

Edukasi Persiapan Fisik dan Mental Serta Pendamping Persalinan pada Kelompok Ibu Hamil

Novria Hesti¹, Desi Wildayani², Zulfita³

^{1,2,3}Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

¹novriahesti@gmail.com, ²dhesy88angel@gmail.com, ³zulfitatradi@yahoo.co.id

Abstract

Mothers who are not ready to face childbirth are one of the factors that cause maternal mortality (MMR). Many efforts have been made to support efforts to reduce MMR, one of which is by preparing for labor that begins during pregnancy. From the initial survey at the service location, namely the Air Cold TPA Posyandu, Padang city, several problems were found, especially the problem of pregnant women, one of which was the problem of childbirth preparation including physical, mental and emotional readiness as well as delivery assistance. Around 4 pregnant women who were accompanied by health cadres, in discussions with pregnant women some of the problems faced by pregnant women during the COVID-19 pandemic, one of which was raised was the problem of lack of knowledge of pregnant women about how to prepare for childbirth, they only knew about preparation baby and mother equipment and a place to give birth later. The purpose of this activity is to provide education to pregnant women for physical, mental preparation and birth attendants to increase knowledge and change attitudes of pregnant women in preparing physically, mentally and birth attendants. Of the 4 pregnant women met, 3 pregnant women were mothers who had just become pregnant for the first time. Identification of needs through data collection and observation, Design of activities through preparation and initiation. At the implementation stage of the activities, there will be introduction, education that will be carried out directly to pregnant women, guidance and socialization to groups of pregnant women. The material given is about the physical and mental preparation of mothers and birth attendants. Evaluation is carried out by giving questionnaires. The results of this activity are the implementation of providing education and the existence of leaflets that are directly read by pregnant women. Providing education through the CeRIA Mother class "Smart, Healthy Reproduction, Innovative, Active and creative. There is an increase in mother's knowledge about pregnancy preparation which includes physical, mental preparation and childbirth companion. With the increase in knowledge will form a positive attitude of pregnant women to prepare for childbirth.

Keywords: Education, Physical, Mental, Childbirth Assistance, Pregnant Women

Abstrak

Ibu yang belum siap menghadapi persalinan merupakan salah satu faktor penyebab angka kematian ibu (AKI). Banyak upaya yang dilakukan untuk mendukung upaya penurunan AKI, salah satunya dengan menyiapkan persalinan yang dimulai pada masa kehamilan. Dari survei awal di lokasi pengabdian yaitu Posyandu TPA Air Dingin kota Padang, ditemukan beberapa permasalahan khususnya masalah ibu hamil, salah satunya yaitu masalah persiapan persalinan termasuk kesiapan fisik, mental dan emosional serta pendampingan persalinan. Sekitar 4 orang ibu hamil yang didampingi oleh kader kesehatan, dalam diskusi dengan ibu hamil beberapa permasalahan yang dihadapi oleh ibu hamil dimasa pandemic COVID-19, salah satu yang dikemukakan adalah masalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang bagaimana mempersiapkan proses persalinan, mereka hanya

mengetahui sebatas persiapan perlengkapan bayi dan ibu serta tempat akan bersalin nantinya. Tujuan Kegiatan ini adalah memberikan edukasi kepada ibu hamil untuk persiapan fisik, mental dan pendamping persalinan untuk sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap ibu hamil dalam mempersiapkan fisik, mental dan pendamping persalinannya. Dari 4 orang ibu hamil yang ditemui 3 orang ibu hamil adalah ibu yang baru hamil untuk pertama kalinya. Identifikasi kebutuhan melalui pengumpulan data dan observasi, Perancangan kegiatan melalui persiapan dan inisiasi. Pada tahap implementasi kegiatan yang akan dilakukan pengenalan, edukasi yang dilakukan langsung kepada ibu hamil, pembimbingan dan sosialisasi kepada kelompok ibu hamil. Materi yang diberikan adalah tentang, persiapan fisik dan mental ibu serta pendamping persalinan. Evaluasi dilaksanakan dengan pemberian kuisioner. Hasil kegiatan ini yaitu terlaksananya pemberian edukasi dan adanya Leaflet yang langsung dibaca oleh ibu hamil. Pemberian edukasi melalui kelas Ibu CERIA “Cerdas, Reproduksi sehat, Inovatif, Aktif dan kreatif. Adanya peningkatan pengetahuan ibu tentang persiapan kehamilan yang mencakup persiapan fisik, mental dan pendamping persalinan. Dengan adanya peningkatan pengetahuan akan terbentuknya sikap positif dari ibu hamil untuk menyiapkan persalinannya.

Kata kunci: Edukasi, Fisik, Mental, Pendamping Persalinan, Ibu Hamil

© 2022 Jurnal Pustaka Mitra

1. Pendahuluan

Persalinan merupakan persiapan penting yang sangat ditunggu oleh setiap pasangan suami-istri, menyambut kelahiran sang buah hati merupakan saat yang membahagiakan setiap keluarga bahkan seluruh anggota masyarakat, demi kesejahteraan ibu dan janin [1]. Dalam melewati proses persalinan nantinya tentunya perlu dipersiapkan persiapan persalinan. Persiapan persalinan adalah hal yang penting dari proses persalinan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan yang optimal menjelang persalinan dan segera siap untuk proses laktasi [2]. Persiapan persalinan tidak hanya persiapan fisik namun persiapan mental juga merupakan hal yang utama. Oleh karena itu hal ini sudah disiapkan oleh ibu dan keluarga dari masa kehamilannya. Namun pada kenyataannya dilapangan ibu hamil belum mampu sepenuhnya siap menghadapi persalinannya baik secara fisik maupun mental [3].

Selain persiapan fisik dan mental, hal yang tidak kalah pentingnya yaitu adanya pendamping persalinan yang sangat penting dan dianjurkan untuk melakukan perannya dalam mendukung ibu dalam proses persalinan nantinya [4]. Melalui kunjungan *Antenatal Care* persiapan persalinan juga dapat dilakukan, salah satunya dengan mengikuti kelas ibu hamil ibu bisa mendapatkan informasi yang lengkap, jelas, perawatan kehamilan, serta persiapan persalinan, nifas, dan perawatan bayi baru lahir [5].

Pemerintah terus berupaya untuk melakukan terobosan dalam menurunkan AKI dan AKB di Indonesia dimana salah satunya adalah Program Perencanaan Persalinan dan mencegah Komplikasi (P4K) dimana dengan terlaksananya program ini dengan baik maka kesehatan ibu dan anak akan lebih baik [6]. Angka Kematian Ibu merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan suatu negara. Setiap hari, sekitar 830 wanita meninggal karena sebab yang dapat dicegah terkait dengan kehamilan dan persalinan. 99% dari semua kematian ibu terjadi di

negara berkembang. Salah satu target di bawah Tujuan Pembangunan Berkelanjutan 3 adalah untuk mengurangi rasio kematian ibu bersalin global menjadi kurang dari 70 per 100.000 kelahiran, dengan tidak ada negara yang memiliki angka kematian ibu lebih dari dua kali rata-rata global. Wanita meninggal akibat komplikasi selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Komplikasi utama yang menyebabkan hampir 75% dari semua kematian ibu adalah perdarahan hebat setelah melahirkan, infeksi, tekanan darah tinggi selama kehamilan (pre-eklampsia dan eklampsia), komplikasi dari persalinan, dan aborsi yang tidak aman [7].

Pengetahuan ibu hamil tentang persiapan persalinan akan berhubungan dengan kesiapan ibu hamil menghadapi persalinan [8]. Pengetahuan ibu hamil salah satunya bisa didapatkan melalui kunjungan rutin ke Puskesmas, Klinik Bersalin, Praktek Mandiri Bidan, Posyandu atau kelas ibu hamil yang diadakan tiap bulan dimana dalam kegiatan kelas ibu hamil tersenut ibu bisa mendapatkan edukasi, pendampingan persiapan persalinan.

Tempat pembuangan sampah akhir (TPA) adalah salah satu kawasan kumuh yang ada di perkotaan. Di negara berkembang, jumlah penduduk di kawasan kumuh di meningkat dari 689 juta menjadi 880 juta tahun 2016. (1) Kondisi sanitasi yang buruk dan pengelolaan sampah yang tidak adekuat menjadi media penyebar penyakit infeksi seperti tuberkulosis, pneumonia, dan diare. (2) Di India tahun 2014 diketahui status kesehatan ibu dan anak di kawasan TPA tidak memuaskan, dimana kunjungan antenatal rendah, prevalensi anemia selama kehamilan tinggi dan sebagian besar anak tidak diimunisasi. Tujuh dari 10 anak meninggal karena diare, infeksi saluran nafas akut, malnutrisi, dan campak.

Tempat Pembuangan Sampah Akhir (TPA) Aia Dingin terletak di Air Dingin kota Padang dan merupakan wilayah kerja Puskesmas Air Dingin. Terdapat satu posyandu dan ada sekitar 18 ibu hamil

yang bermukim. Dari survei awal di lokasi pengabdian, ditemukan beberapa permasalahan khususnya masalah ibu hamil, salah satunya yaitu masalah persiapan persalinan termasuk kesiapan fisik, mental dan emosional serta pendampingan persalinan hal ini salah satu dampak dari rendahnya kunjungan Antenatal. sekitar 4 orang ibu hamil yang didampingi oleh bidan dan kader kesehatan, dalam diskusi dengan ibu hamil beberapa permasalahan yang dihadapi oleh ibu hamil dimasa pandemic COVID-19, salah satu yang dikemukakan adalah masalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang bagaimana mempersiapkan proses persalinan, mereka hanya mengetahui sebatas persiapan perlengkapan bayi dan ibu serta tempat akan bersalin nantinya. Dari 4 orang ibu hamil yang ditemui 3 orang ibu hamil adalah ibu yang baru hamil untuk pertama kalinya.

Berdasarkan data yang didapatkan pada saat survey awal melalui wawancara dengan bidan dan kader kesehatan, maka prioritas permasalahan mitra adalah sasaran juga mempunyai pengetahuan yang kurang memadai tentang persiapan persalinan meliputi persiapan fisik dan mental serta pendampingan persalinan.

2. Metode Pengabdian Masyarakat

Rancangan mekanisme pelaksanaan kegiatan ini akan dilakukan dengan mengadopsi langkah- langkah *action research* yang terdiri dari 4 (empat) tahap, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan evaluasi, refleksi. Kegiatan-kegiatan atau aktivitas-aktivitas dari masing-masing tahapan adalah sebagai berikut :

2.1 Perencanaan

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahap perencanaan adalah : (1). Koordinasi dengan tim dan mahasiswa terhadap apa saja yang harus di siapkan untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini, seperti instrument pengabdian (video-video), administrasi pengabdian, berita acara pelaksanaan pengabdian, daftar hadir, spanduk dan sebagainya. (2). Koordinasi dengan Bidan wilayah TPA Air Dingin Kota Padang terkait kapan waktu pelaksanaan kegiatan abdimas ini. (3). Koordinasi dengan kader-kader posyandu TPA Air Dingin untuk pelaksanaan kegiatan abdimas ini.

2.2 Tindakan

Tindakan dalam kegiatan ini akan dilakukan dengan pemberian informasi dan edukasi kepada 10 orang ibu hamil melalui Kelas Ibu CERIA “ Cerdas, Reproduksi Sehat, Inovatif, Aktif dan kreatif” dimana sub materi yang diberikan persiapan persalinan meliputi persiapan fisik dan mental serta pendampingan persalinan. Kegiatan ini telah dilakukan dengan tatap muka, mengingat tidak semua wanita usia subur di lingkup TPA Air Dingin memiliki *handphone* dan perangkat elektronik yang

memadai untuk dilakukan secara daring dengan aplikasi ZOOM dan tetap memperhatikan protokol kesehatan. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 14 Desember 2021.

2.3 Observasi dan Evaluasi

Observasi dilakukan terhadap proses edukasi yang dilakukan selama kegiatan pengabdian masyarakat Instrumen yang dilakukan berupa kuesioner yang diberikan pre dan post kegiatan abdimas ini. Evaluasi dilakukan terhadap kualitas penyampaian informasi dan ketepatan sasaran informasi.

2.4 Refleksi

Refleksi dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini dilakukan semata- mata untuk mengetahui kekurangan-kekurangan atau kelebihan-kelebihan terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan dalam rangka menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan-kegiatan berikutnya.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil yang dicapai per tahap dari pengabdian Kepada Masyarakat berdasarkan metode yang sudah ditetapkan yaitu sebagai berikut:

3.1 Perencanaan

Kegiatan yang telah dilakukan pada tahap perencanaan ini adalah sebagai berikut:

3.1.1. Adanya koordinasi kegiatan

Koordinasi dengan tim dan mahasiswa tentang persiapan kegiatan pengabdian masyarakat ini, seperti instrument pengabdian, administrasi pengabdian, berita acara pelaksanaan pengabdian, daftar hadir, spanduk, leaflet, video dan sebagainya

Koordinasi dengan ibu kader tentang permasalahan ibu saat hamil dan persalinan, bagaimana keadaan ibu hamil di TPA Air dingin, fenomena apa yang terjadi serta kapan waktu dan dimana pelaksanaan kegiatan abdimas ini. Terkait dengan keadaan pandemi sekarang ini maka saat pelaksanaan dilakukan dengan mematuhi protokol kesehatan, wajib masker, cuci tangan dan jaga jarak.

3.1.2. Persiapan tempat dan waktu kegiatan

Tempat kegiatan pelaksanaan adalah di Posyandu kawasan TPA Air dingin. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada hari Selasa, 14 Desember 2021.

3.1.3 Persiapan materi pelatihan

Adanya Pedoman Praktek, video, dan PPT tentang edukasi tentang persiapan fisik, mental dan emosional serta person pendampingan persalinan

3.2 Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian diawali dengan pembukaan kegiatan yang dihadiri dan dibuka oleh ibu Bidan pembina wilayah, kader dan ibu hamil. Berikut merupakan rincian tahapan kegiatan yang akan dilakukan:

3.2.1 Perkenalan

Kegiatan pertama yang dilakukan dengan tujuan untuk mendekatkan diri dengan ibu hamil dimulai dengan memperkenalkan diri satu per satu dan langsung mendokumentasikan kegiatan dengan foto bersama bidan penanggung jawab wilayah, kader, ibu hamil dan mahasiswa. Perkenalan ini diawali dari tim pengabdian, mahasiswa dan dilanjutkan dengan perkenalan ibu hamil.



Gambar 1. Perkenalan dan foto bersama dengan Bidan penanggung jawab wilayah, kader dan ibu hamil serta mahasiswa

3.2.2 Pengambilan Data Awal (*pretest*)

Pengambilan data awal menggunakan kuesioner yang akan diisi sendiri oleh ibu hamil. Ibu hamil diminta mengisi kuisisioner yang dibagikan oleh mahasiswa. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil terkait persiapan fisik, mental dan emosional serta person pendampingan persalinan.



Gambar 2. *Pretest* sebelum edukasi

3.2.3 Penyampaian Materi

Kegiatan selanjutnya dengan pemberian informasi terkait persiapan fisik dan mental serta persiapan pendampingan persalinan dengan media PPT/Materi yang diberikan antara lain, Membuat perencanaan persalinan, membuat perencanaan pengambilan keputusan jika terjadi kegawatdaruratan pada saat pengambilan keputusan tidak ada, mempersiapkan sistem transportasi jika terjadi kegawatdaruratan, membuat rencana/pola menabung, mempersiapkan langkah yang diperlukan untuk persalinan dan aktivitas menjelang persalinan.



Gambar 3. Pemaparan Materi

3.2.4 Observasi dan Evaluasi

Observasi dilakukan terhadap proses edukasi yang dilakukan selama kegiatan pengabdian masyarakat. Evaluasi terhadap keberhasilan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan cara memberikan kuisisioner sebelum dan sesudah edukasi diberikan. Kuisisioner yang di berikan kepada ibu hamil sebelum dan sesudah adalah yang sama dengan jumlah soal 15 buah. Kuisisioner ini diberikan untuk menilai tingkat pengetahuan ibu hamil apakah terjadi peningkatan setelah diberikan edukasi. Hasil dari kuisisioner yang diberikan tampak pada tabel 1 dan tabel 2:



Gambar 4. Evaluasi melalui *Posttest*

Tabel 1 Distribusi Frekuensi karakteristik Sasaran

No	Umur	Pendidikan
1	36	SMA
2	30	SMA
3	20	SMP
4	25	DIII
5	28	SMP
6	28	SI
7	37	SMA
8	24	SMP
9	24	SMA
10	27	SMA

Berdasarkan tabel. 1 dapat dilihat bahwa usia responden yang paling besar adalah 37 tahun dan yang paling kecil di usia 20 tahun dengan tingkat pendidikan paling tinggi adalah SI dan yang paling rendah adalah SMP.

Tabel 2 Score Pengetahuan Ibu hamil tentang persiapan fisik, mental dan emosional serta persiapan pendampingan persalinan

Score Pengetahuan	
Pre Edukasi	Post Edukasi
10	12
11	13
6	8
11	12
8	10
12	13
10	12
7	9
12	13
10	11

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan score pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi. Pengetahuan ibu hamil tentang persiapan persalinan meliputi pengetahuan tentang Membuat perencanaan persalinan, membuat perencanaan pengambilan keputusan jika terjadi kegawatdaruratan pada saat pengambilan keputusan tidak ada, mempersiapkan sistem transportasi jika terjadi kegawatdaruratan, membuat rencana/pola menabung, mempersiapkan langkah yang diperlukan untuk persalinan dan aktivitas menjelang persalinan. Beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan diantaranya umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, informasi dan pengalaman [9]. Pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil akan menentukan persiapan ibu hamil dalam menyiapkan persalinannya. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil, maka akan semakin siap ibu hamil dalam mempersiapkan persalinannya baik persiapan secara fisik maupun mental serta finansial [4].

Menurut Hasil Penelitian Marniani Konga Naha (2018), menjelaskan pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil persalinan mempengaruhi perilaku ibu tersebut dalam mempersiapkan dan menghadapi persalinan. Selain itu dengan adanya pengetahuan ibu tentang persalinan akan membentuk respon positif

tentang persalinan. Ketika ibu hamil siap dalam menghadapi persalinan maka tingkat kecemasan dan ketakutan ibu juga akan berkurang. dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa dengan adanya edukasi untuk peningkatan pengetahuan ibu dalam persiapan persalinan akan meningkatkan persiapan fisik dan mental ibu dalam menghadapi persalinan sehingga persalinan dapat berjalan dengan cepat dan aman [10]

4. Kesimpulan

Koordinasi berjalan dengan baik antara tim pengabdian dengan masyarakat di TPA Air Dingin Kota Padang. Sasaran pengabdian memberikan respon yang baik terhadap materi yang telah diberikan, Sasaran dengan baik mengikuti kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian dan terjadi peningkatan pengetahuan kelompok ibu hamil.

Diharapkan dukungan yang penuh tetap diberikan oleh Bidan Pembina Wilayah dan kader di TPA Air Dingin, sehingga program ini tetap berjalan dan dapat dikembangkan untuk program pengabdian kepada masyarakat dengan tema yang lainnya sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang ada.

Ucapan Terimakasih

Tim pengabdian ingin mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat: Yayasan MERCUBAKTIJAYA yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terwujud. Ketua STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang dan Ketua LP2M yang telah memberikan fasilitas sehingga pengabdian ini bisa terlaksana. Bidan Pembina Wilayah dan Kader yang telah bersedia menerima tim pengabdian untuk dapat melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di wilayah kerjanya serta memberikan dukungan penuh terhadap kegiatan ini. Kepala Puskesmas Air Dingin Padang beserta jajaran yang telah bersedia menerima tim pengabdian untuk dapat melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di wilayah kerjanya serta memberikan dukungan penuh terhadap kegiatan ini. Seluruh pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Daftar Rujukan

- [1] Rilyani, "Hubungan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin (Kala I) di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung Tahun 2015," Bandar Lampung, Jun. 2017.
- [2] I. Manuaba, C. Manuaba, and F. Manuaba, *Pengantar Kuliah Obstetri*, vol. 1. Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2017.
- [3] E. P. Sari and Kurnia, *Asuhan Persalinan Intranatal Care*. Jakarta: Trans Info Media, 2015.
- [4] N. Dewi and R. N. ZA, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Persiapan Ibu Hamil Trimester III Menjelang Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Yuniar Desa Cot

- Nambak Kecamatan Blang Bintang Kabupaten Aceh Besar,” Banda Aceh, Apr. 2017.
- Kerja Puskesmas Batulappa Kabupaten Pinrang,” Makassar, 2020.
- [5] A. Yuliana, B. Murti, and H. Prasetya, “Factors Affecting Maternal Birth Preparedness: Evidence from Salatiga, Central Java,” *Journal of Maternal and Child Health*, vol. 04, no. 01, pp. 55–61, 2019, doi: 10.26911/thejmch.2019.04.01.08.
- [6] Kemenkes RI, “Rencana Strategis Kementerian Kesehatan 2015-2019,” Jakarta, Feb. 2015.
- [7] WHO, “Maternal Mortality.” WHO, 2018.
- [8] Sartika, Ernawati, and Hasifah, “Faktor yang Berhubungan dengan Kesiapan Persalinan Ibu Primigravida di Wilayah
- [9] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2012.
- [10] M. Konga Naha and S. Handayani, “Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Persalinan dengan Kesiapan Menghadapi Persalinan pada Trimester III di Puskesmas Umbulharjo I Yogyakarta,” *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, vol. 5, no. 1, pp. 56–61, Mar. 2018, [Online]. Available: <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/index>