

# JURNAL KREATIVITAS

## PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)

CREATIVITY JOURNAL OF COMMUNITY ENGAGEMENT



# JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

## DEWAN REDAKSI

- Editor In Chief : M. Arifki Zainaro, S.Kep., Ners., M.Kep
- Managing Editor : Usastiawaty Cik Ayu Saadiah Isnainy, S.Kep., Ners., M.Kes
- Tim Editor : Setiyo Adi Nugroho, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Nurul Jadid)  
Nuraini, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Muhammadiyah Tangerang)  
Febri Sriyanti, S.Kep., Ners., M.Kep (Institut Kesehatan dan Bisnis ST. Fatimah)  
Naziyah, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Nasional Jakarta)  
Sri Sakinah, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKES Muham. Sidrap Sulawesi Selatan)  
Prima Dian Furqoni, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Malahayati Lampung)  
Eka Yudha Chrisanto, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Malahayati Lampung)  
Wahid Tri Wahyudi, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Malahayati Lampung)  
Ikhsan Ibrahim, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp. Kep MB (Institut Kesehatan dan Bisnis ST. Fatimah, Indonesia)
- Mitra Bestari : Dr. Dessy Hermawan, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Malahayati Lampung)  
Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes (Poltekes Tanjung Karang)  
Aryanti Wardiyah, Ners., M.Kep., Sp.Kep. Mat (Universitas Malahayati Lampung)  
Riski Oktafia, Ners., M.Kep., Sp. Kep. Mat (Univ. Muhammadiyah Yogyakarta)  
Dewi Kusumaningsih, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Malahayati Lampung)  
Iwan Shalahuddin, SKM., S.Kep., M.Kes (UNPAD Bandung)  
Rian Maylina Sari, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Harapan Ibu Jambi)  
Fernalia, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Tri Mandiri Sakti Bengkulu)  
Dita Amita, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Bhakti Husada Bengkulu)  
Linda Widyarani, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes NotoKusumo Yogyakarta)  
Ari Rahmat Aziz, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Al Insyirah Pekanbaru)  
Dian Utama Pratiwi Putri, S.Kep., M.Kes (Universitas Mitra Indonesia)  
R.A. Helda Puspitasari, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Jember)  
Herianto Bangun, S.Kep., Ners., M.Biomed (STIKes Arta Kabanjahe)  
Erik Kusuma, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Jember)  
Romadhiyana Kisno S., S.Gz., M. Biomed (UNUGIRI Bojonegoro)

## Penerbit :

Prodi Keperawatan Universitas Malahayati Lampung dan Pandawa Institute  
Jalan Pramuka No. 27 Kemiling, Bandar Lampung

Email : [jka@malahayati.ac.id](mailto:jka@malahayati.ac.id)

Web : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas>

Terakreditasi Sinta No: 36/E/KPT/2019

## DAFTAR ISI

	Halaman
Upaya Pencegahan Covid19 dalam Perspektif Islam. Saipul Al Sukri, Ahmad Fauzi, Afrinaldy Rustam, Achmad Ghozali, Rusdi Rusdi, Zulfahmi Zulfahmi	1017-1024
Edukasi Penerapan Protokol Kesehatan Dalam Pencegahan Covid-19 Pada Relawan Di Wilayah Kerja Medan. Eva Kartika Hasibuan, Yunida Turisna Oktavia Simanjuntak, Lia Rosa Veronika Sinaga	1025-1033
Pendidikan Kesehatan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Taruna Swastika Yuwana, Desa Laban Kulon Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik. Veronica Silalahi	1034-1042
Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Ciwaringin Tanah Sewa Tentang Pentingnya Protokol Kesehatan Di Masa Pandemi Covid-19. Ade Saputra Nasution, Khrisna Noor Oktalaksana, Nicki Amalia, Nita Ratu Azizah, Syifaur Rahmah, Wisma Sari	1042-1049
Pengabdian Kepada Masyarakat Dengan Asuhan Kebidanan Pada Pasien Retensio Placentadi Puskesmas Pembantu Golodukal, Kecamatan Langke Rembong, Kabupaten Manggarai. Dionesia Octaviani Laput, Eufrasia Prinata Padeng, Eufrasia Prinata Padeng, Putriatri Krimasusini Senudin, Eufrasia Prinata Padeng, Fransiska Nova Nanur, Putriatri Krimasusini Senudin, Putriatri Krimasusini Senudin, Fransiska Nova Nanur, Fransiska Nova Nanur	1050-1061
Penyuluhan Bantuan Hidup Dasar Pada Siswa/i di SMA Yayasan Anastasia Pancur Batu Kabupaten Deliserdang Sumatera Utara. Rotua Elvina Pakpahan, Lindawati Simorangkir, Agustaria Ginting, Mardiaty Barus, Lindawati Tampubolon, Murni Sari Dewi Simanullang, Mestiana Karo, Vina Yolanda Sigalingging	1062-1066
Pemberdayaan Paguyuban "Semar Cakep" Dalam Upaya Perawatan Anak Penyandang Disabilitas Masa Pandemi Covid-19. Dyah Restuning Prihati, Endang Supriyanti	1067-1073

Pemanfaatan Video Kehamilan Berkualitas Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Di Masa Pandemic Covid 19. Irfan Irfan, Ririn Widyastuti, Fitri Handayani	1074-1080
Edukasi Kesehatan Osteoporosis Dan Pemeriksaan Kepadatan Tulang Di Posbindu Soka Indah RW 05 Kelurahan Bencongan. Yenni Ferawati Sitanggang, Riama Marlyn Sihombing, Marini Purwani	1081-1088
Pelatihan Komunikasi Sisbar Untuk Handover Antara Perawat Dan Dokter Di Santosa Hospital Bandung Central (SHBC). Asep Badrujamaludin, Fauziah Rudhiati, Hemi Fitriani, Oktovina Yesayas, Sri Wahyuna, Budiman Budiman, Dedi Supriadi	1089-1096
Pemberdayaan Santri Melalui Pelatihan Basic Life Support. Mukhammad Toha, Ida Zuhroidah, Ida Zuhroidah, Mokh. Sujarwadi, Mokh. Sujarwadi, Nurul Huda, Nurul Huda	1097-1102
Perawatan Luka Penderita Kusta Dengan Daun Tetanus (Leea Aequata L) Pengobatan Tradisional Suku Karo. Seri Rayani Bangun, Mestiana Br Karo, Barce Inel Crevis Gulo, Anna Pefrianti Siburian, Fransiskanes Manurung, Lisbeth L. Sihotang	1103-1108
Pelatihan Teknik Suntik Insulin Pada Keluarga Penderita Diabetes Mellitus Di Dusun Pattiro Desa Pacceleang Kec.Pattalassang Kab.Gowa. Sriwahyuni Sriwahyuni, Sri Darmawan	1109-1116
Edukasi Persiapan Persalinan Pada Pasangan Hamil Dalam Menyambut Persalinan Minim Trauma. Lisa Trina Arlym, Yulia Herawati	1117-1123
Pelatihan Penatalaksanaan Prehospital Henti Jantung Dan Anak Demam Dengan Konsep Safe Community Di Kota Lubuklinggau. Sapondra Wijaya, Bambang Soewito	1124-1131
Pemberian Suplemen Jahe Merah Dan Senam Kaki Diabetik Bagi Jamaah Masjid Alam Semesta (MAS) Sempaja Samarinda. Mayusef Sukmana, Ida Ayu Kade Sri Widiastuti, Endang Sawitri, Nurul Hasanah, Muhammad Aminuddin, Iwan	1132-1140

Samsugito, Anik Puji Rahayu, Azi Surya Kurniawan, Yoga Bowo Leksono, Syaiful Yanwar

Pemanfaatan Platform Video Online Mengenai Penatalaksanaan Kedaruratan Avulsi Gigi Di Masa Pandemi Covid-19.\_Cristiani Nadya Pramasari, Nydia Hanan 1141-1147

Penyuluhan Tentang Covid-19 Pada Kader Posyandu Di Puskesmas Pinang Jaya Bandar Lampung. Zulhafis Mandala, Dwi Rizki Ramadika, Ni Putu Sudiadnyani, Ratna Purwaningrum, Deviani Utami, Selvia Anggraeni 1148-1154

Penyuluhan Tentang Imunisasi di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar Lampung. Festy Ladyani, Sri Maria Puji Lestari, Khairunisa Firdani, Resti Arania, Neno Fitriyani, Abdurrohman Izzudin 1155-1159

Penerapan Manajemen Terpadu Balita Sakit (MTBS) Pada Kader Posyandu Dan Masyarakat. T. Iskandar Iskandar Faisal, Nuswatul Khaira, Niswah Niswah, Alchalidi Alchalidi, Dewita Dewita, Nora Veri 1160-1167

Pemantauan Pertumbuhan Bayi Melalui Pelatihan Pijat Bayi Sehat Bagi Kelompok Ibu Di Kabupaten Karawang. Nelly Apriningrum, Sri Rahayu, Dewi Siti Aisyah 1168-1175

Pemberian Jus Apel Hijau Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Pasien Hiperkolesterolemia Di Kota Metro. Meilisa Tabrani, Djunizar Djamaludin 1176-1183

Pemberian Terapi Jus Wortel Pada Penderita Hipertensi Di Desa Bauh Gunung Sari Lampung Timur. Suwarto Suwarto, Prima Dian Furqoni 1184-1189

Pengabdian Kepada Masyarakat Terapi Komplementer Minuman Jahe Merah Dan Madu Di Desa Pasuruan Kecamatan Penengahan Lampung Selatan. Yola Anjani, Riska Wandini 1190-1195

Pemberian Madu Pada Klien Diare Dengan Masalah Keperawatan Peningkatan Frekuensi BAB Di Desa Rajabasa Lama Lampung Timur.\_Intan Putri, Setiawati Setiawati 1196-1201

Bersihan Jalan Nafas Tidak Efektif Dengan Menggunakan Larutan Jeruk Nipis Dan Madu Di Kelurahan Sukabumi Bandar. <b>Nocivera Indriany, Eka Trismiyana</b>	1202-1208
Pemberian Kompres Jahe Merah Pada Penderita Asam Urat Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Di Desa Padan Arang Kabupaten Lahat. <b>Usastiauwaty Cik Ayu Saadiyah Isnainy, Renda wulandasari</b>	1209-1215
Pemberian Air Rebusan Daun Sirsak Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Pesisir Barat Lampung. <b>Lodry Yano, Umi Romayati Keswara</b>	1216-1220
Pemberdayaan Orangtua Melalui Pendidikan Kesehatan Reproduksi Untuk Mencegah Seksual Pranikah Pada Remaja. <b>Yuliana Dafroyati, Ririn Widyastuti</b>	1221-1226
Peningkatan Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Efek Penggunaan Kontrasepsi Progestin Terhadap Kesehatan Organ Reproduksi. <b>Nora Veri, Alchalidi Alchalidi, Dewita Dewita, Nuswatul Khaira, T. Iskandar Faisal</b>	1227-1236
Pemberdayaan Guru Pembina PMR dan Santri Melalui Pelatihan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K). <b>Mokh. Sujarwadi, Ida Zuhroidah, Mukhammad Toha, Nurul Huda</b>	1237-1242
Pembuatan Dan Pengaplikasian Sabun Cuci Tangan Lidah Buaya Dalam Rangka Pemberdayaan Masyarakat Desa Kunir Di Era Pandemic Covid19. <b>Amalia Eka</b>	1243-1251
Upaya Pencegahan Penularan Dan Penyebaran Virus Corona (Covid-19) Di Lingkungan Suradadi Timur Karang Baru Kota Mataram. <b>Zaenal Arifin, Ni Putu Aryani, Baiq Ruli Fatmawati, Ilham Ilham, Melati Inayati Albayani, Dian Istiana</b>	1252-1258
Pelatihan Parenting Pola Asuh Pada Orang Tua Asuh Di Rumah Yatim Ymaju Talang Bakung Jambi. <b>Ani Astuti, Mefrie Puspita, Diah Merdekawati</b>	1259-1265
Pemberian Terapi Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Desa Gunung Labuhan Sungkai Selatan Lampung Utara. <b>Apriyadi Apriyadi, M. Arifki Zainaro</b>	1266-1271

- Meningkatkan Pengetahuan Diet Garam Pengurang Risiko Hipertensi, Dusun Sidodadi, Kecamatan Penegahan, Lampung Selatan. Dewi Kusumaningsih, Anisa Nismawati 1272-1277
- Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Terkait Pencegahan Dan Pengelolaan Kasus Hipertensi Di Kelurahan Tanjung Harapan Kotabumi. Derista Hartati, Rika Yulendasari 1278-1282
- Latihan Gabungan Penyelamatan Diri Dari Bencana Banjir Kerjasama Prodi Ners, BPBD, PPNI Dan Karang Taruna Kelurahan Bentiring. Fernalia Fernalia, Pawilayah Pawilayah, Vice Elese, Saleh Saleh, Dedi Haryanto, Tarzani Tarzani, Ichsan Dwi Putra 1283-1287



### CREATIVITY JOURNAL OF COMMUNITY ENGAGEMENT

#### DEWAN REDAKSI

Editor In Chief : M. Arifki Zainaro, S.Kep., Ners., M.Kep

Managing Editor : Usastiawaty Cik Ayu Saadiah Isnainy, S.Kep., Ners., M.Kes

Tim Editor : Setiyo Adi Nugroho, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Nurul Jadid)  
Nuraini, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Muhammadiyah Tangerang)  
Febri Sriyanti, S.Kep., Ners., M.Kep (Institut Kesehatan dan Bisnis ST. Fatimah)  
Naziyah, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Nasional Jakarta)  
Sri Sakinah, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKES Muham. Sidrap Sulawesi Selatan)  
Prima Dian Furqoni, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Malahayati Lampung)  
Eka Yudha Chrisanto, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Malahayati Lampung)  
Wahid Tri Wahyudi, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Malahayati Lampung)  
Ikhsan Ibrahim, S.Kep., Ners., M.Kep., Sp. Kep MB (Institut Kesehatan dan Bisnis ST. Fatimah, Indonesia)

Mitra Bestari : Dr. Dessy Hermawan, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Malahayati Lampung)  
Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes (Poltekkes Tanjung Karang)  
Aryanti Wardiyah, Ners., M.Kep., Sp.Kep. Mat (Universitas Malahayati Lampung)  
Riski Oktafia, Ners., M.Kep., Sp. Kep. Mat (Univ. Muhammadiyah Yogyakarta)  
Dewi Kusumaningsih, S.Kep., Ners., M.Kep (Universitas Malahayati Lampung)  
Iwan Shalahuddin, SKM., S.Kep., M.Kes (UNPAD Bandung)  
Rian Maylina Sari, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Harapan Ibu Jambi)  
Fernalia, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Tri Mandiri Sakti Bengkulu)  
Dita Amita, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Bhakti Husada Bengkulu)  
Linda Widyarani, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes NotoKusumo Yogyakarta)  
Ari Rahmat Aziz, S.Kep., Ners., M.Kep (STIKes Al Insyirah Pekanbaru)  
Dian Utama Pratiwi Putri, S.Kep., M.Kes (Universitas Mitra Indonesia)  
R.A. Helda Puspitasari, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Jember)  
Herianto Bangun, S.Kep., Ners., M.Biomed (STIKes Arta Kabanjahe)  
Erik Kusuma, S.Kep., Ners., M.Kes (Universitas Jember)  
Romadhiyana Kisno S., S.Gz., M. Biomed (UNUGIRI Bojonegoro)

#### Penerbit :

**Prodi DIII Keperawatan Universitas Malahayati Lampung**

**Jalan Pramuka No. 27 Kemiling, Bandar Lampung**

**Email : [jka@yahoo.com](mailto:jka@yahoo.com)**

**Web : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas>**

**Telpon/wa: 085366376666**

#### Indexed By:



#### BARCODE ISSN CETAK DAN ONLINE





**EDUKASI PERSIAPAN PERSALINAN PADA PASANGAN HAMIL DALAM  
MENYAMBUT PERSALINAN MINIM TRAUMA**DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i5.4247>Lisa Trina Arlym<sup>1\*</sup>, Yulia Herawati<sup>2</sup><sup>1</sup>Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, STIKes Mitra RIA Husada

Disubmit: 20 April 2021

Diterima: 04 Mei 2021

Diterbitkan: 01 Oktober 2021

Email Korespondensi: lisatrinaarlym@gmail.com

**ABSTRAK**

Psikologis ibu dalam hal ini kecemasan dapat mempengaruhi kemajuan persalinan. Edukasi persalinan dilakukan untuk mempersiapkan ibu dalam menghadapi persalinan secara fisik dan khususnya persiapan psikologis. Edukasi dianggap cara terbaik dalam mempersiapkan persalinan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan pasangannya di PMB Jeanne Kota Depok. Metode yang digunakan adalah presentasi dan simulasi pada kelas ibu hamil, dilakukan juga variasi kegiatan secara outdoor dan indoor agar penyampaian lebih menarik. Hasil dari kegiatan ini efektif, terlihat antusias peserta dalam mengajukan pertanyaan. Peserta edukasi menyatakan lebih siap dan mengerti dalam menghadapi persalinan. Diharapkan kelas edukasi dapat dilaksanakan secara periodik sehingga lebih banyak lagi pasangan yang teredukasi dan siap menghadapi kehamilan dan persalinan dengan nyaman dan minim trauma.

**Kata kunci:** kehamilan; pendidikan saat hamil; edukasi persalinan

**ABSTRACT**

*Psychologically, in this case, anxiety can affect the progress of labor. Childbirth education is carried out to prepare mothers for physical delivery and especially psychological preparation. Education is considered the best way to prepare for labor. This activity aims to increase knowledge of pregnant couples at PMB Jeanne Depok City. The methods used are presentations and class simulations for pregnant women, as well as a variety of outdoor and indoor activities so that the delivery was more interesting. The results of this activity were effective, it was seen that the participants were enthusiastic in asking questions. Educational participants were more prepared and understanding in dealing with childbirth. It is hoped that education classes can be carried out periodically so that more couples are educated and ready to face pregnancy and childbirth comfortably and with minimal trauma.*

**Key words:** pregnancy; education during pregnancy; childbirth education

## 1. PENDAHULUAN

Setiap ibu hamil menghadapi risiko terjadinya kematian, sehingga salah satu upaya menurunkan tingkat kematian ibu adalah meningkatkan status kesehatan ibu hamil sampai bersalin melalui pelayanan ibu hamil sampai masa nifas (Kemenkes, 2013). Kehamilan, persalinan dan nifas merupakan periode kehidupan yang normal yang dialami oleh setiap perempuan. WHO menyatakan hanya sepuluh persen (10%) dari kehamilan, persalinan dan nifas berjalan tidak normal yang memerlukan tindakan medis.

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 (Hodnett et al., 2014).

Komponen penting dalam proses persalinan adalah *passageway* (jalan lahir), *passenger* (janin), *power* (kekuatan kontraksi), *pelvic/position* (posisi ibu), *placenta* dan *psyche* (psikologis ibu) serta penolong (Mochtar, 2011). Penyulit dapat terjadi ketika komponen diatas tidak berjalan sebagaimana mestinya. Setiap tahap persalinan terjadi perubahan fisik dan psikologis. Penelitian yang dilakukan Tumblin dan Simkin (2001) tentang persepsi ibu hamil tentang peran perawat/bidan ketika persalinan menyimpulkan bahwa ibu mengharapkan perawat menyediakan waktu untuk memberi rasa nyaman, dukungan emosional dan dukungan informasi (Sunarti & Soejono, 2012). Rasa takut atau senang dan kesiapannya menghadapi persalinan mempengaruhi kemajuan persalinan (Bobak et al., 2005).

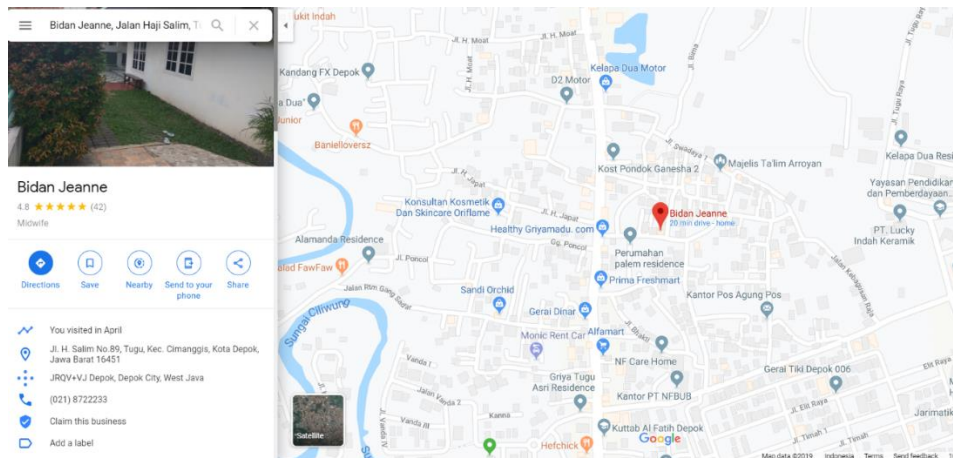
Edukasi dianggap cara terbaik dalam mempersiapkan persalinan (Ip et al., 2003). Edukasi pada ibu hamil dapat mempengaruhi cara persalinan (Afshar et al., 2017). Penelitian menyebutkan bahwa program persiapan persalinan akan meningkatkan kepuasan ibu dalam menghadapi persalinan, dapat berkomunikasi lebih baik dengan penyedia layanan, berpartisipasi dalam pengambilan keputusan selama persalinan dan mengurangi persepsi nyeri persalinan (Akca et al., 2017; Serçekuş & Başkale, 2016). Studi kualitatif di Brazil menemukan bahwa ibu yang mengikuti kelas edukasi dalam kehamilan, lebih dapat mengendalikan diri selama persalinan dan menggunakan latihan pernafasan, latihan dengan bola persalinan serta posisi tegak untuk mengontrol rasa nyeri selama persalinan (Miquelutti et al., 2013).

Kelas edukasi persalinan dilakukan untuk mempersiapkan ibu dalam menghadapi persalinan secara fisik dan khususnya persiapan psikologis. Rendahnya kepercayaan ibu, rasa takut, stress dan trauma menunjukkan perbaikan setelah mengikuti kelas edukasi persalinan. Hal ini dianggap penting karena dapat mewujudkan proses kehamilan dan persalinan yang aman, nyaman dan minim trauma (Byrne et al., 2014). Kelas edukasi mempertemukan ibu dengan ibu lain dengan situasi yang sama dan mengembangkan jejaring (Brixval et al., 2015). Ibu yang mendapatkan dukungan pada masa persalinan akan berpeluang untuk bisa melahirkan normal lebih tinggi dan minimal intervensi (Hodnett et al., 2014). Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan kelas edukasi persiapan persalinan pada pasangan hamil sehingga dapat menyambut kelahiran dengan nyaman dan aman.

## 2. MASALAH

Bidan Praktek Mandiri (PMB) merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang digemari oleh ibu hamil karena merasa lebih dekat dan diperhatikan dibandingkan dengan layanan kesehatan lain. Hasil studi pendahuluan di PMB Bidan Jeanne didapatkan bahwa 4 dari 5 ibu merasa takut dan cemas dalam menghadapi persalinannya, mereka menginginkan suami terlibat dalam proses persalinannya sehingga ibu mendapatkan dukungan dari suami.

Alasan kami memilih tempat kegiatan adalah PMB Jeanne melayani pasien hanya sebatas pelayanan standar, belum pernah dilakukan kegiatan edukasi persiapan persalinan dan pasien-pasien sangat berharap diadakan kelas edukasi dalam rangka mempersiapkan fisik dan psikologis untuk menghadapi proses persalinan.



Gambar 2.1 Map lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

## 3. METODE

Metode yang digunakan adalah presentasi dan simulasi pada kelas ibu hamil di PMB Jeanne Kota Depok. Materi presentasi disajikan dalam bentuk presentasi PPT dengan alat bantu, kemudian dilanjutkan dengan simulasi posisi persalinan, optimalisasi posisi janin, teknik mengurangi rasa nyeri dan *endorfin massage*. Kegiatan ini diadakan secara *outdoor* dan *indoor* di PMB Jeanne pada hari Sabtu, 10 Agustus 2019. Peserta yang hadir yaitu ibu hamil dengan pasangannya sebanyak 16 orang. Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa dan bidan.

Adapun kegiatan yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode presentasi, tanya jawab kemudian dilanjutkan dengan praktik. Presentasi dilakukan untuk menjelaskan teori tentang kehamilan dan teori persalinan. Teori tentang kehamilan meliputi meliputi; perubahan yang terjadi pada masa kehamilan, ketidaknyamanan dan kebutuhan ibu selama masa kehamilan, nutrisi kehamilan dan menyiapkan tubuh dalam menghadapi persalinan.

Sedangkan teori tentang persalinan terdiri dari tujuan persalinan, tahapan persalinan, perubahan yang terjadi pada masa persalinan, hormon pada persalinan, faktor yang mempengaruhi persalinan, posisi melahirkan, gambaran proses persalinan, menjaga lingkungan melahirkan, intuisi, peran tim kelahiran, komplikasi

persalinan, meminimalisir intervensi medis, teknik mengurangi rasa nyeri dan peran pendamping dalam persalinan. Kegiatan praktik pada pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan mempraktekkan gambaran melahirkan, posisi persalinan, teknik mengurangi rasa nyeri dan *endorfin massage*.

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi ini diberjalan selama kurang lebih 1,5 jam dengan dihadiri oleh delapan pasangan ibu hamil usia kehamilan 26 minggu sd 36 minggu. Edukasi yang dilakukan dengan metode presentasi efektif dilakukan, hal ini terlihat dalam proses kegiatan dimana peserta sangat antusias dan adanya tanya jawab dari materi yang disampaikan. Edukasi dengan metode praktek pun juga efektif, terlihat dari keikutsertaan peserta dalam melakukan kegiatan praktek.

Edukasi yang diberikan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dapat menambah pemahaman ibu dalam mempersiapkan kehamilan dan persalinannya sehingga ibu merasa lebih siap dan menurunkan kecemasannya dalam menghadapi persalinan. Suami yang mengikuti edukasi juga menjadi lebih siap dan mengerti apa yang harus dilakukan ketika mendampingi istrinya dalam proses persalinan. Secara keseluruhan apa yang menjadi kecemasan dalam menghadapi persalinan dapat diatasi oleh pasangan ibu hamil.

Kehamilan merupakan proses alamiah yang dialami oleh setiap perempuan. Selama kehamilan, tubuh ibu mengalami banyak perubahan. Perubahan yang terjadi secara fisik maupun psikologis. Akibat perubahan fisik pada ibu hamil seringkali membuat ibu merasa tidak nyaman (Bobak et al., 2005). Perubahan hormonal pada ibu hamil mempengaruhi psikologis ibu. Ketidakmampuan ibu hamil mengatasi ketidaknyamanan akibat perubahan fisiologis juga dapat membuat psikologis ibu terganggu (Irianti et al., 2014). Kegiatan edukasi ini menjelaskan tentang perubahan pada masa hamil, ketidaknyamanan dan kebutuhan ibu selama hamil sehingga ibu menjadi lebih siap.

Gangguan psikologis dapat berupa kecemasan, kekhawatiran dalam kehamilan dan menghadapi persalinan yang pada akhirnya bisa menyebabkan stress. Berdasarkan penelitian Robinson dkk (2010) dalam (Irianti et al., 2014) selain pengaruh anatomis, tingkat stress yang diakibatkan rasa kekhawatiran, tekanan dan pengaruh psikologis lain selama hamil menjadi faktor pendukung terjadinya nyeri punggung. Rangsangan stress menstimulasi otot-otot menjadi menegang sehingga memicu timbulnya nyeri.

Kecemasan pada ibu hamil akan berpengaruh terhadap timbulnya penyakit serta komplikasi kehamilan dan persalinan, baik pada ibu maupu bayi. Faktor psikologis mempunyai pengaruh terjadinya gangguan saat proses persalinan. Kejadian persalinan lama sekitar 65% disebabkan karena kontraksi uterus yang tidak efisien, kontraksi uterus yang tidak adekuat sebagai respon terhadap kecemasan sehingga menghambat aktifitas uterus. Respon tersebut merupakan bagian dari komponen psikologis sehingga dapat dinyatakan bahwa besar pengaruh faktor psikologis dalam keselamatan menjelang persalinan pada ibu (Rusmita T Eli, 2011). Kecemasan pada masa hamil juga merupakan prediktor terjadinya depresi pasca persalinan (Milgrom et al., 2008; Verreault et al., 2014).

Edukasi dianggap cara terbaik dalam mempersiapkan persalinan (Ip et al., 2003). Materi persalinan yang diberikan dalam edukasi memberikan gambaran kepada ibu



bagaimana proses persalinan dan memberikan gambaran kepada suami apa yang harus dilakukan dalam mendukung ibu bersalin. Edukasi pada ibu hamil dapat mempengaruhi cara persalinan (Afshar et al., 2017). Ibu yang mendapatkan dukungan pada masa persalinan akan berpeluang untuk bisa melahirkan normal lebih tinggi dan minimal intervensi. (Hodnett et al., 2014).



Gambar 1. Sesi praktek outdoor



Gambar 2. Sesi praktek outdoor



Gambar 3. Sesi praktek outdoor



Gambar 4. Sesi praktek outdoor



Gambar 5. Sesi presentasi indoor



Gambar 6. Sesi praktek indoor



Gambar 7. Sesi praktek indoor



Gambar 8. Foto bersama

## 5. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat sudah diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar. Peserta terdiri dari delapan pasangan ibu hamil dengan usia kehamilan 26 minggu sd 36 minggu. Penyelenggaraan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan secara moving class dan practical. Peserta sangat antusias dan banyak bertanya. Saran dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah hendaknya kelas edukasi dapat dilaksanakan secara periodik sehingga lebih banyak lagi pasangan yang teredukasi dan siap menghadapi kehamilan dan persalinan dengan nyaman dan minim trauma.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Afshar, Y., Wang, E. T., Mei, J., Esakoff, T. F., Pisarska, M. D., & Gregory, K. D. (2017). Childbirth Education Class and Birth Plans Are Associated with a Vaginal Delivery. *Birth*, 44(1), 29-34. <https://doi.org/10.1111/birt.12263>
- Akca, A., Corbacioglu Esmer, A., Ozyurek, E. S., Aydin, A., Korkmaz, N., Gorgen, H., & Akbayir, O. (2017). The Influence of The Systematic Birth Preparation Program on Childbirth Satisfaction. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 295(5), 1127-1133. <https://doi.org/10.1007/s00404-017-4345-5>
- Bobak, L., Lowdermilk, D., & Jensen, M. (2005). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. In Jakarta: EGC. [https://scholar.google.com/scholar?as\\_q=perawatan+maternitas&as\\_epq=&as\\_oq=&as\\_eq=&as\\_occt=any&as\\_sauthors=&as\\_publication=&as\\_ylo=&as\\_yhi=&btnG=&hl=en&as\\_sdt=0%2C5#2](https://scholar.google.com/scholar?as_q=perawatan+maternitas&as_epq=&as_oq=&as_eq=&as_occt=any&as_sauthors=&as_publication=&as_ylo=&as_yhi=&btnG=&hl=en&as_sdt=0%2C5#2)
- Brixval, C. S., Axelsen, S. F., Lauemøller, S. G., Andersen, S. K., Due, P., & Koushede, V. (2015). The effect of antenatal education in small classes on obstetric and psycho-social outcomes a systematic review. *Systematic Reviews*, 4(1), 20. <https://doi.org/10.1186/s13643-015-0010-x>
- Byrne, J., Hauck, Y., Fisher, C., Bayes, S., & Schutze, R. (2014). Effectiveness of a Mindfulness-Based Childbirth Education Pilot Study on Maternal Self-Efficacy and Fear of Childbirth. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 59(2), 192-197. <https://doi.org/10.1111/jmwh.12075>
- Hodnett, E. D., Gates, S., Hofmeyr, G. J., & Sakala, C. (2014). Continuous support

- for women during childbirth. *Cochrane*, 10(i), 1-59. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003766.pub4>. Continuous
- Ip, W. Y., Chien, W. T., & Chan, C. L. (2003). Childbirth Expectations of Chinese First-Time Pregnant Women. *Journal of Advanced Nursing*, 42(2), 151-158. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02598.x>
- Irianti, B., Halida, E. M., Duhita, F., Prabandari, F., Yulita, N., Hartiningtiyaswati, S., & Anggraini, Y. (2014). *Asuhan Kehamilan Berbasis Bukti* (F. Husin (ed.); 1st ed.). CV Sagung Seto.
- Kemendes. (2013). *Riset Kesehatan Dasar ( RISKESDAS ) 2013*.
- Milgrom, J., Gemmill, A. W., Bilszta, J. L., Hayes, B., Barnett, B., Brooks, J., Ericksen, J., Ellwood, D., & Buist, A. (2008). Antenatal risk factors for postnatal depression: A large prospective study. *Journal of Affective Disorders*, 108(1-2), 147-157. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2007.10.014>
- Miquelutti, M. A., Cecatti, J. G., & Makuch, M. Y. (2013). Antenatal Education and The Birthing Experience of Brazilian Women: a Qualitative Study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 13(1), 171. <https://doi.org/10.1186/1471-2393-13-171>
- Mochtar, R. (2011). *Sinopsis Obstetri* (3rd ed.). EGC.
- Rusmita T Eli. (2011). *Pengaruh Senam Hamil Yoga Selama Kehamilan terhadap Kesiapan Fisik dan Psikologis dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester III di RSIA Limijati Bandung*. Universitas Indonesia.
- Serçekuş, P., & Başkale, H. (2016). Effects of Antenatal Education on Fear of Childbirth, Maternal Self-Efficacy and Parental Attachment. *Midwifery*, 34, 166-172. <https://doi.org/10.1016/J.MIDW.2015.11.016>
- Sunarti, M., & Soejono, S. K. (2012). Konseling dan Mekanisme Koping Ibu Bersalin. *Journal of Educational Health and Community Psychology*, 1(1), 1.
- Verreault, N., Da Costa, D., Marchand, A., Ireland, K., Dritsa, M., & Khalifé, S. (2014). Rates and risk factors associated with depressive symptoms during pregnancy and with postpartum onset. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 35(3), 84-91. <https://doi.org/10.3109/0167482X.2014.947953>