

PEMBERIAN EDUKASI DAN PENDAMPINGAN PERSIAPAN PERSALINAN PADA IBU HAMIL DI DESA PATAS

Titin Novayanti Dey¹, Ni Putu Citra Laksmi², Luh Citrarasmi Dara Mestika³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan FK UNDIKSHA

Email: titin.dey@undiksha.ac.id

ABSTRACT

Mothers' unpreparedness for childbirth is one of the factors causing high maternal mortality rates (MMR). Data shows a significant disparity, with developing countries having an MMR of around 290 per 100,000 live births, much higher than developed countries, which only have 14 per 100,000. Childbirth preparation, which includes knowledge of risk factors, physiological and psychological changes, and danger signs, is considered important to improve. Education is seen as the best way to prepare pregnant women so that it can influence the choice of a safe delivery method. The purpose of this activity is to increase the knowledge and readiness of pregnant women to face pregnancy and childbirth safely and with quality. The method of implementation of the activity consists of coordination, providing education, and assisting pregnant women in planning their childbirth preparations. The results of providing education and assistance help pregnant women prepare for childbirth and participate in planning the desired/expected delivery process later, this will also facilitate communication between pregnant women and health workers (midwives).

Keywords: education, pregnant women, childbirth preparation.

ABSTRAK

Ketidaksiapan ibu dalam menghadapi persalinan merupakan salah satu faktor penyebab tingginya angka kematian ibu (AKI). Data menunjukkan disparitas yang signifikan, di mana negara berkembang memiliki AKI sekitar 290 per 100.000 kelahiran hidup, jauh lebih tinggi dibandingkan negara maju yang hanya 14 per 100.000. persiapan persalinan yang mencakup pengetahuan tentang faktor risiko, perubahan fisiologis dan psikologis, serta tanda-tanda bahaya dimilai penting untuk ditingkatkan. Edukasi dipandang sebagai cara terbaik untuk mempersiapkan ibu hamil sehingga dapat mempengaruhi pemilihan cara persalinan yang aman. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan persalinan secara aman dan berkualitas. Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari koordinasi, pemberian edukasi dan pendampingan ibu hamil dalam merencanakan persiapan persalinannya. Hasil dari pemberian edukasi dan pendampingan membantu ibu hamil dalam mempersiapkan persalinannya dan ikut merencanakan proses persalinan yang diinginkan/diharapkan nantinya, hal ini juga akan mempermudah komunikasi antara ibu hamil dengan tenaga kehatan (bidan).

Kata kunci: edukasi, ibu hamil, persiapan persalinan.

PENDAHULUAN

Ketidaksiapan ibu dalam menghadapi persalinan merupakan salah satu faktor penyebab angka kematian ibu (AKI). Untuk itu dilakukan mendukung upaya pengurangan AKI, persiapan persalinan merupakan hal penting yang harus ditingkatkan. Perbandingan kematian ibu hamil di suatu negara yang masih berkembang merupakan angka tertinggi dengan 290 kematian per 100.000 kelahiran hidup dibanding dengan angka kematian ibu di negara

maju, yaitu 14 kematian ibu setiap 100.000 kelahiran yang hidup. (Novria Hesti, 2022: 155)

Proses kehamilan dan persalinan memerlukan persiapan baik secara fisik maupun psikologis. Kesiapan fisik meliputi matangnya sistem reproduksi, kebutuhan nutrisi, personal hygiene. Kesiapan psikologis adalah dimana seorang perempuan dan pasangannya merasa telah ingin mempunyai anak dan merasa telah siap menjadi orang tua termasuk mengasuh dan mendidik anaknya.

Dukungan dan peran serta suami dalam masa kehamilan terbukti meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan, bahkan juga memicu produksi ASI. (Lisa Trina, 2021: 1117)

Persiapan persalinan merupakan tujuan untuk mempersiapkan semua keperluan semasa kehamilan sampai proses persalinan. Pengetahuan dan persiapan persalinan merupakan segala sesuatu yang dipersiapkan untuk menanti kelahiran anak oleh ibu hamil. Pengetahuan dan persiapan persalinan dari ibu hamil mencakup faktor risiko ibu dan janin, perubahan psikologi dan fisiologi, pendamping persalinan, tanda-tanda bahaya dan bagaimana meresponnya serta tanda-tanda saat ingin melahirkan. (Melisa Putri, 2020:33)

Edukasi dianggap cara terbaik dalam mempersiapkan persalinan. Edukasi pada ibu hamil dapat mempengaruhi cara persalinan. Penelitian menyebutkan bahwa program persiapan persalinan akan meningkatkan kepuasaan ibu dalam menghadapi persalinan, dapat berkomunikasi lebih baik dengan penyedia layanan, berpartisipasi dalam pengambilan keputusan selama persalinan dan mengurangi persepsi nyeri. (Henik Istikhomah, 2016: 29)

Edukasi persalinan bertujuan untuk mempersiapkan ibu, baik secara fisik maupun mental, dalam menghadapi proses persalinan. Partisipasi dalam kelas ini terbukti mampu mengurangi rasa takut, stres, trauma, serta meningkatkan kepercayaan diri ibu. Dengan demikian, kelas ini berperan penting dalam menciptakan pengalaman kehamilan dan persalinan yang lebih aman, nyaman, dan bebas trauma. (Sorongan Lucia, 2015: 61)

Ibu hamil berhak untuk memilih bagaimana mereka akan melahirkan bayinya, calon ibu dapat memilih tempat persalinan yang mereka inginkan, tetapi terkadang proses persalinan tertentu dapat direkomendasikan karena alasan medis. (Mintaningtyas, 2023)

Selain itu, pemberian edukasi juga menjadi sarana bagi ibu untuk berinteraksi dengan sesama calon ibu, membangun jejaring

dukungan sosial. Adanya pendampingan selama persalinan turut meningkatkan peluang persalinan normal dengan intervensi minimal. Oleh karena itu ibu hamil diharapkan dapat mengupayakan segala sesuatu yang berkaitan dengan persiapan menghadapi persalinan, sehingga dalam menghadapi persalinan ibu memiliki kesiapan yang baik.

Berdasarkan uraian di atas, pemberian edukasi tentang persiapan persalinan pada ibu hamil merupakan langkah terbaik sebagai investasi jangka panjang ibu. Program ini sejalan dengan tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) dalam mengurangi angka kematian ibu dan anak serta meningkatkan kualitas hidup. Dengan mengintegrasikan pemberian edukasi tersebut ke dalam Kelas Ibu Hamil, dapat memastikan bahwa calon ibu dan ayah memiliki bekal dalam menghadapi persalinan nantinya. Berdasarkan latar belakang tersebut maka tim pengabdian melakukan kegiatan pengabdian masyarakat kepada masyarakat Desa Patas tentang “Pemberian Edukasi dan Pendampingan Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil dalam Kelas Ibu Hamil”.

METODE

Persiapan persalinan adalah rencana Tindakan yang dibuat oleh ibu, anggota keluarga dan bidan. Rencana ini tidak harus dalam bentuk tertulis dan biasanya memang tidak tertulis. Rencana ini lebih Hanya sekedar diskusi untuk memastikan bahwa ibu menerima asuhan yang ia perlukan. (Pratiwi lilek, 2024)

Pemberian pendidikan persiapan persalinan akan dilakukan secara terintegrasi dengan kelas ibu hamil di Desa Patas. Pertemuan pertama dalam pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan pemberian pendidikan berupa materi terkait persiapan persalinan. Ibu akan diberikan penjelasan persiapan fisik maupun psikologis dalam menghadapi persalinan. Pemberian materi dilakukan interaktif dengan berdiskusi bersama ibu hamil. Keunggulan pelaksanaan pemberian

edukasi dalam kelas ibu hamil adalah ibu hamil selain berdiskusi bersama tim dan tenaga kesehatan, juga dapat saling bertukar pengalaman sesama ibu hamil lainnya. Media yang digunakan power point dan lembar balik.

Pada pertemuan kedua, ibu hamil akan diajak berdiskusi terkait keputusan ataupun kesiapannya dalam menghadapi persalinan mulai dari menentukan posisi yang ingin digunakan, tempat persalinan, dana yang disediakan, pendamping persalinan, kebutuhan dan perlengkapan yang sudah dan belum disediakan, kecemasan dan ketakutan yang masih menganggu ibu. Selain itu ibu juga dapat membuat *plan birth* (rencana persalinanku) sebagai Gambaran situasi persalinan yang diiginkan /diharapkan nantinya. Hal ini dapat mempermudah ibu dalam berkomunikasi dengan petugas Kesehatan khususnya bidan terkait keadaan dan rencana persalinannya. Tim akan langsung mendampingi ibu hamil apabila terdapat kendala ataupun hambatan. Media yang digunakan melalui *google form birth plan*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali sebagai tahap persiapan yaitu Koordinasi dengan bidan desa serta menyampaikan perencanaan kegiatan pengabdian. Bidan menyetujui dan menyampaikan gambaran secara umum terkait kelas ibu hamil yang selama ini diadakan baik dari segi tantangan maupun kebutuhan yang perlu disediakan. setelah itu menyusun materi dengan media pembelajaran PPT dan menggunakan lembar balik yang tersedia.



Gambar 1. Pertemuan bersama bidan desa selat

Persiapan persalinan meliputi persiapan fisik, pemeliharaan kesehatan melalui nutrisi selama kehamilan, olahraga prenatal seperti yoga maupun jalan pagi, dan pemeriksaan kehamilan rutin. Persiapan psikologis, perasaan cemas pada ibu hamil bisa berdampak pada janin, untuk itu perlu adanya stimulus dari suami untuk menenangkan hati ibu. Salah satunya pengelolaan stres, teknik relaksasi, dan pembangunan kepercayaan diri. Persiapan finansial, persalinan memerlukan banyak biaya, jadi ibu harus mengalokasikan uang untuknya karena kondisi ekonomi mereka dan kemampuan mereka membayarnya. Ibu dan keluarga dapat mengatur biaya persalinan dengan tarif persalinan. Persiapan tas bersalin untuk ibu dan bayi serta tanda bahaya kehamilan. (Pratiwi lilek, 2024)

Edukasi persiapan persalinan dibuka dengan membangun hubungan dengan mengajukan beberapa pertanyaan terkait keadaan ibu hamil dan keluhan yang dialami. Lalu dilanjutkan dengan pemberian materi melalui PPT selama 10 menit kemudian dilanjutkan dengan timbal balik 20 menit kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab serta sesi *sharing* antara sesama ibu hamil. Peserta ibu hamil dalam kelas ibu hamil sebanyak 15 orang. Kegiatan ini dimasukkan serangkaian dengan kelas ibu hamil yang diadakan bidan desa dalam rencana program rutin Desa Selat.



Gambar 2. Pemberian Materi oleh bu Titin



Gambar 3. Pemberian Materi oleh bu Citra

Pendampingan yang dilakukan pada ibu hamil berupa membagikan dalam bentuk google form yang berisikan pertanyaan-pertanyaan terakit persiapan persalinan ibu yang mengarahkan ibu dalam merencanakan proses. Pendampingan berfokus pada pemantapan keputusan persalinan (tempat, pendamping, pembiayaan), penyusunan rencana darurat jika terjadi komplikasi, dengan harapan dapat mengatasi kecemasan ibu terkhusus ibu trimester III dalam penantian proses persalinan. Pendampingan ini juga merupakan bentuk evaluasi dari materi yang diberikan pada pertemuan sebelumnya. Peserta yang hadir 12 ibu hamil.

Setelah mengisi formulir rencana persalinan (*birth plan*) melalui Google Form, diperoleh hasil sebagai berikut: dari 12 ibu hamil yang terlibat, seluruhnya berprofesi sebagai ibu rumah tangga, memilih suami sebagai pendamping persalinan, serta merencanakan penggunaan kendaraan roda dua (sepeda motor) dan fasilitas BPJS sebagai layanan kesehatan saat persalinan.

Dominannya pilihan bersalin di TPMB (83,3%) mencerminkan kepercayaan masyarakat terhadap layanan kesehatan dasar sekaligus mengindikasikan kebutuhan untuk memastikan kualitas TPMB. Sementara itu,

rencana operasi caesar di RS pada 2 ibu hamil disebabkan oleh kondisi medis tertentu yang memerlukan penanganan khusus.

Seluruh ibu hamil juga memiliki keinginan yang sama untuk menerapkan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dan memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya hingga enam bulan. Selain itu, semua ibu menyadari betapa pentingnya perawatan bayi yang tepat setelah kelahiran dan menyatakan kesiapan serta kebutuhan akan pendampingan baik dari tenaga medis maupun keluarga dalam proses perawatan bayi, juga menyepakati rencana penggunaan alat kontrasepsi usai persalinan. Metode kontrasepsi yang paling banyak diminati adalah suntik dan implant, dengan pertimbangan utama yaitu tingkat kepraktisan dan efektivitasnya.



Gambar 4. Pendampingan ibu dalam mengisi gform

Program ini berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil akan pentingnya perencanaan persalinan. Pemilihan suami sebagai pendamping dan penggunaan BPJS menunjukkan kesiapan dalam aspek dukungan sosial dan finansial. Namun, ketergantungan pada transportasi motor perlu menjadi perhatian khusus mengingat risikonya dalam situasi darurat.

Partisipasi suami sebagai pendamping persalinan menunjukkan peningkatan kesadaran akan peran keluarga dalam mendukung ibu hamil. Hal ini sejalan dengan tujuan program untuk memperkuat dukungan psikologis dan sosial.



Gambar 5. Foto bersama bidan, dosen dan ibu hamil

SIMPULAN

Peserta terlibat aktif selama sesi ceramah interaktif. Bidan endamping melaporkan tingginya antusiasme ibu hamil dalam menyusun *birth plan*. Materi edukasi perlu diberikan secara berkala untuk mengingatkan ibu hamil akan tanda bahaya dan rencana darurat.

DAFTAR RUJUKAN

Hesti N, Zulfita Z, Ryantori R. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Persiapan Persalinan pada Ibu Hamil di Kelurahan Anduring. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2022;22(2):837. <https://doi.org/10.55382/jurnalpublikasmitra.v2i2.178>

Lisa Trina Arlym, Yulia Herawati. Edukasi Persiapan Persalinan pada Pasangan Hamil dalam Menyambut Persalinan Minim Trauma. Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat. 2021 Volume 4 Nomor 5 Oktober. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, STIKes Mitra RIA Husada. 2021;4:1117-1123. <https://doi.org/10.33024/JKPM.V4I5.4247>

Program pengabdian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi serta pendampingan yang sistematis kepada ibu hamil adalah suatu upaya krusial dan bernilai strategis guna mengoptimalkan kesiapan baik fisik maupun psikologis ibu menyongsong persalinan. Dengan rangkaian kegiatan yang terorganisir mulai dari persiapan, pelaksanaan (melalui metode ceramah interaktif dan konseling personal), hingga evaluasi program ini tidak sekadar berorientasi pada peningkatan pemahaman, melainkan juga pada penguatan kapasitas ibu hamil untuk menentukan pilihan terbaik berkenaan dengan lokasi, pendamping, serta perencanaan persalinan, termasuk kesiapsiagaan menghadapi situasi gawat darurat.

Oleh karena itu, kegiatan ini mampu memberikan dampak nyata dalam mendukung penurunan Angka Kematian Ibu (AKI), dengan cara memastikan ibu hamil dapat melalui proses persalinan secara lebih selamat dan bermutu, sehingga pada gilirannya turut berperan dalam memajukan kesehatan ibu dan anak.

Putri Melisa, Bunga Romadhona, Lili Anggraini, dkk. Pelayanan Kebidanan Keluarga Peran Pendamping dalam Kesehatan Kehamilan dan Persalinan 2024. *Jurnal Antara Pengmas* Vol.3, No.1 <https://jnph.org/index.php/JAN/article/download/50/48>

Istikhomah H, Mumpuni DAP. Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III Dalam Persiapan Persalinan Pasca Relaksasi Hypnobirthing. *J Kebidanan dan Kesehat Tradis*. 2016;1(1):28-33. <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/JKK/article/view/151/141>

Lucia S, Purwandari A, Pesak E. Pengaruh Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Tentang Persiapan Persalinan. *J Ilm Bidan*. 2015;3(1):61-65.

<https://media.neliti.com/media/publications/91266-ID-pengaruh-pelaksanaan-kelas-ibu-hamil-ter.pdf>

Pratiwi lilek. 2024. *Persalinan Dan Persiapan Menjadi Ibu.* (Awahita resa, ed.). CV Jejak; Jawa Barat.

Mintaningtyas Iriami Sestu. Buku Ajar Asuhan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir. (Moh Nasrudin, ed.). PT Nasya Expanding Manangement; 2023