden sebelum diberikan flyer sebagian besar memiliki efikasi diri baik dan tidak baik sama besar sebanyak 13 orang (39,4%). Sesudah diberikan video sebagian besar memiliki efikasi diri baik sebanyak 19 orang (57,6%).

Berdasarkan hasil uji $p = 0,000 < 0,05$, hal ini berarti ada pengaruh yang signifikan

penyuluhan kesehatan melalui video terhadap pengetahuan remaja putri di Desa Sirnagalih. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Seawan, dkk (2020) berdasarkan hasil uji diperoleh $p\text{-value} = 0,001$ yang menunjukkan bahwa edukasi dengan media AV dan pamflet dengan frekuensi lipat 3 kali dapat meningkatkan efektifitas tersendiri. Efikasi diri mencerminkan kemampuan individu untuk melakukan sesuatu. Orang dengan efikasi diri tinggi akan merasa percaya diri dan mampu memperbaiki perilakunya sendiri, sedangkan orang dengan efikasi diri rendah akan merasa tidak berhasil atau tidak mampu memperbaiki perilakunya. (Feriyanto et.al., 2020).

Menurut Notoatmodjo, media video merupakan salah satu jenis media audiovisual karena media video menggunakan indera penglihatan dan pendengaran (Notoatmodjo, 2010). Penggunaan media indrawi lebih meningkatkan pemahaman terhadap informasi, sehingga penggunaan media audiovisual berupa video berdasarkan indera penglihatan dan pendengaran lebih memudahkan pemahaman informasi yang diberikan (Harsismanto et al., 2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di

masyarakat (Proverawanti & Rahmawati, 2012). Efikasi diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melakukan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas tertentu dan mengatasi hambatan yang muncul saat melakukan tugas tersebut. Hal ini juga didukung oleh pendapat Bandura tahun 1997 yang menyatakan bahwa efikasi diri dapat digunakan untuk memprediksi perilaku hidup sehat.

Di zaman yang serba digunakan digital hari ini, media sosial sudah sangat lazim digunakan sebagai media dan pencarian informasi. *WhatsApp* pada saat ini menjadi media sosial yang sangat digemari dan lebih banyak diunduh oleh masyarakat Indonesia dibandingkan dengan media sosial lainnya. Berdasarkan data laporan terbaru yang dikeluarkan oleh situs *website* resmi We Are Social (perusahaan media sosial asal Inggris) yang bekerjasama dengan Hootsuite (perusahaan platform media sosial asal Kanada), per Januari 2019 *WhatsApp* di Indonesia mengalahkan posisi media sosial lainnya seperti *Facebook* (81%), *Instagram* (80%), *Line* (59%), *Twitter* (52%), *Facebook Messenger* (47%), dan *Black Berry Messenger* (38%). *WhatsApps* juga sering kali dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dikarenakan tampilan aplikasinya yang sederhana, mudah digunakan, murah dan efisien (Church & de Oliveira, 2013).

Peneliti berasumsi bahwa pengalaman

menguasai sesuatu merupakan faktor yang paling mempengaruhi efikasi diri pada diri seseorang. Keberhasilan akan mampu meningkatkan ekspektasi tentang kemampuan, sedangkan kegagalan cenderung menurunkan hal tersebut.

Perbedaan efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi pemberian informasi pada kelompok video

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa dari 33 responden, sebanyak 25 responden mengalami peningkatan tingkat percaya diri setelah dilakukan intervensi video dibandingkan sebelum dilakukan intervensi. Terdapat 8 subjek yang menilai self efikasi dirinya setelah intervensi tidak sebaik sebelum intervensi. Tidak ada subjek yang mengalami penurunan kepercayaan diri setelah intervensi dibandingkan sebelum intervensi. Didapatkan hasil uji Wilcoxon $p\text{-value}=0,000$ maka H_a diterima dan H_0 dinyatakan gugur artinya ada pengaruh penyuluhan melalui grup *whatsapp* dengan media video tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang kuat terhadap efikasi diri di desa Tanah Kuning.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amperatmoko et al. (2022) skor self-efficacy pada self-efficacy sebelum intervensi dengan video dan poster support baik dan setelah intervensi meningkat khususnya pada kelompok intervensi pada media video mengungguli dibandingkan dengan kelompok intervensi dengan rata-rata skor postural 14,33 sedangkan kelompok terakhir memiliki rata-rata

13,20. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Seawan, dkk (2020) berdasarkan hasil uji stask diperoleh $P\text{-value} = 0,001$, menunjukkan bahwa edukasi melalui media audiovisual dan buku memberikan uang kepada wanita Menopause dengan frekuensi 3 kali dapat meningkatkan self -khasiat wanita menjelang menopause di Kota Bandung.

PHBS di Rumah Tangga merupakan upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat (Proverawanti & Rahmawati, 2012). Efikasi diri yang dimiliki oleh individu berpengaruh pada pemilihan perilaku untuk mengejar tujuan yang diinginkan. Perilaku yang tepat dalam mencapai tujuan yang diinginkan yaitu perilaku hidup bersih dan sehat (Feist & Feist, 2013).

Dampak persuasi sosial terhadap peningkatan atau penurunan self-efficacy cukup terbatas dan harus dikondisikan. Syaratnya adalah seseorang harus percaya pada pembujuk karena perkataan pihak yang mengandalkan. Persuasi sosial paling efektif bila dikombinasikan dengan kinerja yang sukses. Kekuatan persuasi dapat meyakinkan seseorang untuk mencobanya jika acara tersebut berhasil. Peneliti berasumsi bahwa tingkat efikasi diri seseorang berpotensi mempengaruhi perilaku dan persepsi seseorang. Orang lebih cenderung memilih tugas dan aktivitas yang menurut mereka akan berhasil dan menghindari tugas

dan aktivitas yang menurut mereka akan gagal. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat efikasi diri seseorang dapat mempengaruhi aktivitas dan tugas yang akan dilakukannya.

Perbedaan efikasi diri sebelum dan sesudah intervensi pemberian informasi pada kelompok flyer

Berdasarkan hasil analisis hubungan komunikasi terapeutik dengan kepuasan pasien diperoleh bahwa ada sebanyak 21 dari 28 (50%) responden yang menyatakan komunikasi terapeutik dan puas, sedangkan ada sebanyak 10 dari 14 (23,8%) responden yang menyatakan tidak terapeutik dan tidak puas. Hasil uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $p=0,011$ maka disimpulkan ada hubungan komunikasi terapeutik dengan kepuasan pasien di Rumah Sakit dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Tanjung Selor.

Berdasarkan analisa data diperoleh hasil bahwa dari 33 responden, sebanyak 19 orang memiliki efikasi diri sesudah intervensi pemberian flyer meningkat dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Terdapat 15 orang responden yang efikasi diri sesudah pemberian flyer sama dengan sebelum pemberian flyer. Tidak ada responden yang efikasi diri sesudah pemberian intervensi menurun dibandingkan sebelum pemberian intervensi. Diperoleh dari hasil uji wilcoxon nilai $p=0,000$ sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang berarti terdapat efektifitas edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media flyer

tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di desa tanah kuning.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amperatmoko et al. (2022) skor *self-efficacy* pada *self-efficacy* sebelum intervensi dengan video dan poster support baik dan setelah intervensi meningkat khususnya pada kelompok intervensi pada media video mengungguli dibandingkan dengan kelompok intervensi dengan rata-rata skor postural 14,33 sedangkan kelompok terakhir memiliki rata-rata 13,20. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Seawan, dkk (2020) berdasarkan hasil uji stask diperoleh $P\text{-value} = 0,001$, menunjukkan bahwa edukasi melalui media audiovisual dan buku memberikan uang kepada wanita Menopause dengan frekuensi 3 kali dapat meningkatkan self -khasiat wanita menjelang menopause di kota bandung. Efikasi diri adalah penilaian seseorang terhadap kemampuannya atau kemampuannya dalam melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, atau memecahkan suatu masalah. Bandura juga menambahkan bahwa *self-efficacy* merupakan hasil dari proses kognitif yang terjadi pada setiap individu. Efikasi diri merupakan hasil dari proses kognitif yang terjadi pada individu. Para peneliti berspekulasi bahwa ketika seseorang mengalami tingkat ketakutan, kecemasan, dan stres yang tinggi, orang tersebut memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, sehingga emosi yang kuat cenderung menurunkan kinerja.

Efektifitas edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video dan *flyer* tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di Desa Tanah Kuning

Berdasarkan analisa data diperoleh hasil uji statistik Mann-WhitneyU didapatkan nilai-p 0,015 ($p < 0,05$) yang berarti edukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video lebih efektif dibandingkan media flyer terhadap efikasi diri masyarakat di Desa Tanah Kuning. Peningkatan pencapaian nilai rata-rata efikasi diri responden pada kelompok video lebih tinggi dibandingkan media lainnya, hal tersebut dikarenakan media video merupakan salah satu media modern yang meliputi media yang dapat dilihat dan didengar. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Feriyan et.al., (2020) yaitu adanya pengaruh metode video ceramah terhadap peningkatan pengetahuan, efikasi diri dan sikap bahaya merokok pada siswa kelas VII SMP Negeri 32 Kota Samarinda. Penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian yang dilakukan oleh Apriningsih & Sufyan, (2021) mengemukakan terdapat perbedaan antara efikasi diri sebelum dengan setelah diberikan edukasi tentang pencegahan dan pengendalian anemia pada remaja putri di lingkungan madrasah. Menurut penelian para ahli, mata merupakan indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak yaitu sekitar 75% sampai 87%, sedangkan sisanya disalurkan oleh indera lainnya yaitu sekitar 13-25% (Giannea et al., 2020).

Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa

sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui mata dan telinga. Menyampaikan informasi melalui audio visual lebih efektif karena disajikan secara audio dan visual menjadikan penonton lebih fokus. Hal tersebut sejalan dengan teori oleh Sadiman bahwa video dapat memberikan rangsangan terhadap penglihatan serta pendengaran dengan berpedoman pada psikomotor, behaviorisk, dan kognitif, maka dari itu responden mampu mendapatkan informasi melalui indra pendengar (telinga) dan indra penglihatan (mata), sehingga informasi yang disampaikan dapat diperoleh dengan hasil yang maksimal (Sadiman et al., 2018). Rata-rata nilai efikasi diri mengalami peningkatan berdasarkan hasil pretest dan postest. Media audio visual berupa video lebih efektif untuk digunakan sebagai media intervensi tentang PHBS kepada masyarakat karena berdasarkan uji didapatkan nilai rata-rata media video lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata media flyer. Sasaran PHBS didalam rumah tangga merupakan semua anggota yang berada di rumah tangga tersebut, meliputi: pasangan usia subur, ibu hamil dan menyusui, anak dan remaja, usia lanjut serta pengasuh anak. Efikasi diri merupakan evaluasi individu tentang kemampuan atau kompetensinya untuk mengerjakan tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi tantangan (Feist & Feist, 2013).

Penggunaan fasilitas pada masyarakat pedesaan turut menghiasi cara komunikasi atau interaksi sosial. Pertemuan tradisional atau pertemuan tatap muka (face to face) telah

bertransformasi menjadi pertemuan modern yaitu pertemuan melalui jejaring sosial. Pertemuan modern ini muncul setelah banyak orang modern menggunakan gadget sebagai alat komunikasi. Perkembangan penggunaan gadget sebagai alat komunikasi modern terjadi setelah munculnya aplikasi perpesanan *WhatsApp*. Dengan aplikasi ini, masyarakat pedesaan membuat grup diskusi di dunia maya sesuai dengan kelompok pergaulan tradisional di masa lalu. Grup ini adalah bagian dari grup *WhatsApp* yang membantu bertukar informasi dengan sangat cepat. Penggunaan *WhatsApp* di pedesaan akhirnya membuat perbedaan (Tutisari et al., 2021). Seseorang lebih menetapkan tujuan yang lebih tinggi bagi diri mereka sendiri ketika mereka memiliki efikasi diri yang tinggi dalam bidang tertentu. Jadi, seseorang dengan efikasi diri yang tinggi pada suatu bidang tertentu akan mampu menentukan tujuan yang lebih tinggi bagi diri mereka sendiri di bidang tersebut.

Mengamati perilaku dan pengalaman orang lain sebagai proses pembelajaran pribadi. Melalui model ini, efikasi diri individu dapat ditingkatkan, terutama jika ia merasa mampu atau bahkan lebih baik dari orang yang dipelajarinya. Ia akan cenderung merasa mampu melakukan hal yang sama. Pemberdayaan pribadi dapat meningkatkan motivasi untuk mencapai tujuan. Peningkatan efikasi diri ini akan efektif jika subjek menjadi panutan dengan banyak kesamaan karakteristik antara individu dan panutan, kesamaan dalam

kesulitan tugas, kesamaan dalam situasi dan kondisi, peristiwa, dan keragaman. Keuntungan dari model. Proses mencontoh atau belajar dari pengalaman orang lain akan mempengaruhi kemampuan diri sendiri. Kompetensi individu akan berubah dengan pengaruh pola yang relevan. Pengalaman orang lain menentukan persepsi individu tentang keberhasilan atau kegagalan.

Peneliti berasumsi bahwa seseorang dengan tingkat efikasi diri yang tinggi lebih mungkin mengarahkan segenap tenaga ketika mencoba suatu tugas baru, mereka juga lebih gigih dan tidak mudah menyerah. Sebaliknya, seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah akan cenderung bersikap setengah hati pada suatu tugas dan mudah menyerah menghadapi kesulitan.

Peneliti juga berpendapat bahwa seseorang dengan efikasi diri yang tinggi cenderung lebih banyak belajar dan berprestasi daripada seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah. Dengan kata lain, ketika beberapa individu memiliki kemampuan yang sama, mereka yang yakin dapat melakukan suatu tugas lebih mungkin menyelesaikan tugas tersebut secara sukses daripada mereka yang tidak yakin mampu mencapai keberhasilan.

SIMPULAN

Penilaian efikasi diri kelompok yang menonton video sebanyak 33 orang sebelum menerima video sebagian besar evaluasi kemampuan diri sendiri pada baik dan buruk

sebanyak 14 orang (42,4%). Setelah menonton video, sebagian besar orang memiliki efikasi diri yang baik sebanyak 15 orang (45,5%). Pada kelompok pendistribusian selebaran sebanyak 33 orang yang memberikan respon sebelum menerima selebaran, sebagian besar memiliki RE baik dan 13 orang kurang baik (39,4%). Setelah menonton video, sebagian besar anak memiliki efikasi diri yang baik sebanyak 19 orang (57,6%). Hasil uji Wilcoxon diperoleh dengan $p = 0,000$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak artinya efektif dalam mengedukasi melalui grup *whatsapp* dengan media video tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap efikasi diri di Desa Tanah Kuning. Hasil uji Wilcoxon diperoleh dengan $p = 0,000$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat efektifitas edukasi melalui grup *WhatsApp* dengan leaflet komunikasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap self-efficacy di Desa Tanah Kuning. Hasil uji statistik Mann-WhitneyU diperoleh nilai p -value 0,015 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa edukasi melalui grup *WhatsApp* dengan media video lebih efektif dibandingkan dengan komunikasi leaflet tentang self-efficacy masyarakat desa Tanah Kuning.

UCAPAN TERIMA KASIH

Selaku penulis saya menyampaikan terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Bapak dosen Pembimbing dan ibu dosen Penguji, dan kepada semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu yang

telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini yang tidak dapat saya balaskan dengan apapun.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Barhoumi, C. (2015). The Effectiveness of WhatsApp Mobile Learning Activities Guided by Activity Theory on Students' Knowledge Management. *Contemporary Educational Technology*, 6(3), 221–238. <https://doi.org/10.30935/cedtech/6151>
- Cahyono, A. S. (2020). Pengaruh Media Sosial terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. *Publiciana: Penerbit Universitas Tulungagung*, 5(2), 202–225. <https://doi.org/10.32923/asy.v5i2.1586>
- Church, K., & de Oliveira, R. (2013). What's up with whatsapp?: comparing mobile instant messaging behaviors with traditional SMS. *MobileHCI '13*.
- Dewi. (2019). Pengaruh pemberian edukasi dengan media komik terhadap efikasi diri upaya pencegahan kekerasan seksual pada anak usia sekolah. Skripsi, tidak dipublikasikan. Denpasar: Poltekkes Kemenkes. Diunduh pada: <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/2283/>
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Trans Info Media (TIM).
- Elianur, C. (2017). Pemanfaatan Aplikasi WhatsApp sebagai Sarana Diskusi Antara Pengawas dan Guru Pendidikan Agama Islam. *Jurnal As-Salam*, 1(2), 1–14.
- Feist, J., & Feist, G. (2013). *Teori Kepribadian, Theories of Personality*. Salemba Humanika.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Profil Kesehatan RI 2015*. In *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2015.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2018 (Issue July)*.

- <https://doi.org/10.1002/qj>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]. http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf
- Maryunani, A. (2013). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Mitra Media Pustaka.
- Mubarak, I. (2012). Ilmu Kesehatan Masyarakat Konsep dan Aplikasi dalam Kebidanan. Salemba Medika.
- Mubasyiroh, R., Dharmayanti, I., Indrawati, L., Tjandrarini, D. H., Rachmalina, R., Handayani, N., Despitari, M., Izwardy, D., Cadrana, B. P., Cover, D., & Raharjo, N. S. (2021). Bunga Rampai 10 Tahun PHBS. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Asdi Mahasatya.
- Okvireslian, S. (2021). Pemanfaatan Aplikasi Whatsapp Sebagai Media Pembelajaran Dalam Jaringan Kepada Peserta Didik Paket B Uptd Spnf Skb Kota Cimahi. *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 4(3), 131. <https://doi.org/10.22460/comm-edu.v4i3.7220>
- Ormord, J. E. (2008). Psikologi Pendidikan. Penerbit Erlangga.
- Presiden Republik Indonesia. (2009). Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan. <https://doi.org/10.1038/132817a0>
- Proverawanti, A., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Nuha Medika.
- Suryadi, E., Ginanjar, M. H., & Priyatna, M. (2018). Penggunaan Sosial Media WhatsApp dan Pengaruhnya terhadap Disiplin Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam. *Edukasi Islami : Jurnal Pendidikan Islam*, 7(01), 1. <https://doi.org/10.30868/ei.v7i01.211>
- Tutisari, R. P., Santoso, W., & Rahmawati, A. (2021). Pemanfaatan WhatsApp Grup sebagai Media Komunikasi di Daerah Pedesaan. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 11(1). <https://doi.org/10.35905/komunida.v8i2.631.1>
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 47. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58>