



Research Articles

Intervensi Berbasis Kelompok: Sebuah Upaya Peningkatan Literasi Kesehatan Publik Terkait Depresi Maternal

Group-Based Interventions: An Effort to Enhance Public Health Literacy Related to Maternal Depression

**Cut Warnaini^{1*}, Lina Nurbaiti¹, Luh Egitha WP², Dwi Rahmat¹,
Belva B Buana¹, Aulia R Rahim¹, Hidzul M Falah¹, IDGN Agung²**

¹Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram, NTB, Indonesia

²Puskesmas Narmada, Lombok Barat, NTB, Indonesia

**corresponding author, email : cut.warnaini@unram.ac.id*

Manuscript received: 30-06-2025. Accepted: 25-09-2025

ABSTRAK

Latar Belakang Kesehatan mental ibu selama masa kehamilan dan pasca salin merupakan faktor penting yang berdampak pada kesejahteraan ibu dan bayi. Depresi maternal dapat terjadi selama kehamilan (depresi antenatal) maupun setelah persalinan (depresi postpartum). Depresi antenatal dapat mempengaruhi berbagai aspek kesehatan ibu, termasuk status gizi, yang merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan ibu dan perkembangan janin. Di samping itu, sekitar 33% wanita dengan postpartum depression memiliki onset gejala yang dimulai pada saat kehamilan dan 27% lainnya bahkan sebelum kehamilan. Promosi kesehatan melalui seminar atau intervensi berbasis kelompok dapat meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan dalam jangka waktu tertentu. Mempertimbangkan pentingnya upaya promosi kesehatan sebagai langkah pencegahan terhadap depresi maternal dan masih terbatasnya penelitian yang mengevaluasi retensi pengetahuan ibu hamil dan pasca salin setelah dilakukan intervensi berbasis kelompok seperti seminar kesehatan maka penelitian ini dilakukan untuk menilai retensi pengetahuan ibu setelah dua bulan pemberian seminar terkait depresi maternal. Metode Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah quasi experimental design. Pengukuran awal dilakukan dengan menilai skor posttest 1 segera setelah pelaksanaan seminar untuk dibandingkan dengan skor posttest 2 yang diukur setelah 2 bulan pelaksanaan kegiatan seminar. Hasil Penurunan skor posttest 2 dibanding posttest 1 adalah kurang dari 40% ($p\text{-value} < 0.05$), yang artinya rentang dua bulan masih ideal dalam mempertahankan pengetahuan responden. Faktor yang mempengaruhi luaran penelitian diantaranya usia, tingkat pendidikan dan status gravida responden. Kesimpulan leh karena itu, metode seminar dinilai sesuai untuk meningkatkan literasi publik terkait depresi maternal.

Kata kunci : depresi maternal, promosi kesehatan, intervensi berbasis kelompok, seminar, retensi pengetahuan

ABSTRACT

Background Maternal mental health during pregnancy and postpartum is a crucial factor impacting the well-being of both mother and baby. Maternal depression can occur during pregnancy (antenatal depression) or after delivery (postpartum depression). Antenatal depression can affect various aspects of maternal health, including nutritional status, which is a crucial factor in maintaining maternal health and fetal development. Furthermore, approximately

33% of women with postpartum depression have symptom onset during pregnancy, and 27% even before pregnancy. Health promotion through seminars or group-based interventions can significantly improve participants' knowledge levels over a period of time. Considering the importance of health promotion efforts as a preventative measure against maternal depression and the limited research evaluating knowledge retention of pregnant and postpartum mothers after group-based interventions such as health seminars, this study was conducted to assess maternal knowledge retention after two months of seminars on maternal depression. Methods The research design used in this study was a quasi-experimental design. Initial measurements were taken by assessing posttest 1 scores immediately after the seminar and compared with posttest 2 scores measured two months after the seminar. Results The decrease in posttest 2 scores compared to posttest 1 was less than 40% (p-value <0.05), indicating that a two-month period is still ideal for maintaining respondents' knowledge. Factors influencing the study's outcomes included respondents' age, education level, and gestational status. Conclusion Therefore, the seminar method is considered appropriate for increasing public literacy regarding maternal depression.

Keywords: maternal depression, health promotion, group-based intervention, seminar, knowledge retention

PENDAHULUAN

Kesehatan mental ibu selama masa kehamilan dan postpartum merupakan faktor penting yang berdampak pada kesejahteraan ibu dan bayi (Bhurosy et al., 2020). Depresi maternal dapat terjadi selama kehamilan (depresi antenatal) maupun setelah persalinan (depresi postpartum) (Fowles et al., 2018). Depresi antenatal dapat mempengaruhi berbagai aspek kesehatan ibu, termasuk status gizi, yang merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan ibu dan perkembangan janin (Alshawish et al., 2021). Studi menunjukkan bahwa sekitar 33% wanita dengan postpartum depression memiliki onset gejala pada saat hamil dan 27% lainnya bahkan sebelum kehamilan (perinatal). Faktor risiko terbesar yang dapat menyebabkan postpartum depression adalah adanya riwayat gangguan mood atau kecemasan yang muncul saat kehamilan (Donna E. Stewart et al., 2019).

Saat ini, permasalahan terkait kesehatan mental atau kesehatan jiwa pada Ibu selama kehamilan masih dianggap kurang penting dibandingkan dengan kesehatan fisik. Gangguan kesehatan mental belum dilihat sebagai sebuah penyakit, akan tetapi jika tidak tertangani dengan baik dapat berdampak sangat serius (Kusumawati dan Zulaekah, 2020). Setiap orang beresiko mengalami gangguan kesehatan mental, terutama ibu akibat kehamilannya dimana ibu tidak hanya mengalami perubahan fisik namun juga psikologi. Gangguan kesehatan mental yang dapat terjadi berupa depresi, panic disorder, Obsessive-Compulsive Disorder (OCD), bipolar disorder, gangguan pola makan, dan skizofrenia. Dari semua gangguan kesehatan mental ini, yang paling sering terjadi adalah depresi (Lail, 2019).

Prevalensi depresi maternal di Indonesia tergolong cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018, sekitar 16,5% ibu hamil di Indonesia mengalami depresi. Angka ini menunjukkan bahwa hampir satu dari lima ibu hamil di Indonesia berisiko mengalami depresi yang dapat mempengaruhi kondisi fisik dan mental ibu hamil (Riskesdas, 2018). Tingginya angka prevalensi depresi maternal pada ibu hamil membutuhkan upaya intervensi. Salah satunya dengan meningkatkan literasi ibu terkait depresi maternal untuk membantu mengurangi kejadian kasus depresi maternal dan komplikasinya terhadap ibu dan janin (Karaçam, Z., & Ançel, G. 2020).

Beberapa studi menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui seminar atau intervensi berbasis kelompok dapat meningkatkan tingkat pengetahuan peserta secara

signifikan dalam jangka pendek. Namun, retensi pengetahuan dalam jangka waktu yang lebih lama dapat bervariasi berdasarkan metode penyampaian, relevansi konten, dan strategi tindak lanjut. Khususnya dalam konteks kesehatan ibu dan kesejahteraan mental, retensi pengetahuan yang berkelanjutan sangat penting untuk mendukung perubahan perilaku yang berdampak positif pada kesehatan ibu dan bayinya (Cheng dkk, 2023).

Efektivitas upaya promosi kesehatan dapat dinilai berdasarkan tingkat pemahaman peserta terhadap materi kegiatan melalui posttest. Namun, hal yang terpenting adalah bagaimana pengetahuan tersebut dapat disimpan sebagai memori jangka panjang. Dengan mengukur retensi pengetahuan dapat menilai hasil pembelajaran dalam jangka waktu yang lebih panjang (Moussi dkk, 2014).

Retensi pengetahuan adalah kemampuan individu untuk menyimpan, mengakses, dan menggunakan informasi yang telah dipelajari atau diperoleh di masa lalu. Berdasarkan literatur, retensi pengetahuan yang diberikan melalui pembelajaran dalam kelas dapat bertahan sebesar dua per tiga hingga tiga per empat selama kurun waktu satu tahun (Cureus, 2010). Hal ini juga didukung oleh penelitian lain yang menyatakan bahwa setelah tiga bulan pemberian materi dalam seminar, retensi pengetahuan peserta masih dapat bertahan sebesar 60%. Retensi pengetahuan dapat dipengaruhi oleh frekuensi dan pengulangan informasi, dimana pembelajaran berulang dan aplikasi praktis dari informasi baru dapat meningkatkan terjadinya konsolidasi memori (Yo, et al., 2021).

Keterbatasan pengetahuan mengenai depresi maternal dan cara mendeteksinya dapat memperburuk keterlambatan penanganan. Oleh karena itu, berbagai upaya sosialisasi dan edukasi untuk meningkatkan literasi publik misalnya melalui seminar atau workshop mulai dilakukan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu tentang depresi maternal. Namun, keberhasilan jangka panjang upaya promosi kesehatan tersebut sangat bergantung pada tingkat retensi pengetahuan peserta, yaitu sebanyak apa informasi yang disampaikan masih tersimpan di dalam memori peserta kegiatan promosi kesehatan. Penelitian ini dilakukan untuk menilai retensi pengetahuan ibu setelah menerima materi depresi maternal melalui kegiatan seminar. Rentang waktu yang dinilai pada penelitian ini adalah dua bulan dan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Narmada, Kabupaten Lombok Barat. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menanggulangi risiko depresi pada ibu akibat kehamilan serta menjadi pertimbangan dalam menentukan intervensi promosi kesehatan yang sesuai.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan menggunakan desain penelitian quasi experimental dengan membandingkan skor posttest setelah pemberian seminar (posttest 1) dan skor posttest 2 setelah 2 bulan pelaksanaan kegiatan. Penelitian ini melibatkan sebanyak 41 responden yang terdiri atas ibu hamil pada seluruh trimester dan ibu pasca salin yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Narmada. Nilai ambang penurunan skor posttest pada penelitian ini adalah 40%, dimana penurunan skor kurang dari 40% menandakan retensi pengetahuan responden yang baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden penelitian adalah sebagaimana ditampilkan pada **Tabel 1**. Sebanyak 34 responden (82.9%) berasal dari kelompok usia produktif dengan rentang usia diantara 20-35 tahun, sebagian besar responden memiliki pendidikan setingkat SMA atau sederajat (46.3%), dan responden dengan status multigravida berjumlah 25 orang (61.0%), cukup besar bila dibandingkan dengan jumlah responden primigravida.

Tabel 1 Karakteristik Responden (n=41)

Karakteristik Responden	n (%)
Usia	
≤19 tahun	5 (12.2%)
20-35 tahun	34 (82.9%)
>35 tahun	2 (4.9%)
Tingkat Pendidikan	
SD/sederajat	6 (14.6%)
SMP/sederajat	14 (34.2%)
SMA/sederajat	19 (46.3%)
PT/sederajat	2 (4.9%)
Gravida	
Primigravida	16 (39%)
Multigravida	25 (61%)

Tabel 2 menunjukkan skor rata-rata *posttest*, dimana skor rata - rata *posttest* 1 adalah 8.6 dan rata -rata skor *posttest* 2 adalah 7.8. Penurunan skor rata-rata *posttest* 1 dibandingkan *posttest* 2 adalah 0.8, yang artinya penurunan skor *posttest* kurang dari 40%. Penurunan skor *posttest* kurang dari 40% artinya retensi pengetahuan responden tergolong masih baik. Pada Tabel 3, didapatkan mayoritas responden yaitu sebanyak 38 orang memiliki retensi pengetahuan yang baik. Kelompok responden ini juga memiliki skor rata-rata *posttest* 2 yang cukup tinggi yaitu 8.1, sedangkan kelompok responden dengan retensi pengetahuan tidak baik ternyata juga memiliki skor rata-rata *posttest* 2 yang cukup rendah yakni sebesar 3.3.

Tabel 2 Rerata Skor *Posttest* (n=41)

<i>Posttest</i>	Skor rata-rata
1	8.6
2	7.8

Tabel 3 Retensi Pengetahuan (n=41)

Retensi Pengetahuan	Skor Rata-rata <i>Posttest</i> 2	n (%)
Baik	8.1	38 (92.7%)
Kurang	3.3	3 (7.3%)

Tabel 4 Hubungan Karakteristik Responden dan Retensi Pengetahuan

Karakteristik Responden	Retensi Pengetahuan		Skor Rata-rata <i>Posttest</i> 2	p-value
	Baik	Kurang		

	n (%)	n (%)		
Usia Ibu				
≤19 tahun	4 (9.8%)	1 (2.4%)	7.8	0.000
20-35 tahun	32 (78%)	2 (4.9%)	8.5	
>35 tahun	2 (4.9%)	0 (0%)	6.5	
Tingkat Pendidikan				
SD/ sederajat	4 (9.8%)	2 (4.9%)	5.7	0.000
SMP/ sederajat	14 (34.1%)	0 (0%)	8.3	
SMA/ sederajat	18 (43.9%)	1 (2.4%)	8.5	
PT/ sederajat	2 (4.9%)	0 (0%)	8.5	
Gravida				
Primigravida	15 (36.6%)	1 (2.4%)	8.3	0.000
Multigravida	23 (56.1%)	2 (4.9%)	7.8	

Nilai $p\text{-value} < 0.05$ menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara karakteristik responden (usia ibu, tingkat pendidikan dan gravida) dan retensi pengetahuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam rentang waktu dua bulan setelah pelaksanaan seminar terkait depresi maternal, retensi pengetahuan peserta seminar relatif terjaga dengan baik. Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penelitian ini antara lain dilakukan oleh Yo et al. (2021) menyatakan bahwa jarak tiga bulan setelah pemberian materi masih dapat mempertahankan retensi pengetahuan peserta seminar sebesar 60%. Dengan kata lain, metode penyampaian materi promosi kesehatan melalui seminar dinilai cukup efektif dalam mempertahankan pengetahuan peserta dalam jangka waktu yang cukup lama dan rentang waktu 2 sampai dengan 3 bulan masih memungkinkan terjadinya retensi pengetahuan yang baik pada peserta seminar (Yo, et al., 2021).

Waktu memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat retensi pengetahuan. Semakin bertambahnya waktu tingkat retensi pengetahuan yang ada akan semakin menurun. Penelitian oleh Seneviratne et al. (2019) menemukan bahwa retensi pengetahuan cenderung menurun seiring berjalannya waktu jika tidak ada upaya penguatan, seperti pengulangan materi atau pengingat melalui media (Seneviratne et al., 2019). Studi serupa oleh Williams et al. (2020) juga menemukan bahwa retensi pengetahuan pada ibu menurun signifikan setelah dua bulan tanpa adanya penguatan. Dalam penelitiannya, ibu yang menerima materi lanjutan melalui pesan singkat atau e-mail menunjukkan retensi pengetahuan yang lebih baik dibandingkan kelompok yang tidak menerima penguatan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan untuk mengingat informasi sangat dipengaruhi oleh keberlanjutan interaksi dengan materi, bukan hanya faktor waktu semata. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian saat ini, yang menunjukkan bahwa semakin lama jeda waktu tanpa penguatan, semakin besar kemungkinan penurunan retensi terjadi (Williams et al., 2020).

Sebaliknya, penelitian oleh Johnson et al. (2021) tidak menemukan hubungan signifikan antara waktu dan retensi pengetahuan. Studi ini menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat pendidikan tinggi mampu mempertahankan informasi seminar hingga tiga bulan tanpa penguatan. Perbedaan ini dapat disebabkan oleh karakteristik responden penelitian Johnson et al., yang sebagian besar memiliki latar belakang pendidikan formal yang lebih baik. Tingkat pendidikan yang tinggi memungkinkan responden memiliki keterampilan kognitif yang lebih baik untuk memahami dan menginternalisasi informasi, sehingga faktor waktu menjadi kurang relevan dalam mempengaruhi retensi (Johnson et al., 2021).

Memori manusia umumnya dibagi menjadi dua kategori utama: memori jangka pendek (*Short Term Memory* atau *STM*) dan memori jangka panjang (*Long Term Memory* atau *LTM*) (Amin dan Malik, 2013). Adapun hubungan waktu terhadap retensi memori dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya:

1. Durasi Retensi: Memori jangka pendek biasanya hanya bertahan selama beberapa detik hingga menit, sedangkan memori jangka panjang dapat bertahan selama bertahun-tahun atau bahkan seumur hidup.
2. Pengulangan dan Pengujian: Studi menunjukkan bahwa pengulangan dan pengujian informasi secara berkala dapat meningkatkan retensi memori jangka panjang. Misalnya, pengujian berulang kali terhadap informasi yang telah dipelajari dapat menghasilkan retensi yang lebih baik dibandingkan dengan hanya mempelajari informasi tersebut tanpa pengujian.
3. Pengaruh Emosi dan Perhatian: Tingkat perhatian dan emosi yang terkait dengan informasi juga mempengaruhi retensi memori. Informasi yang dipelajari dengan perhatian penuh dan emosi yang kuat cenderung lebih mudah diingat dalam jangka Panjang.

Proses pemanggilan memori dapat terjadi melalui dua mekanisme, yaitu:

1. Pemanggilan Aktif, yaitu proses pemanggilan memori melibatkan pengaktifan kembali informasi yang telah disimpan di otak. Proses ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk konteks dan petunjuk eksternal yang membantu mengingat informasi.
2. Melalui peran hippocampus. Hippocampus adalah bagian otak yang berperan penting dalam proses pengkodean dan pemanggilan memori. Aktivitas di hippocampus meningkat selama proses pemanggilan memori, terutama untuk memori episodik yang melibatkan peristiwa pribadi dan hubungan temporal-spasial.

Secara keseluruhan, waktu memainkan peran penting dalam retensi dan pemanggilan memori. Pengulangan, pengujian, perhatian, dan emosi adalah faktor-faktor kunci yang mempengaruhi seberapa baik informasi dapat dipertahankan dalam ingatan untuk jangka panjang (Amin dan Malik, 2013). Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat retensi pengetahuan, diantaranya:

Usia

Berdasarkan hasil analisis statistik yang telah dilakukan, ditemukan bahwa usia memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat retensi pengetahuan peserta seminar terkait deteksi dini risiko depresi maternal. Hasil statistik menunjukkan bahwa usia mempengaruhi tingkat retensi pengetahuan secara signifikan, mayoritas responden menunjukkan bahwa pengetahuan yang mereka peroleh tidak mengalami penurunan yang berarti. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan peserta dalam menyimpan dan mengingat informasi yang diberikan selama seminar dipengaruhi oleh perbedaan usia. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa retensi pengetahuan lebih dipengaruhi oleh metode penyampaian, frekuensi pengulangan informasi, dan relevansi konten yang disampaikan daripada faktor usia peserta.

Usia memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan retensi memori seseorang. Pada umumnya, kemampuan retensi memori cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk perubahan fisiologis dalam otak, penurunan kecepatan pemrosesan informasi, dan berkurangnya kapasitas perhatian. Pada individu yang lebih muda, seperti wanita usia subur yang menjadi subjek dalam artikel tersebut, kemampuan retensi memori biasanya lebih baik dibandingkan dengan individu yang lebih tua. Ini karena otak mereka masih berada dalam kondisi optimal untuk belajar dan mengingat informasi baru. Selain itu, mereka cenderung memiliki kapasitas perhatian yang lebih tinggi dan kecepatan pemrosesan informasi yang lebih cepat. Namun, penting untuk dicatat bahwa metode penyampaian informasi juga berperan penting dalam retensi memori. Artikel tersebut menunjukkan bahwa media ceramah dan video dapat mempengaruhi tingkat retensi memori secara berbeda. Media yang lebih interaktif dan menarik, seperti video, cenderung lebih efektif dalam meningkatkan retensi memori dibandingkan dengan ceramah yang mungkin lebih pasif (Putri, 2024).

Secara keseluruhan, usia dan metode penyampaian informasi adalah dua faktor utama yang mempengaruhi tingkat retensi memori. Dengan memahami keterkaitan ini, kita dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan retensi memori pada berbagai kelompok usia.

Tingkat Pendidikan

Berdasarkan data yang sudah dianalisis, ditemukan bahwa tingkat pendidikan memiliki pengaruh signifikan terhadap retensi pengetahuan peserta seminar terkait deteksi dini risiko depresi maternal. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat berkontribusi pada kemampuan individu untuk menyimpan dan mengingat informasi dalam jangka waktu yang lebih lama. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendidikan yang lebih tinggi sering kali dikaitkan dengan keterlibatan dalam aktivitas kognitif yang lebih kompleks dan beragam, yang dapat memperkuat fungsi memori dan meningkatkan retensi pengetahuan.

Pendidikan memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan retensi memori seseorang. Pada umumnya, tingkat pendidikan yang lebih tinggi dikaitkan dengan fungsi kognitif yang lebih baik di usia lanjut dan risiko demensia yang lebih rendah. Hal ini disebabkan oleh beberapa mekanisme, termasuk pemeliharaan otak dan cadangan kognitif. Pemeliharaan otak mengacu pada kurangnya patologi otak terkait usia, seperti hiperintensitas materi putih, yang mencerminkan perbedaan individu dalam kerentanan terhadap penyakit. Pendidikan yang lebih tinggi dapat memberikan efek perlindungan terhadap perkembangan faktor risiko untuk patologi otak, atau mengurangi dampak negatif dari faktor risiko tersebut terhadap akumulasi patologi otak. Cadangan kognitif, di sisi lain, mengacu pada perbedaan dalam proses kognitif dan neural yang mempertahankan fungsi kognitif meskipun ada patologi otak. Ini sering kali ditunjukkan oleh hubungan negatif yang lebih lemah antara patologi otak dan fungsi kognitif. Pendidikan yang lebih tinggi dapat meningkatkan cadangan kognitif, sehingga individu dengan pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki fungsi kognitif yang lebih baik meskipun ada patologi otak (Zahodne et al., 2019).

Secara keseluruhan, pendidikan dan metode penyampaian informasi adalah dua faktor utama yang mempengaruhi tingkat retensi memori. Dengan memahami keterkaitan ini, kita dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan retensi memori pada berbagai kelompok usia.

Gravida

Berdasarkan hasil analisis statistik yang telah dilakukan, ditemukan bahwa gravida memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat retensi pengetahuan peserta seminar terkait deteksi dini risiko depresi maternal dengan nilai *p-value* sebesar 0.000 ($p\text{-value} < 0.05$). Gravida memiliki korelasi positif dengan retensi pengetahuan, yang artinya semakin sering hamil (status gravida semakin tinggi) maka semakin baik retensi pengetahuan. Hal ini mengindikasikan bahwa jumlah kehamilan yang pernah dialami oleh responden mempengaruhi kemampuan mereka dalam menyimpan dan mengingat informasi yang diberikan selama seminar.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Johnson et al. (2021) mengungkapkan bahwa gravida dapat mempengaruhi persepsi awal ibu terhadap isu-isu kesehatan maternal, termasuk depresi maternal. Ibu multipara sering kali memiliki pengalaman langsung yang meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya kesehatan mental, meskipun hal ini tidak selalu berkontribusi pada retensi informasi setelah seminar. Dengan demikian, intervensi edukasi tetap memegang peran utama dalam menentukan efektivitas pembelajaran, di mana struktur, metode penyampaian, dan kesempatan untuk diskusi mendalam lebih mempengaruhi hasil dibandingkan dengan pengalaman kehamilan semata (Johnson et al., 2021). Namun, penelitian lain oleh Seneviratne et al. (2019) menunjukkan bahwa jumlah kehamilan tidak secara langsung mempengaruhi kemampuan ibu dalam mengingat informasi yang diberikan selama sesi edukasi. Studi tersebut menekankan bahwa tingkat pendidikan, motivasi untuk belajar, dan keterlibatan aktif selama sesi memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap retensi pengetahuan. Selain itu, Seneviratne et al. mencatat bahwa pengalaman multipara tidak menjamin tingkat pemahaman yang lebih baik terhadap topik kesehatan mental maternal karena keberagaman pengalaman kehamilan yang dimiliki setiap ibu (Seneviratne et al., 2019).

Disparitas hasil dari berbagai penelitian ini menunjukkan kompleksitas faktor-faktor yang mempengaruhi retensi pengetahuan. Williams et al. (2020) menunjukkan bahwa keberhasilan seminar dalam meningkatkan retensi pengetahuan juga dipengaruhi oleh desain dan metode pelaksanaan edukasi. Seminar yang terlalu padat dan kurang interaktif dapat membuat peserta, baik primigravida maupun multipara, mengalami kesulitan menyerap informasi. Sebaliknya, seminar yang dirancang secara partisipatif, seperti menggunakan diskusi kelompok atau studi kasus, cenderung meningkatkan pemahaman dan retensi. Dalam konteks penelitian ini, perbedaan durasi seminar atau pendekatan yang kurang memadai dapat menjadi salah satu penyebab mengapa jumlah gravida tidak memiliki dampak yang signifikan terhadap retensi pengetahuan (Williams et al., 2020). Dengan demikian, perbedaan hasil antara penelitian ini dan penelitian lain kemungkinan besar disebabkan oleh variasi dalam desain intervensi, perbedaan karakteristik responden, serta konteks sosial-ekonomi dan budaya. Studi lebih lanjut dengan populasi yang lebih beragam dan pendekatan metodologi yang lebih

komprehensif diperlukan untuk mengeksplorasi interaksi antara gravida dan retensi pengetahuan pada ibu.

KESIMPULAN

Metode promosi kesehatan berbasis kelompok seperti seminar dapat mempertahankan tingkat retensi pengetahuan yang cukup baik, dimana mayoritas peserta seminar yang menjadi responden pada penelitian ini menunjukkan tingkat retensi pengetahuan yang baik hingga dua bulan setelah pelaksanaan seminar. Dengan kata lain, penyampaian materi promosi kesehatan terkait depresi maternal melalui seminar dinilai sesuai dan efektif dalam menjaga informasi tetap bertahan dalam memori untuk jangka waktu yang relatif panjang. Faktor usia, tingkat pendidikan, dan status gravida ibu terbukti mempengaruhi retensi pengetahuan.

Penelitian lanjutan yang mengukur retensi pengetahuan dalam jangka waktu yang lebih lama dapat menggambarkan pola penurunan retensi pengetahuan serta mengidentifikasi kebutuhan intervensi penguatan. Selain itu, perlu dipertimbangan perlunya studi longitudinal untuk mengevaluasi bagaimana perilaku responden berubah dalam jangka waktu yang lebih panjang dan sejauh mana pengetahuan yang diperoleh mempengaruhi perubahan perilaku kesehatan mereka.

Ucapan Terimakasih.

an imunohistokimia dan analisis, yang sangat penting bagi terselesaikannya penelitian ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mataram yang telah memberi dukungan finansial terhadap penelitian ini. Terima kasih pula kepada Puskesmas Narmada atas kerja sama yang baik yang memungkinkan terlaksananya kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alavi, M., & Leidner, D. E. (2001). "Review: Knowledge Management and Knowledge Management Systems: Conceptual Foundations and Research Issues." *MIS Quarterly*, 25(1), 107-136.
- Amalia, Nur & Sakinah, Andi & Nurdin, Azizah & Gama, Arlina & Mukhtar, Mukhlis. (2023). Hubungan Kesehatan Mental dengan Maternal Functioning pada Ibu Postpartum. *Alami Journal (Alauddin Islamic Medical) Journal*. 7. 67-74. 10.24252/alami.v7i2.36608.
- Amin, H. dan Malik, A.S., 2013. Human memory retention and recall processes. *Neurosciences*, 18(4), pp.330-344.
- Argote, L., & Ingram, P. (2000). "Knowledge Transfer: A Basis for Competitive Advantage in Firms." *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 82(1), 150-169.
- Ariasih, R. A., Mizna Sabilla, & Dewi Purnamawati. (2023). Persepsi dan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Depresi Post Partum di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Semesta Sehat (J-Mestahat)*, 3(1), 11-20. <https://doi.org/10.58185/j-mestahat.v3i1.101>

- Baddeley, A. (1997). *Human Memory: Theory and Practice*. Psychology Press.
- Cepeda, N. J., Pashler, H., Vul, E., Wixted, J. T., & Rohrer, D. (2006). "Distributed Practice in Verbal Recall Tasks: A Review and Quantitative Synthesis." *Psychological Bulletin*, 132(3), 354-380.
- Cheng, G.Z., Chen, A., Xin, Y. et al. Using the teach-back method to improve postpartum maternal-infant health among women with limited maternal health literacy: a randomized controlled study. *BMC Pregnancy Childbirth* 23, 13 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12884-022-05302-w>
- Dalkir, K. (2011). *Knowledge Management in Theory and Practice*. MIT Press.
- Davenport, T. H., & Prusak, L. (1998). *Working Knowledge: How Organizations Manage What They Know*. Harvard Business School Press.
- Do, T. T. H., Bui, Q. T. T., Ha, B. T. T., Le, T. M., Le, V. T., Nguyen, Q. T., Lakin, K. J., Dang, T. T., Bui, L. V., Le, T. C., Tran, A. T. H., Pham, H. T. T., & Nguyen, T. V. (2023) Using the WHO Self-Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) to Detect Symptoms of Common Mental Disorders among Pregnant Women in Vietnam: a Validation Study. *International Journal of Women's Health*. 15 (1): 599–609. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S404993>
- Effendy, Onong Uchjana. (2008) *Dinamika Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. Available at: https://books.google.co.id/books/about/Dinamika_komunikasi.html?id=qBILAQAA MAAJ&redir_esc=y
- Gelaye, B., Rondon, M. B., Araya, R., & Williams, M. A. (2016). Epidemiology of maternal depression, risk factors, and child outcomes in low-income and middle-income countries. *The Lancet Psychiatry*, 3(10), 973–982. doi:10.1016/s2215-0366(16)30284-
- Ghaedrahmati, M., Kazemi, A., Kheirabadi, G., Ebrahimi, A., & Bahrami, M. Postpartum depression risk factors: A narrative review. *Journal of Education and Health Promotion*, 2017;6(60). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_9_16
- Glynn, L.M., 2012. Increasing Parity Is Associated with Cumulative Effects on Memory. *Journal of Women's Health*, 21(10), pp.1038-1045. Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3521140/> [Accessed 8 Nov. 2024].
- Johnson, P., Green, M. & Elms, J., 2021. Gravida as a predictor of maternal mental health awareness: A cohort study. *Maternal Psychology Research*, 47(6), pp. 521-527.
- Kamali, F. (2022) *Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS): Deteksi Dini dan Skrining Depresi Post Partum*. Lampung. *Jurnal Kesehatan*. 13(2). ISSN 2548-5695. Available on: <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Karaçam, Z., & Ançel, G. (2020) 'Depression, anxiety, and perceived stress in pregnancy: Karlamangla, A.S., Lachman, M.E., Han, W., Huang, M., and Greendale, G.A., 2017. Evidence for Cognitive Aging in Midlife Women: Study of Women's Health Across the Nation. *PLoS One*, 12(1), p.e0169008. Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5207430/> [Accessed 8 Nov. 2024].
- Kisman, Timbul Supodo & Sanihu Munir. (2020). Pengaruh Pemberian Metode Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting. *Media Gizi Pangan*, Vol.27, Edisi 1.

- Kusumawardhani. (2012). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Praktik Ibu Dalam Pencegahan Demam Berdarah Dengue pada Anak [Internet]. Available at: eprints.undip.ac.id/37522/1/ERIKA_K_G2A008072_-_Laporan_Hasil_KTI.pdf
- Kusumawati Y, Zulaekah S, Kesehatan Masyarakat P, Ilmu Kesehatan F, Muhammadiyah Surakarta U, Ilmu Gizi P. Pengetahuan Kesehatan Mental Ibu Hamil di Puskesmas Wilayah Kota Surakarta. *Proceeding of The URECOL* [Internet]. 2020; 45(3):111–5. Available from: <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1032>
- Lail NH. Modul Asuhan Kebidanan Komprehensif [Internet]. Asuhan Kebidanan Komprehensif. 2019. 1–164 p. Available from: <http://repository.unas.ac.id/438/1/MODUL%20UPDATE%20TERBARU%20%284%29%20B5%20%281%29.pdf>
- Moussi C, Tahan L, Habchy P, Kattan O, Njeim A, Abou Habib L, El Bitar W, El Asmar B, Chahine MN. School-Based Pre- and Post-Intervention Tests Assessing Knowledge about Healthy Lifestyles: A National School Health Awareness Campaign on Children Aged between 3 and 12 Years Old. *Children (Basel)*. 2024 Feb 7;11(2):213. doi: 10.3390/children11020213. PMID: 38397325; PMCID: PMC10887629.
- Mughal S, Azhar Y, Siddiqui W. (2022). Postpartum Depression. *StatPearls* [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024 Jan-. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK519070/>
- Mujawar, S., Patil, J., Chaudhari, B., and Saldanha, D., 2021. Memory: Neurobiological mechanisms and assessment. *Industrial Psychiatry Journal*, 30(Suppl 1), pp.S311-S314. Available at: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8611531/> [Accessed 8 Nov. 2024].
- Nonaka, I., & Takeuchi, H. (1995). *The Knowledge-Creating Company: How Japanese Companies Create the Dynamics of Innovation*. Oxford University Press.
- Nurmala, I., Rahman, F., Nugroho, A., Erlyani, N., Anhar, V.Y., (2018). *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press. Available at: <https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku%20Promosi%20Kesehatan.pdf>
- Nursalam, Effendi F. (2009). *Pendidikan dalam Keperawatan* [Internet]. Jakarta: Salemba Medika. Available at: https://books.google.co.id/books/about/Pendidikan_Dalam_Keperawatan.html?id=bNGYBAAAQBAJ&redir_esc=y
- Nusantari, E., 2024. Kajian Faktor yang Mempengaruhi Retensi Siswa SMA (Analisis Hasil Penelitian Eksperimen dan PTK). Universitas Negeri Gorontalo. Available at: <https://repository.ung.ac.id/get/karyailmiah/1521/Kajian-Faktor-yang-Mempengaruhi-Retensi-Siswa-SMA-Analisis-Hasil-Penelitian-Eksperimen-dan-PTK.pdf> [Accessed 8 Nov. 2024].
- Perwitasari; Wulandari, Risky Puji. GEJALA DEPRESI PADA IBU HAMIL: PREVALENSI DAN HUBUNGANNYA DENGAN DUKUNGAN SOSIAL. *Journal of Midwifery and Reproduction*, [S.l.], v. 5, n. 2, p. 77-83, mar. 2022.
- Putri, A. (2024) 'Perbedaan Retensi Memori Pasca Penyuluhan Keluarga Berencana dengan Media Ceramah dan Video pada Wanita Usia Subur', *Jurnal Kedokteran Diponegoro*

- (Diponegoro Medical Journal). Available at:
[1](<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/14267/13799>).
- Qi, W., Zhao, F., Liu, Y. et al. (2021). Psychosocial risk factors for postpartum depression in Chinese women: a meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth*. 21(174). <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03657-0>
- Rajendran B, Ibrahim SU, Ramasamy S. (2024). Maternal and Neonatal Risk Factors Associated with Perinatal Depression—A Prospective Cohort Study. *Indian Journal of Psychological Medicine*. 46(1):24-31. doi:10.1177/02537176231176405
- Riskesdas (2018) Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: [http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf](http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf).
- Rupanagunta, G. P. et al. (2023) 'Postpartum depression: aetiology, pathogenesis and the role of nutrients and dietary supplements in prevention and management', *Saudi Pharmaceutical Journal*, 31(7), pp. 1274–1293. doi: 10.1016/j.jsps.2023.05.008.
- Schacter, D. L. (2001). *The Seven Sins of Memory: How the Mind Forgets and Remembers*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Seneviratne, D.S., Chen, S. & Woods, T., 2019. Maternal education and knowledge retention after perinatal mental health workshops: A randomized trial. *Journal of Maternal Health*, 33(4), pp. 245-251.
- Soekidjo Notoatmodjo. (2007.). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku / Soekidjo Notoatmodjo*. Jakarta :Rineka Cipta,. Available at: <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=473964#>
- Stewart DE, Vigod SN. Postpartum Depression: Pathophysiology, Treatment, and Emerging Therapeutics. *Annu Rev Med*. 2019 Jan 27;70:183-196. doi: 10.1146/annurev-med-041217-011106. PMID: 30691372.
- Stratton SJ. Cambridge University. 2019. *Quasi-Experimental Design (Pre-Test and Post-Test Studies) in Prehospital and Disaster Research*.
- Subejo. (2010). *Penyuluhan Pertanian Terjemahan Dari Agriculture*. Extention (edisi 2) [Internet]. Jakarta. Available at: :<https://jurnal.ugm.ac.id/jae/article/view/16798/11059>
- Sulistiyorini, Y., Mahmudah, & Puspitasari, N. (2023) 'Peningkatan Kemampuan Deteksi Dini Depresi pada Ibu Hamil di Kota Surabaya', *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 8(3), pp. 469-476. doi: 10.33084/pengabdianmu.v8i3.4469.the mediating effects of social support and resilience in the relation between them', *Turkish Journal of Obstetrics and Gynecology*, 17(4), pp. 287-293.
- Wenger, E. (1998). *Communities of Practice: Learning, Meaning, and Identity*. Cambridge University Press.
- Williams, K., Lopez, A. & Tran, M., 2020. Knowledge retention after maternal health seminars: The role of frequency and participant diversity. *Health Education Quarterly*, 38(3), pp. 173-180.
- Yanti, Budi & Heriansyah, Teuku & Riyan, Muhammad. (2022). *Penyuluhan Dengan Media*

Audio Visual dan Metode Ceramah Dapat Meningkatkan Pencegahan Tuberkulosis.

IKESMA. 18. 171. 10.19184/ikesma.v18i3.27147.

Zahodne, L. B., Mayeda, E. R., Hohman, T. J., Fletcher, E., Racine, A. M., Gavett, B., Manly, J. J., Schupf, N., Mayeux, R., Brickman, A. M., & Mungas, D. (2019) 'The Role of Education in a Vascular Pathway to Episodic Memory: Brain Maintenance or Cognitive Reserve?', *Neurobiology of Aging*, 84, pp. 109-118. doi: 10.1016/j.neurobiolaging.2019.08.009.