
Komunikasi, Informasi dan Edukasi tentang Kehamilan Sehat untuk Mendapatkan Persalinan Normal dan Bayi Sehat

Siti Hamidah*¹

¹ Kebidanan; Fakultas Kesehatan; Universitas Muhammadiyah Gresik; Jl. Sumatra 101, Gresik, Indonesia
e-mail correspondence*: siti_hamidahtw@umg.ac.id

Naskah di terima : 10/12/23

Naskah di revisi : 02/01/24

Naskah di setujui : 10/01/24

Abstrak

Stunting adalah ketidakmampuan balita untuk tumbuh kembang karena kekurangan gizi dalam jangka yang panjang, seringnya terkena infeksi dan kurangnya pemberian stimulasi. Stunting juga dapat disebabkan oleh faktor status kesehatan ibu hamil, pola makan balita, kesehatan remaja, ekonomi dan budaya, serta faktor lingkungan seperti akses layanan kesehatan dan kebersihan. Namun, stunting dapat disebabkan karena kurangnya ilmu kesehatan mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat. Ilmu kesehatan mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat merupakan pengetahuan yang harus dipahami oleh semua orang. Pengabdian ini dilaksanakan di Aisyiyah Ranting 3 Gresik Kota Baru (GKB) Kabupaten Gresik. Pengabdian bertujuan untuk mengedukasi ibu tentang kehamilan sehat untuk mendapatkan persalinan normal dan bayi sehat sehingga dapat menekan kejadian kasus stunting. Dengan dilaksanakannya *workshop* ini, pengetahuan mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat meningkat dari 38% menjadi 76%.

Kata kunci : —3-5 kata kunci, Kehamilan Sehat, Persalinan Normal, Bayi Sehat

Abstract

Stunting is the inability of toddlers to grow and develop due to long-term malnutrition, frequent infections and lack of stimulation. Stunting can also be caused by factors such as maternal health status, toddler diet, adolescent health, economy and culture, as well as environmental factors such as access to health services and hygiene. However, stunting can be caused by a lack of health knowledge about healthy pregnancy, normal labor and healthy babies. Health knowledge about healthy pregnancy, normal labor and healthy babies is knowledge that must be understood by everyone. This service was carried out at Aisyiyah Ranting 3 Gresik Kota Baru (GKB) Gresik Regency. The service aims to educate mothers about healthy pregnancy to get normal labor and healthy babies so as to reduce the incidence of stunting cases. With the implementation of this workshop, knowledge about healthy pregnancy, normal labor and healthy babies increased from 38% to 76%.

Keywords—3-6 keywords, *Healthy Pregnancy, Normal Labor, Healthy Baby*

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah ketidakmampuan balita untuk tumbuh kembang karena kekurangan gizi dalam jangka yang panjang, seringkali terkena infeksi dan kurangnya pemberian stimulasi. Stunting juga dapat disebabkan oleh faktor status kesehatan ibu hamil, pola makan balita, kesehatan remaja, ekonomi dan budaya, serta faktor lingkungan seperti akses layanan kesehatan dan kebersihan. Pemeriksaan kehamilan menjadi salah satu intervensi yang dilakukan untuk menghindari risiko terjadinya stunting.

Berdasarkan hasil review capaian indikator sasaran RPJMN bidang kesehatan yang dilakukan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, diperkirakan bahwa indikator Angka Kematian Ibu (AKI) dan Stunting belum mencapai target yang ditentukan. Pada tahun 2024, target AKI mencapai 183 per 100.000 KH[1]. Jumlah tersebut masih sangat jauh dibandingkan saat ini yaitu 305 per 100.000 KH., Demikian pula perkiraan prevalensi bayi stunting pada tahun 2024 yang ditargetkan sebesar 14%, namun masih jauh dari angka saat ini yang sebesar 24,4%[2]. Salah satu faktor risiko yang berkontribusi pada kematian ibu dan stunting adalah anemia pada ibu hamil. Sebesar 48,9% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia[3].

Untuk mempercepat penurunan AKI dan prevalensi balita stunting, salah satu upaya yang dilakukan adalah melalui peningkatan kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil (antenatal care) menjadi 6 kali seperti tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 21 Tahun 2021 mengenai Kesehatan Reproduksi Wanita[4]. Dari laporan rutin Bulan Oktober, pelayanan kesehatan ibu hamil yang dilakukan sebanyak 6 kali baru menjangkau 2.583.073 ibu hamil dari target ibu hamil sejumlah 4.897.988, dan jumlah ibu hamil yang mendapatkan pelayanan pemeriksaan Hb lebih rendah dari target yaitu sebanyak 1.474.723 ibu hamil, dokter memeriksa sebanyak 771.936 ibu pada kunjungan pertama (K1) dan pada kunjungan ke-5 (K5) dokter memeriksa 543.510 ibu[2]. Dengan demikian perlu dilakukan Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE), kepada ibu hamil, keluarga dan masyarakat;

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menambah pengetahuan kepada ibu-ibu anggota Aisyiyah Ranting 3 GKB yang berjumlah 32 orang, sedangkan yang mengikuti *workshop* hanya 20 orang.

Fokus kegiatan ini adalah memberikan Komunikasi, Informasi dan Edukasi tentang kehamilan sehat untuk mendapatkan persalinan normal dan bayi sehat. Langkah-langkah kegiatannya antara lain : (1) Mengadakan *pre-test* dengan memberikan kuesioner, (2) Memberikan *workshop* mengenai edukasi kehamilan sehat untuk mendapatkan persalinan normal dan bayi sehat, (3) Melakukan *post-test* kepada peserta.

Pada tahap *pre-test*, peserta diberikan kuesioner berupa 15 soal mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat. Selanjutnya pada tahap *post-test* juga diberikan kuesioner berupa 15 soal dengan soal yang sama untuk mengukur pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada ibu tentang proses terjadinya kehamilan, pertumbuhan bayi mulai trimester I, trimester II dan Trimester III, dengan harapan mendapatkan persalinan normal dan bayi yang sehat.

Selain itu manfaat lain yang penting adalah menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan menurunkan tingginya kasus stunting[5].

Materi yang diberikan pada pelaksanaan *workshop* adalah perkembangan janin selama kehamilan 9 bulan, perawatan ibu hamil dan persiapan melahirkan. Perkembangan janin selama 9 bulan dijabarkan dengan pemaparan perkembangan janin tiap bulan.

Perkembangan janin pada bulan ke-1 meliputi (1) Mulai terbentuknya otak, wajah dan susunan syaraf tulang belakang yang sederhana pada janin. (2) Jenis kelamin masih belum diketahui. (3) Ukuran janin kurang lebih 2 cm[6].

Perkembangan janin pada bulan ke-2 meliputi (1) Dimulainya pembentukan syaraf, jantung, mata dan warna mata, tulang punggung, tulang wajah, tangan, kaki dan jari-jari. (2) Mulai berdenyutnya jantung pada minggu ke- 6. (3) Ukuran janin kurang lebih 2,5 cm.

Perkembangan janin pada bulan ke-3 meliputi (1) Mulai terbentuknya organ-organ terpenting janin, (2) Ukuran kepala lebih besar dibanding ukuran

Siti Hamidah- Komunikasi, Informasi dan Edukasi tentang Kehamilan Sehat untuk Mendapatkan Persalinan Normal dan Bayi Sehat-7-12

tubuhnya (karena menyesuaikan dengan pertumbuhan otak yang cepat), (3) Dagu, hidung dan kelopak matamulai terbentuk dan janin mampu menendang dengan gerakan-gerakan halus, (4) Ukuran panjang janin sekitar 9 cm.

Perkembangan janin pada bulan ke- 4 meliputi (1) Ukuran tungkai janin lebih panjang daripada lengan. (2) Mulai berkembangnya paru-paru dan dapat didengarkan bunyi jantungnya dengan USG. (3) Wajah mulai berekspresi, mulai tumbuhnya alis dan bulu mata. (4) berubah posisi kepala dan dapat membuka mulut. (5) Rambut kepala kasar, tahap perkembangan warna rambut. (6) ukurzn panjang janin sekitar 16-18 cm.

Perkembangan janin pada bulan ke-5 meliputi (1) Gerakan janin lebih teratur. (2) Sudah bisa mengisap ibu jari dan bereaksi terhadap udara dan suara ibu. (3) pondasi gigi permanen sudah tumbuh, berkembangnya indra pengecap (ditandai dengan dapat membedakan rasa manis dan pahit). (4) mulai terbentuknya sidik jari, rambut halus (lanugo) mulai tumbuh. (5) ukuran janin sekitar 25 cm.

Perkembangan janin pada bulan ke-6 meliputi (1) Tubuh masih kecil (seimbang dengan ukuran kepala). (2) Tulang semakin keras, dapat diketahui jenis kelaminnya, mulai terbuka lubang hidungnya dan hidungnya digunakan untuk bernafas, pola tidur terjadwal. (3) ukuran panjang janin sekitar 31 cm.

Perkembangan janin pada bulan ke-7 meliputi Lemak mulai terbentuk dibawah kulit dan mulai tumbuh rambut kepala, terbukanya kelopak mata dan otak mulai bekerja aktif. Semakin tajam pendengarannya, suara ibu dapat dikenali oleh janin, ketika ibu berbicara, denyut jantung janin lebih cepat. Ukuran panjang janin sekitar 35 cm.

Perkembangan janin pada bulan ke-8 meliputi (1) Sudah lengkap perkembangan tubuh bayi. (2) Melalui dinding perut, bayi dapat melihat cahaya dan dapat mengedipkan mata. (3) Bertambahnya berat badan. (4) Mengecilnya ukuran kepala. (5) Paru-paru belum matang dengan sempurna, namun bila dilahirkan, dia dapat bertahan hidup.

Perkembangan janin pada bulan ke-9 meliputi (1) Bayi mampu bernafas dengan sempurna, menelan, mengisap dan siap untuk hidup/ dilahirkan. (2) Rambut halus mulai hilang, usus kecil mulai ada *meconium*. (3) Posisi bagian bawah sudah turun dan siap untuk dilahirkan. (4) Panjang janin sekitar 45 cm atau lebih.

Adapun perawatan sehari- hari untuk ibu hamil meliputi (1) Makan gizi seimbang, (2) Cukunya istirahat, (3) Kebersihan diri harus dijaga,

(4) Hubungan suami-istri, (5) Aktifitas fisik. Sedangkan hal-hal yang harus dihindari adalah (1) Kerja yang berat, (2) Terpapar asap rokok (perokok aktif maupun pasif), (3) Minuman yang beralkohol /bersoda, (4) Tidur terlentang (> 10 minggu), (5) Minum obat tanpa resep dari dokter/bidan, (6) Stres/depresi berkelebihan[7][8][9].

Persiapan melahirkan meliputi (1) Harus memperhatikan HPL,(2) Pendamping persalinan, (3) Tabungan dan JKN, (4) Kendaraan, (5) Penolong persalinan dan lokasi, (6) Tempelkan stiker (P4K), (7) Siapkan KTP, KK, keperluan lain utk ibu dan bayi, (8) Rencanakan ikut KB setelah melahirkan[10][11].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 20 Oktober 2023 bertempat di Aisyiyah Ranting 3 GKB dengan anggota berjumlah 20 orang.

Pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan tahap *pre-test*. *Pre-test* diberikan guna mengukur pengetahuan anggota Aisyiyah mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat sebelum diberikan *workshop*.



Gambar 1. Pengerjaan *Pre-test* Sebelum *Workshop*

Selanjutnya, pengabdian dilanjutkan dengan pemberian materi *workshop* tentang kehamilan sehat untuk mendapatkan persalinan normal dan bayi sehat.

Tahap yang akhir yakni *post-test* dan doa penutup. Hasil *post-test* ditunjukkan pada tabel 1. *Post-test* diberikan guna mengukur pengetahuan anggota Aisyiyah mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat setelah pemaparan materi yang diberikan pada *workshop*.

Siti Hamidah- Komunikasi, Informasi dan Edukasi tentang Kehamilan Sehat untuk Mendapatkan Persalinan Normal dan Bayi Sehat-7-12



Gambar 2. Pemaparan Materi Workshop



Gambar 3. Foto Bersama Pemateri dan Peserta Aisyiyah Ranting 3 GKB

Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Workshop Komunikasi, Informasi dan Edukasi tentang Kehamilan Sehat untuk Mendapatkan Persalinan Normal dan Bayi Sehat

No	Soal	Pre-test			Post-test		
		Nilai	Jumlah Peserta	Persentase Peserta	Nilai	Jumlah Peserta	Persentase Peserta
1	Kepatuhan ibu dalam melakukan pemeriksaan kehamilan	60	12	60%	85	17	85%
2	Yang harus diperhatikan untuk menekan Angka Kematian Ibu dan Bayi	40	3	15%	75	15	75%
3	Yang perlu diperhatikan untuk ibu hamil	44	4	20%	85	17	85%
4	Pemeriksaan kehamilan yang harus dilakukan untuk ibu hamil	50	8	40%	70	3	15%
5	Persalinan harus terjadi pada usia kehamilan	48	6	30%	65	6	30%
6	Perawatan bayi lahir premature	56	9	45%	75	15	75%
7	Peran lingkungan kerja, komunitas dan anggota keluarga dalam pendampingan ibu hamil	56	9	45%	90	18	90%
8	Pertumbuhan otak dan susunan syaraf tulang belakang yang sederhana dan wajah janin	40	2	10%	90	18	90%

Siti Hamidah- Komunikasi, Informasi dan Edukasi tentang Kehamilan Sehat untuk Mendapatkan
Persalinan Normal dan Bayi Sehat-7-12

	Pembentukan syaraf, payudara, Tulang punggung, jantung, tangan dan kaki	46	5	25%	90	18	90%
10	Jantung janin mulai berdenyut	58	11	55%	90	18	90%
11	Pertumbuhan kelopak mata, hidung, dagu dan janin mampu menendang	44	4	20%	70	14	70%
12	Bunyi janyungnya dapat didengarkan dengan USG	62	13	65%	90	18	90%
13	Gerakan janin lebih teratur	58	11	55%	85	17	85%
14	Perawatan sehari-hari untuk ibu hamil	46	5	25%	75	15	75%
15	Gizi seimbang untuk ibu hamil	58	11	55%	95	19	95%
	Rata-rata nilai peserta	51,06			82		

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan para peserta mengenai kehamilan sehat, persalinan normal dan bayi sehat sebesar 51,06 sebelum diadakannya *workshop* dan mendapatkan nilai 82 setelah dilakukannya *workshop*. Berdasarkan dari nilai *pre-test* dan *post-test* tersebut, terdapat kenaikan pemahaman materi sebesar 30,94.

Pada saat pelaksanaan *workshop*, peserta terlihat senang dengan materi yang diberikan. Hal ini dapat dilihat dari keaktifan peserta dalam bertanya, kemudian peserta meminta untuk dapat datang kembali mengisi materi yang lainnya.

4. KESIMPULAN

Setelah dilakukan *workshop* tentang Kehamilan Sehat untuk Mendapatkan Persalinan Normal dan Bayi Sehat, ibu-ibu anggota Aisyiyah Ranting 3 GKB mendapatkan ilmu yang bermanfaat dibuktikan dengan hasil *post-test* sebesar 82 yang meningkat dari hasil *pre-test* sebesar 51,06.

5. SARAN

Setelah mengikuti *workshop* ini, ibu Aisyiyah Ranting 3 Gresik Kota Baru Kabupaten Gresik menambah ilmu tentang kehamilan sehat untuk mendapatkan persalinan yang normal dan bayi yang sehat untuk dirinya sendiri, untuk keluarga terdekat, dan masyarakat sekitarnya, sehingga kegiatan ini dapat bermanfaat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] K. P. P. Na. / B. P. P. Nasional, "Rencana Kerja Pemerintah." p. 282, 2023.
- [2] K. Kesehatan, "Petunjuk Teknis #BumilSehat," p. 282, 2022.
- [3] SSGI, "Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022 - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes," pp. 1–154, 2022, [Online]. Available: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2022/>.
- [4] K. Kesehatan, "BERITA NEGARA REPUBLIK INDONESIA Pelayanan Kontrasepsi, Pelayanan Kesehatan Seksual. Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan," no. 853. 2021.
- [5] T. Z. Natasha and S. I. Niara, "Determinan Kematian Ibu Serta Upaya dalam Penurunannya; Studi Literatur Determinant of Maternal Mortality and Effort to Reduce It: Literature Study," *J. Ilm. Kesehat. Masy.*, vol. 14, no. 3, pp. 110–117, 2022.
- [6] W. Aprilia, "Perkembangan pada masa pranatal dan kelahiran," *Yaa Bunayya J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 1, pp. 40–55, 2020, [Online]. Available: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/YaaBunayya/article/download/6684/4246>.
- [7] S. Amin, N. A. Safarina, Y. A. Anastasya, and I. Amalia, "APLIKASI SAKUBUMIL SEBAGAI MEDIA EDUKASI BAGI IBU HAMIL," *Abdimas Galuh*, vol. 3, no. 2, pp.

371–378, 2021.

- [8] S. Wahyuni, S. Nuryati, F. A. Nurfurqoni, M. Astuti, F. Fauzia, and F. Djamiloes, “Edukasi Perawatan Kehamilan Melalui Media Online (Whatsapp Group) Di Masa Pandemic Covid - 19,” *SELAPARANG J. Pengabd. Masy. Berkemajuan*, vol. 6, no. 2, p. 637, 2022, doi: 10.31764/jpmb.v6i2.8185.
- [9] Munisah, R. I. Sukarsih, S. Mudlikah, Suprapti, and L. A. Putri, “PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERUBAHAN FISIK DAN PSIKOLOGIS PADA IBU HAMIL,” *J. Community Dedication Heal.*, vol. Vol. 02.No, 2022.
- [10] D. Kade Santhi Wia, N. W. Armini, and N. L. P. Sri Erawati, “Gambaran Persiapan Persalinan dalam Upaya Penerapan Program Perencanaan Persalinan Dan Pencegahan Komplikasi di Masa Pandemi Covid-19,” *J. Ilm. Kebidanan (The J. Midwifery)*, vol. 10, no. 1, pp. 47–59, 2022, doi: 10.33992/jik.v10i1.1827.
- [11] R. Hadiarto, D. Khoirunnissa, R. Purwaningrum, D. Utami, R. Arania, and Z. Mandala, “Penyuluhan Tentang Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Sukamaju Bandar Lampung,” *J. Kreat. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 4, pp. 928–932, 2021, doi: 10.33024/jkpm.v4i4.3700.