

EDUKASI MEDIA BOOKLET DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN KESEHATAN MENTAL PADA IBU HAMIL DI WILAYAH PUSKESMAS SAMATA

MEDIA BOOKLET EDUCATION IN IMPROVING MENTAL HEALTH KNOWLEDGE FOR PREGNANT WOMEN IN THE SAMATA HEALTH CENTER AREA

Nurhidayah

^{1*} Nama Instansi/Lembaga: Jurusan Keperawatan, UIN Alauddin Makassar, Indonesia
Email: nurhidayah.ners@uin-alauddin.ac.id

ABSTRAK

Kehamilan merupakan kondisi yang menimbulkan perubahan fisik maupun psikis seorang wanita karena pertumbuhan dan perkembangan alat reproduksi dan janinnya. Salah satu perubahan yang terjadi berdampak besar terhadap kesehatan ibu adalah perubahan psikis yang mempengaruhi kesehatan mental. Selama ini yang menjadi fokus penanganan kesehatan pada ibu hamil masih terbatas pada pemeriksaan kesehatan fisik ibu, kesehatan mental ibu hamil belum mendapatkan perhatian seperti kesehatan fisik, sehingga beresiko terjadi gangguan kesehatan mental. Ibu hamil sering tidak menyadari dirinya mengalami gangguan kesehatan mental. Ibu hamil tidak mengetahui tanda dan gejala yang dialaminya karena keluhan yang dirasakan sebagian besar terkait perubahan fisik kehamilan. Kurangnya pengetahuan pada wanita hamil menyebabkan rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Kondisi kejiwaan yang tidak tertangani dengan baik selama hamil dapat semakin berat hingga masa nifas dan menimbulkan *baby blues* bahkan depresi postpartum. Penelitian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan kesehatan mental ibu hamil dengan memberikan edukasi media *booklet*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *pre experimental with one group pre and post test design*. Populasi penelitian adalah ibu hamil yang berada di wilayah Puskesmas Samata. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan total 37 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Test* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti ada pengaruh edukasi menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil. Media edukasi *booklet* efektif meningkatkan pengetahuan kesehatan mental ibu hamil. *Booklet* dapat digunakan sebagai media yang menarik dalam menyampaikan materi.

Kata kunci: Kesehatan Mental, Kehamilan, *Booklet*

ABSTRACT

Pregnancy is a condition causing physical and psychological changes in women due to the growth and development of the reproductive organs and fetus. Psychological changes have major impacts on women's mental health. So far, the focus of health care is still limited to the physical health examination, the mental health has not been paid attention as physical health, so there are some risk of mental health disorders. Pregnant women often neither realize that they have mental health problems, nor know the symptoms they are experiencing because most of the complaints are related to the physical changes of pregnancy. Lack of knowledge causes vulnerability to mental health disorders. Psychiatric conditions that are not handled properly could get worse until the puerperium and cause baby blues and even postpartum depression. This study aims to increase the mental health knowledge of women by providing educational booklet media. This study uses a quantitative method with a pre experimental design with one group pre and post test design. The study population was pregnant women at Samata Health Center. The sampling technique used is purposive sampling with a total of 37 people. Data collection uses a questionnaire sheet. The results using the Wilcoxon Signed Test showed $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$), which means that there is an effect of education using booklet media on the knowledge level of pregnant women. Booklet education media is effective in increasing knowledge of mental health. Booklets can be used as an interesting media in providing the material.

Key words: Mental health, pregnancy, booklet

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan kondisi yang menimbulkan perubahan fisik maupun psikososial seorang wanita karena pertumbuhan dan perkembangan alat reproduksi dan janinnya. Banyak faktor yang memengaruhi kehamilan, dari dalam maupun dari luar yang dapat menimbulkan masalah, terutama bagi yang pertama kali hamil. Perubahan yang terjadi pada kehamilan akan berdampak pada aspek psikologi kehamilan. Upaya pemeliharaan kesehatan kehamilan tidak semata-mata di tujukan kepada aspek fisik saja, tetapi aspek psikososial juga perlu diperhatikan agar kehamilan dan persalinan berjalan lancar (Susanti, 2012). Seiring dengan kehamilannya, seorang wanita hamil mengalami banyak perubahan fisik, diikuti perubahan psikologi yang mengakibatkan kondisi emosi tidak stabil. Perubahan emosi yang tidak stabil ini berdampak pada perkembangan janin, lahir prematur, berat bayi lahir rendah dan menjadi emosional bayi setelah lahir (Zulaekah & Kusumawati, 2021).

Ibu hamil merupakan kelompok yang rentan terkena masalah kesehatan mental karena perubahan yang dialami pada berbagai tahapan yang mempengaruhi kesehatan mentalnya (Christin & R, 2022). Ketidakstabilan hormon dalam tubuh menjadi salah satu faktor utama. Perubahan mood yang ekstrim, kecemasan yang berlebih, berubahnya fisiologis tubuh (seperti timbulnya *stretchmarks*), mudah lelah, merupakan dampak gejala hormon yang dialami ibu hamil (Amaliyah et al., 2021).

Masalah kesehatan mental selama kehamilan merupakan masalah kesehatan masyarakat utama yang perlu ditangani dengan serius. Sebanyak 10%-20% wanita mengalami penyakit mental selama kehamilan dan pasca melahirkan masyarakat umum lebih waspada terhadap depresi postpartum lebih tinggi dibandingkan dengan depresi kehamilan. Mereka juga beranggapan, depresi tidak

bisa terjadi pada kehamilan. Jika adanya gangguan kesehatan mental kurang diwaspadai, tidak mendapatkan pelayanan yang tepat, maka bisa bertambah parah seperti depresi, sehingga menjadi beban keluarga masyarakat dan pemerintah. Kondisi ini melatarbelakangi pentingnya upaya untuk mencegah permasalahan mental pada saat kehamilan.

Berdasarkan dari data Riskesdas, 2018 mempresentasikan tentang prevalensi gangguan kesehatan mental di Indonesia tertinggi berada di provinsi Sulawesi tengah yaitu 19,8%, dan terendah di Provinsi Jambi yaitu 3,6%. Sedangkan di Sulawesi Selatan berada pada angka 13,5%. Di provinsi Sulawesi Selatan prevalensi gangguan kesehatan mental tertinggi berada di Kabupaten Maros yaitu 20,93%, dan terendah di Kabupaten Soppeng 2,62%. Adapun di Kabupaten Gowa mengalami peningkatan 6,78% (RISKESDAS, 2018). Dari data sekunder yang didapatkan, jumlah ibu hamil yang ada di wilayah Puskesmas Samata, Kabupaten Gowa yaitu sebanyak 77 ibu hamil.

Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani kesehatan mental ibu hamil yaitu dengan pemberian edukasi mengenai pengetahuan kesehatan mental. Salah satu edukasi yang dapat diberikan yaitu menggunakan media promosi kesehatan berupa *booklet*. *Booklet* adalah buku berbentuk kecil dengan menggabungkan gambar dan tulisan dalam buku berukuran 5x7 inci. Beberapa penelitian menunjukkan adanya efektivitas penyuluhan menggunakan media *booklet*.

Dari hasil penelitian (Kusumawati & Zulaekah, 2021) menjelaskan edukasi kesehatan mental menggunakan *booklet* berpengaruh terhadap pengetahuan kesehatan mental ibu hamil. Ada perbedaan skor pengetahuan kesehatan mental ibu hamil antara sebelum dan sesudah edukasi dengan media *booklet*.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian (Osaki et al., 2019) di

pedesaan Jawa, bahwa penggunaan *booklet* berupa buku kesehatan ibu dan anak (KIA) dapat meningkatkan pengetahuan dan perolehan keperawatan berkelanjutan di rumah dari kehamilan hingga merawat anak. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian (Basri et al., 2014) di Makassar, yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media *booklet* dapat menurunkan skor depresi postpartum.

Selain itu, hasil penelitian lain dari (Shahnazi et al., 2018) di Kota Doroud, bahwa intervensi edukasi pada ibu hamil nulipara dengan konstruk *Health Believe Model* (HBM) menggunakan *booklet*, menyimpulkan ada pengaruh pendidikan dan HBM pada peningkatan pengetahuan dan perubahan keyakinan, serta perilaku masyarakat, dalam hal kecemasan kehamilan, sehingga membantu meningkatkan kesehatan ibu dan bayi. Model penelitian lain yang dilakukan oleh (Handayani & Yulaikah, 2019) menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan kehamilan dengan media *booklet* efektif meningkatkan kesiapan ibu persalinan dan menurunkan skor kecemasan. Penggunaan media *booklet* memiliki perbedaan yang bermakna dengan media video. Edukasi dengan media *booklet* lebih efektif daripada edukasi dengan media video.

Pentingnya untuk tidak mengabaikan pengaruh kondisi psikologis pada wanita hamil karena kesehatan psikologis dapat dikaitkan dengan risiko jangka pendek dan jangka panjang. Wanita hamil dianggap sebagai subjek rentan yang memiliki faktor risiko. Beberapa penelitian melaporkan bahwa wanita hamil rentan terhadap perubahan gangguan emosional seperti depresi, kecemasan, dan stress ibu selama kehamilan berdampak pada perubahan emosi dan stress karena akan berdampak pada ibu dan janinnya. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko persalinan premature bahkan risiko kematian bayi yakni perkembangan janin yang buruk, kelahiran premature (preterm birth) dan bayi berat lahir rendah (BBLR).

Anak-anak dengan preterm birth atau BBLR berisiko mengalami masalah emosional atau kognitif, termasuk hiperaktif, kecemasan, atau keterlambatan bahasa (Arisanti, 2021).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Pre-eksperimental* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest-Posttest*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Samata, dilaksanakan pada tanggal 3-16 Agustus 2022. Populasi penelitian adalah ibu hamil yang berada di wilayah Puskesmas Samata. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus *lameshow*, kriteria penelitian meliputi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi penelitian yaitu ibu hamil yang brda di wilayah Puskesmas Samata, dan ibu hamil yang bersedia menjadi responden. kriteria inklusi penelitian adalah ibu yang memiliki riwayat komplikasi, dan ibu hamil yang tidak hadir saat penelitian. Sehingga didapatkan total sampel sebanyak 37 orang.

Alat ukur penelitian terdiri dari lembar kuesioner *Mental Health Knowledge Questionnaire* (MHKQ) oleh Wang (2013) untuk mengukur pengetahuan kesehatan mental pada ibu hamil yang terdiri dari 20 item pertanyaan, dan *booklet* sebagai media yang digunakan untuk menyampaikan informasi. Pengumpulan data responden dilakukan setelah mendapatkan izin penelitian. Peneliti kemudian menghubungi koordinator bidan Puskesmas untuk mendapatkan responden. Responden yang telah dijelaskan dan bersedia mengikuti penelitian akan diberikan lembar kuesioner pre test, setelah itu diberikan edukasi menggunakan media *booklet*. Setelah itu diberikan kuesioner post test untuk mengukur pengetahuan ibu hamil.

Data penelitian dilakukan analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Test* dan didapatkan nilai *p-value* = 0,000. Analisis bivariat

digunakan untuk menguji pengaruh dari penggunaan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan mental pada ibu hamil. Penelitian ini telah mendapat keterangan layak etik dari komite etik penelitian kesehatan UIN Alauddin Makassar, dan telah mendapatkan izin dari

instansi tempat penelitian, dalam hal ini Puskesmas Samata.

HASIL

Tabel 1.1 Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi	Presentase
	(n)	(%)
Usia		
12-16 tahun (Remaja awal)	1	2.7%
17-25 tahun (Remaja akhir)	20	54.1%
26-35 tahun (Dewasa Awal)	16	43.2%
Usia Kehamilan		
< 3 bulan	7	18.9%
4-6 bulan	14	37.8%
>7 bulan	16	43.2%
Pekerjaan		
IRT	32	86.5%
Karyawan Swasta	3	8.1%
Guru Honorer	2	5.4%
Pendidikan		
SD	3	8.1%
SMP	9	24.3%
SMA	18	48.6%
S1	7	18.9%

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1.1 menunjukkan bahwa ibu hamil di Puskesmas Samata umumnya berusia 12-16 tahun sebanyak 1 responden sebesar (2.7%), usia 17-25 tahun sebanyak 20 responden sebesar (54,1%) dan usia 26-35 tahun sebanyak 16 responden (43,2%). Pekerjaan ibu hamil sebagian besar adalah sebagai IRT yaitu 32 responden sebesar (86.5%), Karyawan swasta sebanyak 3 responden (8,1%), dan Guru honorer sebanyak 2 responden (5,4%). Didominasi

oleh ibu hamil dengan usia kehamilan di atas 7 bulan sebanyak 16 responden sebesar (43.2 %), 4 sampai 6 bulan sebanyak 14 responden (37,8%) dan kurang dari 3 bulan sebanyak 7 responden (18,9%). Latar belakang pendidikan responden yaitu SMA sebanyak 18 responden sebesar (48.6%), SMP sebanyak 9 responden (24,3%), S1 sebanyak 7 responden (18,9%) dan SD sebanyak 3 responden (8,1%).

Tabel 1. 2 Distribusi Berdasarkan Jawaban Item Pengetahuan Pretest

No	Item Pertanyaan	Jawaban <i>pre test</i>				Mean
		Benar		Salah		
		N	%	n	%	
1	Kesehatan Mental adalah bagian dari kesehatan	34	91,9%	3	8,1%	0,92
2	Gangguan mental disebabkan oleh pikiran-pikiran yang tidak benar.	31	83,8%	6	16,2%	0,84
3	Banyak orang yang memiliki masalah terhadap mentalnya akan tetapi tidak menyadarinya.	24	64,9%	13	35,1%	0,65
4	Semua gangguan mental disebabkan oleh tekanan dari luar diri	30	81,1%	7	18,9%	0,81
5	Komponen-komponen kesehatan mental meliputi : kecerdasan yang normal, mood yang stabil, sikap positif, hubungan interpersonal yang baik, dan adaptif	25	67,6%	12	32,4%	0,68
6	Hampir seluruh gangguan mental tidak dapat disembuhkan.	10	27,0%	27	73,0%	0,27
7	Layanan psikolog dan psikiater tersedia bagi orang yang memiliki indikasi masalah psikis/gangguan mental.	21	56,8%	16	43,2%	0,57
8	Masalah-masalah psikologis dapat terjadi di segala usia.	28	75,7%	9	24,3%	0,50
9	Gangguan mental dan masalah psikologis tidak dapat dicegah	17	45,9%	20	54,1%	0,46
10	Beberapa gangguan mental seperti bipolar, bisa diberi pengobatan dalam jangka waktu tertentu saja.	21	56,8%	16	43,2%	0,57
11	Sikap positif, hubungan interpersonal yang baik, dan gaya hidup yang sehat dapat memelihara kesehatan mental.	30	81,1%	7	18,9%	0,81
12	Individu yang memiliki riwayat keluarga dengan gangguan jiwa akan memperoleh resiko yang lebih tinggi untuk mendapatkan masalah psikologis dan gangguan jiwa.	12	32,4%	25	67,6%	0,32
13	Masalah psikologis pada ibu hamil dapat mempengaruhi kondisi janin yang dikandungnya.	26	70,3%	11	29,7%	0,70
14	Usia paruh baya atau 40 tahun ke atas kecil kemungkinannya memiliki gangguan psikologis atau gangguan mental.	23	62,2%	14	37,8%	0,62
15	Individu yang memiliki karakter negatif lebih mungkin untuk mendapatkan masalah kesehatan mental	22	59,5%	15	40,5%	0,59
16	Masalah mental lebih besar kemungkinannya terjadi ketika individu mendapatkan tekanan secara psikis yang besar di hidupnya, seperti kematian anggota keluarga.	17	45,9%	20	54,1%	0,46
17	Saya pernah mendengar tentang the International Mental Health Day	5	13,5%	32	86,5%	0,14
18	Saya pernah mendengar tentang the International Day Against Drug Abuse and Illicit Drug Trafficking	2	5,4%	35	94,6%	0,05
19	Saya pernah mendengar tentang the International Suicide Prevention Day	0	0	37	100%	0,00
20	Saya pernah mendengar tentang World Sleep Day.	0	0	37	100%	0,00

Tabel 1.2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi menggunakan media *booklet* nilai terendah berada pada item pertanyaan nomor 19 dan 20 “Saya pernah mendengar tentang *the International*

Suicide Prevention Day” dan “Saya pernah mendengar tentang *World Sleep Day*” yaitu sebanyak 37 responden sebesar (100%) yang menjawab salah dengan nilai rata-rata (0,00).

Tabel 1.3 Pengaruh Edukasi Media *Booklet* Dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Samata

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Median	Δ (Delta)	Sig. (1-tailed)
Pre	37	9.00	40%	P = 0.000
Post	37	17.00		

Untuk mengetahui pengaruh edukasi media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan mental pada ibu hamil perlu dilakukan analisis data. Diawali dengan uji normalitas, setelah diuji normalitas didapatkan data tidak terdistribusi secara normal sehingga untuk mengetahui hubungan pengetahuan pre test dan post test yaitu menggunakan uji statistic *Wilcoxon Signed Test*.

Berdasarkan tabel 1.4 didapatkan hasil, nilai median pengetahuan responden pada *pre test* adalah 9,00 (kategori kurang) di mana pengkategorian untuk tingkat pengetahuan berkisar antara <10 (kategori

kurang), 11-15 (kategori cukup), 16-20 (kategori baik) sedangkan pada data *post test* adalah 17,00 (kategori baik). Nilai Δ (delta) didapatkan dari nilai $\frac{\text{Median post-pre}}{20} \times 100\% = 40\%$ dan nilai *p-value* = 0,000 < dari nilai α 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perubahan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah dilakukannya edukasi menggunakan media *booklet* terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil di wilayah Puskesmas Samata.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Pada tabel 1.1 menunjukkan bahwa ibu hamil di Puskesmas Samata umumnya berusia 12-16 tahun sebanyak 1 responden sebesar (2,7%), usia 17-25 tahun sebanyak 20 responden sebesar (54,1%) dan usia 26-35 tahun sebanyak 16 responden (43,2%). Kategori usia yang menjadi rujukan peneliti adalah kategori usia menurut Departemen

Kesehatan Republik Indonesia (2009), yaitu masa remaja awal (12-16 tahun), remaja akhir (17-25 tahun), dan dewasa awal (26-35 tahun). Menurut Depkes RI menyebutkan bahwa usia produktif antara 15-54 tahun. Dalam penelitian ini umur yang diambil adalah umur antara 12-35 tahun, sehingga usia tersebut masih termasuk usia yang produktif. Peran faktor umur memberikan respon terhadap

penerimaan informasi (Roestam A, 2003).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah umur responden, umur merupakan indikator kedewasaan seseorang, semakin bertambah umur semakin bertambah pengetahuan yang dimiliki (Notoatmodjo, 2012). Menurut (Nursalam, 2008) semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman jiwa.

Pekerjaan ibu hamil hampir seluruhnya adalah ibu rumah tangga yaitu sebesar 86,5% dan hanya beberapa yang memiliki pekerjaan. Pekerjaan adalah suatu kegiatan yang harus dilakukan terutama untuk memenuhi kebutuhan setiap hari. Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung (Suhardi, 2021). Pekerjaan menentukan sumber informasi yang didapatkan dan jaringan sosial yang dimiliki. Seseorang yang bekerja ada kemungkinan untuk berinteraksi dengan rekan kerja, bertukar informasi serta saling memotivasi hal ini dapat menambah wawasan pengetahuan serta informasinya. Sedangkan seseorang yang tidak berkerja

lebih banyak menghabiskan waktunya dirumah dan sangat mudah mengakses informasi. Informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang tidak bekerja, tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media, missal handphone, televisi, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Latar belakang pendidikan ibu hamil sebagian berpendidikan SMA sebesar 48,6% sehingga peneliti dalam penyampaian informasi tentang kesehatan mental tidak terlalu kesulitan. Hal ini jelas bahwa dengan pendidikan yang tinggi wawasan dan usaha untuk mencari informasi akan lebih luas, karena orang yang memiliki dasar pendidikan menengah dan tinggi lebih mudah mengerti dan memahami informasi yang diterimanya bila dibandingkan dengan responden yang berpendidikan rendah. Penelitian ini sesuai dengan teori yang didapat di mana semakin tinggi pendidikan yang ditempuh seseorang, maka semakin baik pengetahuan dan lebih luas dibandingkan dengan tingkat pendidikan rendah (Notoatmodjo, 2012). Semakin tinggi pengetahuan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bertindak (Dewi, 2017).

2. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum Diberikan Edukasi Menggunakan Media *Booklet*

Berdasarkan tabel 1.2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi menggunakan media *booklet* pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Samata tentang kesehatan mental selama kehamilan masih kurang hal tersebut dibuktikan dengan jawaban dari item pertanyaan. Baik dan buruknya pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya, tingkat pendidikan, umur, informasi, pengalaman, status ekonomi, dan sosial budaya.

Ibu hamil di wilayah Puskesmas Samata mengatakan bahwa sebelumnya belum pernah mendapat pendidikan mengenai kesehatan mental saat di pelayanan kesehatan dan pemberian informasi mengenai kesehatan mental selama kehamilan juga masih kurang. Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi kesehatan. Menurut (Istiqomah, 2017) Setiap orang memiliki hak yang sama untuk mencari dan memperoleh informasi kesehatan baik dari tenaga kesehatan maupun dari sumber lain tidak memandang sosial ekonomi maupun pendidikan.

Perlu adanya komunikasi kesehatan antara ibu hamil dengan tenaga kesehatan sangat diperlukan. Tenaga kesehatan perlu menyampaikan tentang persiapan transisi menjadi orang tua dan menyampaikan bahwa pada saat hamil akan terjadi perubahan tidak hanya perubahan fisik

tetapi juga psikis. Pada masa kehamilan, ibu hamil akan lebih mudah emosi dan stress sehingga dengan disampaikannya informasi kesehatan mendorong ibu hamil untuk mengatasi masalah tersebut. Tenaga kesehatan harus memfasilitasi dalam pemberian pendidikan kesehatan yang mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil sehingga terjadi perubahan sikap dan perilaku positif ibu hamil dalam menjalani kehamilannya.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Aulia, 2019) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah informasi. Ada tidaknya informasi kesehatan berpengaruh terhadap perubahan perilaku seseorang. Jika seseorang terpapar secara terus-menerus dengan informasi maka kemungkinan orang tersebut akan paham secara benar informasi tersebut. Menurut (Udayani et al., 2018) selain dari kurangnya terpapar informasi, pengetahuan yang rendah juga dikarenakan kurangnya rasa ingin tahu dalam mencari dan memahami informasi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil terhadap kesehatan mental dipengaruhi oleh kurangnya terpapar informasi. Hal ini dibuktikan dengan pada saat dilakukan wawancara sebagian besar

responden masih kurang memiliki pengetahuan tentang kesehatan mental selain itu kurangnya edukasi yang diberikan oleh petugas kesehatan terkait kesehatan mental selama kehamilan. Hal ini yang menjadi faktor rendahnya pengetahuan ibu hamil terhadap kesehatan mental di Wilayah Puskesmas Samata.

3. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Setelah Diberikan Edukasi Menggunakan Media *Booklet*

Berdasarkan tabel 1.3 menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi menggunakan media *booklet* terdapat peningkatan pada beberapa item jawaban yang sebelumnya responden banyak menjawab salah setelah diberikan edukasi sudah mampu menjawab dengan benar. Terjadinya peningkatan pengetahuan dikarenakan adanya pemberian edukasi menggunakan media *booklet*. *Booklet* memiliki keunggulan yaitu didesain unik dan menarik, memuat intisari materi yang sesuai dengan hasil penelitian atau sumber lainnya, visualisasi yang lebih dominan dengan gambar, dan lebih fleksibel dibawa kemana saja karena ukuran yang kecil. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Siyamta, 2014) di mana metode yang digunakan saat melakukan pendidikan kesehatan juga berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan. Menurut (Notoatmodjo, 2012) dalam proses pendidikan kesehatan terjadi pengaruh

timbal balik antara berbagai faktor, antara lain: subjek belajar, pengajar, metode dan teknik belajar, alat bantu belajar dan materi atau bahan yang dipelajari. Sedangkan keluaran adalah hasil dari proses belajar, yaitu berupa kemampuan dan perubahan perilaku dari subjek belajar.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan objek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, peraba dan rasa sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan yang dimiliki seorang ibu akan mempengaruhi perilaku ibu termasuk dalam pengambilan keputusan.

Sebagaimana Allah swt. berfirman dalam QS az-Zumar/39:9

فَلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ۗ
إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُوا الْأَلْبَابِ (٩)

Terjemahnya:

... Katakannlah: Adakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui?" Sesungguhnya orang yang berakal sehat yang dapat menerima pelajaran (Kemenag, 2022).

Dalam tafsir Al-Misbah menjelaskan

kata (يَعْلَمُونَ) pada ayat di atas ada juga ulama yang memahaminya sebagai kata yang tidak memerlukan objek. Maksudnya siapa yang memiliki pengetahuan (apapun pengetahuan itu) pasti tidak sama dengan yang tidak memiliki. Hanya saja, jika makna ini yang Anda pilih, harus digaris bawahi bahwa ilmu pengetahuan yang dimaksud adalah pengetahuan yang bermanfaat yang menjadikan seseorang mengetahui hakikat sesuatu lalu menyesuaikan diri dengan amalnya dengan pengetahuannya itu (Shihab, 2002).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Salsabila et al., 2021) yang mengatakan bahwa seseorang yang memiliki sumber informasi yang lebih akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Sejalan pula dengan teori yang dijelaskan oleh Notoatmodjo mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah pengalaman di mana semakin banyak pengalaman seseorang tentang suatu hal, maka akan semakin bertambah pula pengetahuan seseorang tentang hal tersebut (Nurasmi, 2020).

Dari uraian di atas peneliti berasumsi bahwa ada beberapa faktor yang dapat meningkatkan pengetahuan seseorang di antaranya yaitu metode yang digunakan saat pemberian informasi, penginderaan dan pengalaman, semakin banyak pengalaman seseorang akan suatu kejadian maka

pengetahuannya akan semakin bertambah khususnya pengetahuan tentang kesehatan mental selama kehamilan.

4. Pengaruh Edukadi Media *Booklet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Mental Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Samata

Dari gambaran hasil pengukuran pengetahuan sebelum diberikan edukasi menggunakan media *booklet* diperoleh nilai *median* sebesar 9,00 dan setelah diberikan edukasi menggunakan media *booklet* meningkat menjadi 17,00. Nilai Δ (delta) didapatkan dari nilai $\frac{\text{Median post-pre}}{20} \times 100\% = 40\%$ artinya *booklet* di dalam penelitian ini mampu meningkatkan pengetahuan sebesar 40%. Nilai *p-value* = 0,000 < dari nilai α 0,05, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini ada pengaruh yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan media *booklet* di wilayah Puskesmas Samata. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Kusumawati & Zulaekah, 2021) tentang *Booklet* sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental ibu hamil di Puskesmas Sangrah. Di mana hasil penelitiannya menunjukkan adanya pengaruh media *booklet* dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental ibu hamil.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan

penelitian (Sari et al., 2021) bahwa pemberian edukasi menggunakan media *booklet* terbukti ada pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai tanda bahaya kehamilan. Model penelitian lain yang dilakukan oleh Handayani, menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan kehamilan dengan media *booklet* efektif meningkatkan kesiapan ibu persalinan dan menurunkan skor kecemasan. Penggunaan media *booklet* memiliki perbedaan yang bermakna dengan media video. Edukasi dengan media *booklet* lebih efektif daripada edukasi dengan media video (Handayani & Yulaikah, 2019).

Dalam penelitian ini, pemberian edukasi tentang kesehatan mental kepada responden menggunakan media *booklet*. *Booklet* merupakan salah satu media edukasi yang cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan secara umum, termasuk materi kesehatan mental ibu hamil. Sebagai alat bantu dalam pendidikan, media *booklet* dapat menyalurkan informasi kesehatan agar dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan dari sasaran untuk mencapai tujuan perubahan perilaku (Sutrisno, 2011).

Media edukasi *booklet* dapat disusun sesuai dengan tujuannya. Para ahli dan ibu hamil berpendapat bahwa media *booklet* untuk promosi kesehatan ibu hamil, dapat memperkaya dan mencerahkan

pengetahuan dalam pendidikan kesehatan selama perawatan kehamilan. Hasil penelitian Roberte, menyimpulkan *booklet* dapat memperkuat potensi ibu hamil dan anggota keluarganya untuk meningkatkan kondisi kesehatan. Media *booklet* dapat mendukung para profesional dan ibu hamil sebagai sumber tambahan kegiatan pendidikan selama perawatan kehamilan (LM et al., 2017).

KESIMPULAN

Penggunaan *booklet* dalam meningkatkan pengetahuan dapat dijadikan pilihan media untuk memberikan edukasi. *Booklet* dapat digunakan untuk menyampaikan materi kesehatan mental dan berhasil meningkatkan pengetahuan kesehatan mental pada ibu hamil. Bagi bidan dan tenaga kesehatan studi ini menjadi alternatif acuan dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan mental. Karena dalam penelitian ini hanya mengukur pengetahuan ibu hamil, pada penelitian selanjutnya perlu untuk mengukur kondisi kesehatan mental pada ibu hamil.

DAFTAR RUJUKAN

- Amaliyah, A., Asriningtyas, A. N., Suhendra, A. D. L., Sari, A. P., 'Ulya, A., Mahendra, D. H., Audrey, E. I., & Nurbaity, F. (2021). *Jejak Pemikiran Pemuda Indonesia tentang Kesehatan Mental dan COVID-19* (N. H.
- Arisanti, A. Z. (2021). Dampak Psikologis Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Sehat Masada*, XV No. 2.

- http://research.unissula.ac.id/file/publikasi/210914061/3685Artikel_Dampak_Psikologis_Ibu_Hamil_Selama_Pandemi_Covid-19_Atika.pdf
- Aulia, D. L. N. (2019). Pemberian Informasi Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Program Perencanaan Persalinan Dan Pencegahan Komplikasi. *Jurnal Kebidanan, Vol 5*
- Basri, A. H., Zulkifli, A., & Abdullah, M. T. (2014). Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Depresi Postpartum Di Rsia Sitti Fatimah Dan Rsia Pertiwi Makassar Tahun 2014. <Http://Pasca.Unhas.Ac.Id/Jurnal/Files/FOc9cd5d464f70d10bb4e75f2c0da11a.Pdf>
- Christin, D. I. L., & R, dr. A. S. (2022). Kesehatan Mental pada Ibu Hamil dan Pasca Melahirkan. Kementerian Kesehatan RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1022/kesehatan-mental-pada-ibu-hamil-dan-pasca-melahirkan
- Dewi, E. U. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Pemulung di TPA Wonokromo Surabaya. *Jurnal Keperawatan*. <https://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Kep/article/view/183/251>
- Handayani, R., & Yulaikah, S. (2019). Effectiveness Of Booklet And Video As A Prenatal Health Education Media For Preparation And Decrease In Labor Anxiety. *Journal of Midwifery, 4*, 40–49. <http://jom.fk.unand.ac.id/index.php/jom/article/view/229>
- Istiqomah. (2017). Adaptasi Emosi Positif Pada Periode Kehamilan (Komunikasi Kesehatan Untuk Kesejahteraan Psikologis Ibu Hamil). *Jurnal Empowering*. <http://jurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/EMPOWERING/article/view/itq>
- Kemenag. (2022). *QUR'AN KEMENAG*. Kemenag.Go.Id.
- Kusumawati, Y., & Zulaekah, S. (2021). Booklet sebagai Media Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Mental Ibu Hamil. 50–58. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1251>
- LM, R., LAK, H., & ALZ, G. (2017). *Process of construction of an educational booklet for health promotion of pregnant women*. Vol. 1 No.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan* (2012th.ed). Rineka Cipta.
- Nurasmu. (2020). *Manfaat Omega 3 Terhadap Nutrisi Janin: Studi Pengetahuan Ibu Hamil*. Penerbit Adab.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Salemba Medika.
- Osaki, K., Hattori, T., Toda, A., Mulati, E., Hermawan, L., Pritasari, K., Bardosono, S., & Kosen, S. (2019). Maternal and Child Health Handbook use for maternal and child care: a cluster randomized controlled study in rural Java, Indonesia. *J Public Health*, 170–182.
- RISKESDAS. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018*.
- Roestam A, W. (2003). *Pelatihan Aplikasi Ergonomi untuk Produktivitas*. Ilmu Kedokteran Komunitas FKUI.
- Salsabila, W., Sumartini, N. P., & Purnamawati, D. (2021). Pengaruh Edukasi dengan Media Video Tutorial Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Siswa Melakukan Basic Life Support di Pondok Pesantren Nurul Ilmi Renggangata. *Integrated Nursing Journal, Vol 3 No*.
- Sari, S. A., Sulaeman, S., & Indriani. (2021). Pengaruh Paket Edukasi Tanda Bahaya Kehamilan Melalui Media Booklet, Audiovisual Dan Kombinasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil. *Jurnal Keperawatan*. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/wacana/article/view/83>
- Shahnazi, H., Sabooteh, S., Sharifirad, G., Mirkarimi, K., & Hassanzadeh, A. (2018). The impact of education intervention on the Health Belief Model constructs regarding anxiety of nulliparous pregnant women. *Education Health Promotion*. <https://doi.org/10.4103/2277-9531.154120>
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. Lentera hati.
- Siyamta. (2014). *Jenis dan Klasifikasi Media Pembelajaran*. Pustekom Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Suhardi. (2021). *Risalah Filsafat Ilmu*. CV. Pusdikra Mitra Jaya.
- Susanti, N. N. (2012). *Psikologi Kehamilan*. EGC.

- Sutrisno.(2011). *Pengantar Pembelajaran Inovatif: Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Gaung Persada Press.
- Udayani, N. P. M. Y., Ekajayanti, P. P. N., & Dwijayanti, A. M. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan untuk Mengatasi Ketidaknyamanan Pada Ibu Primigravida Triwulan I. *Jurnal Publikasi Penelitian Kebidanan Dan Keperawatan*, Vol 2. No.
- Zulaekah, S., & Kusumawati, Y. (2021). Kecemasan sebagai Penyebab Gangguan Kesehatan Mental pada Kehamilan di Layanan Kesehatan Primer Kota Surakarta. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*.
https://www.researchgate.net/publication/353019777_Kecemasan_sebagai_Penyebab_Gangguan_Kesehatan_Mental_pada_Kehamilan_di_Layanan_Kesehatan_Primer_Kota_Surakarta