



Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Trimester I dan Penatalaksanaannya di Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa

Nur Ekawati

STIKES Amanah Makassar

ekha.nurekawati@gmail.com

Abstract

Pregnancy is a new experience for a woman, physical and psychological changes and social change raises anxiety. Anxiety in expectant mothers is influenced by several factors including knowledge. The condition of the mother's knowledge is lacking due to lack of experience and insufficient information will be complaints that may occur in the I trimester and how to handle it. The purpose of this activity is to increase the knowledge of the I trimester of pregnant women about the discomfort in the I trimester of pregnancy and its handling, data collection is conducted with posttest assessment in pregnant women after administration of education. Results showed that the knowledge of pregnant women about the discomfort in the I trimester and the handling of 55% of the category is adequate and 45% in good category. The health education activities continue to be carried out comprehensively.

Keywords : Discomfort, Handling, Trimester I, Pregnant Women

Abstrak

Kehamilan menjadi pengalaman baru bagi seorang perempuan, perubahan fisik serta psikologis dan perubahan sosial menimbulkan kecemasan. Kecemasan pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pengetahuan. Kondisi pengetahuan ibu yang kurang karena belum adanya pengalaman dan kurangnya informasi akan keluhan yang mungkin terjadi pada trimester I dan bagaimana menanganinya. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester I tentang ketidaknyamanan pada kehamilan trimester I dan penanganannya, Pengumpulan data dilakukan dengan penilaian post test pada ibu hamil setelah pemberian pendidikan kesehatan. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada

trimester I dan penanganannya 55% kategori cukup dan 45% dalam kategori baik. Diharapkan kegiatan pendidikan kesehatan terus dilakukan secara komprehensif yang dimulai sejak perencanaan kehamilan.

Kata kunci: Ibu Hamil, Ketidaknyamanan, Penanganan, Trimester I

PENDAHULUAN

Salah satu target global yang tertuang dalam Sustainable Development Goals (SDGs) adalah menurunkan angka kematian ibu (AKI). Hal tersebut selaras dengan arah pencapaian Indonesia sehat 2030 yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia. Hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, AKI masih berada pada 359 per 100.000 kelahiran hidup. (Badan Pusat Statistik et al., 2013) Kehamilan menjadi pengalaman baru bagi seorang perempuan, perubahan fisik serta psikologis dan perubahan sosial menimbulkan kecemasan tersendiri. Prevalensi kecemasan selama kehamilan sekitar 3-17%, di negara maju 10% dan di negara berkembang 25%, di Indonesia angka kejadian kecemasan pada kehamilan berkisar 28,7%. (Kemenkes RI, 2011; Rubertsson et al., 2014; Shahhosseini et al., 2015)

Rubertsson (2014) mengungkapkan angka kejadian kecemasan pada ibu hamil trimester 1 primigravida sekitar 15,6% sedangkan menurut Madhavanprabhakaran kecemasan pada trimester 1 sekitar 48,4%-48,6%. (Rubertsson et al., 2014; Madhavanprabhakaran, D'Souza and Nairy, 2015). Hasil dari beberapa studi, faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah pengetahuan, umur, pendidikan, paritas dan dukungan sosial. (Juariah, 2001; Evans, Donelle and Hume-Loveland, 2012; Haring, 2013; Martini et al., 2015).

Berdasarkan hasil penelitian Patimah (2017) diketahui terdapat hubungan antara pengetahuan Ibu Hamil Tentang Keluhan Pada Kehamilan Trimester I Dan Penanganannya Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester I Primigravida dengan nilai $p < 0.05$. Kondisi pengetahuan ibu yang kurang karena belum adanya pengalaman dan kurangnya informasi akan keluhan yang mungkin terjadi pada trimester I dan bagaimana menanganinya.

(Patimah, 2017) Hasil studi pendahuluan pada ibu hamil trimester I primigravida di Puskesmas Karanganyar, 3 dari 5 ibu hamil trimester I tidak memahami ketidaknyamanan yang biasa terjadi dan tidak tahu bagaimana mengatasinya, sehingga sangat diperlukan pendidikan kesehatan

METODE

Metode yang digunakan adalah observasi langsung dan sosialisasi kelas ibu di wilayah kerja puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya. Kegiatan sosialisasi ketidaknyamanan kehamilan trimester I dan penanganannya diadakan di Puskesmas pallangga Kabupaten Gowa pada hari Kamis tanggal 1 April tahun 2021, dengan pesertanya yaitu ibu hamil trimester 1 sebanyak 20 orang. Kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa dan bidan. Materi disajikan dalam bentuk Microsoft Power Point. Kegiatan tersebut berlangsung dalam dua tahap yaitu sosialisasi dengan memaparkan ketidaknyamanan pada kehamilan trimester I menggunakan metode presentasi dan dilanjutkan sesi tanya jawab yang dimulai jam 09.30 WIB s.d 11.30 WITA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Karanganyar merupakan salah satu fasilitas kesehatan di kecamatan Kawalu Kota Tasikmalaya yang membawahi 3 kelurahan. Hasil studi pendahuluan dengan wawancara yang dilakukan pada ibu hamil di Posyandu, diperoleh hasil 3 dari 5 ibu hamil trimester I tidak memahami ketidaknyamanan yang biasa terjadi dan tidak tahu bagaimana mengatasinya. Sehingga ibu hamil terkadang merasa bingung bagaimana menangani keluhan yang terjadi.

Kecemasan pada ibu hamil dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pengetahuan (Juariah, 2001). Pengetahuan merupakan justified true believe. Seorang individu membenarkan (justifies) kebenaran atas kepercayaannya berdasarkan observasinya mengenai dunia. Jadi bila seseorang menciptakan pengetahuan, ia menciptakan pemahaman atas suatu situasi baru dengan cara berpegang pada kepercayaan yang telah dibenarkan. Kondisi pengetahuan ibu yang kurang karena belum adanya pengalaman dan kurangnya informasi akan keluhan yang mungkin terjadi pada trimester I dan bagaimana menanganinya. Ketersediaan media informasi memang cukup

banyak, namun tidak semua informasi tepat dan akurat. Media informasi yang tepat harus diperbanyak supaya ibu hamil dapat dengan mudah mengakses, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan pada akhirnya kecemasan dalam menjalani kehamilan bisa berkurang.

Peningkatan pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku ibu. Jika Ibu hamil memiliki pengetahuan tentang kehamilan, maka memungkinkan berperilaku menjaga, menangani, mencegah, menghindari atau mengatasi resiko terjadinya komplikasi tersebut. Pengetahuan ibu hamil mengenai perawatan kehamilan salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan yang diperoleh melalui pemberian informasi oleh bidan mengenai pemahaman tentang perawatan kehamilan (Patimah, 2017).

Jalannya Proses Pengabdian kepada Masyarakat

Pendidikan kesehatan dilakukan di Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa pada hari Kamis, 1 April tahun 2021 ibu hamil trimester I sebanyak 20 orang. Kegiatan berlangsung dalam 2 sesi yaitu sesi sosialisasi dan sesi diskusi serta ada sesi tambahan yaitu kegiatan senam hamil.

Capaian yang Didapat

Pendidikan kesehatan ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester I tentang ketidaknyamanan kehamilan trimester I dan penatalaksanaannya. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, dilakukan posttest untuk mengetahui pemahaman hamil.

Kegiatan ini adalah pemberian informasi tentang ketidaknyamanan kehamilan trimester I dan penatalaksanaannya sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilannya dengan aman dan nyaman serta menekan kecemasan pada kehamilan. Pengetahuan yang kurang dapat meningkatkan kecemasan pada ibu hamil karena proses adaptasi menyebabkan reaksi emosional sehingga dapat memperberat ketidaknyamanan kehamilan (Patimah, 2017)

Hal ini disebabkan karena kehamilan ini adalah kehamilan pertama sehingga belum ada pengalaman kehamilan. Pengalaman merupakan salah satu cara dalam memperoleh

pengetahuan, karena dengan pengalaman akan menciptakan pemahaman atas suatu situasi baru dengan cara

berpegang pada kepercayaan yang telah dibenarkan. Dalam definisi ini, pengetahuan merupakan konstruksi dari kenyataan, dibandingkan sesuatu yang benar secara abstrak. Penciptaan pengetahuan tidak hanya merupakan kompilasi dari fakta-fakta, namun suatu proses yang unik pada manusia yang sulit disederhanakan atau ditiru. Penciptaan pengetahuan melibatkan perasaan dan sistem kepercayaan (belief systems) dimana perasaan atau sistem kepercayaan itu bisa tidak disadari (Wawan and Dewi, 2011)

Peningkatan pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku ibu. Jika Ibu hamil memiliki pengetahuan tentang kehamilan, maka memungkinkan berperilaku menjaga, menangani, mencegah, menghindari atau mengatasi resiko terjadinya komplikasi tersebut. Pengetahuan ibu hamil mengenai perawatan kehamilan salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan yang diperoleh melalui pemberian informasi oleh bidan mengenai pemahaman tentang perawatan kehamilan (Patimah, 2017).

Hal ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh Nita dan Indrayani pada pengabdian masyarakat dengan judul Pendidikan Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Kanker Servik Pada Wanita Usia Subur tahun 2020 yang mengungkapkan bahwa ada perbedaan antara pengetahuan tentang kanker serviks sebelum dan sesudah diberi pendidikan kesehatan tentang kanker serviks (Nita, Kesehatan and Yogyakarta, 2020). Pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan.

KESIMPULAN

Kegiatan pendidikan kesehatan tentang ketidaknyamanan pada trimester I dan penanganannya telah dilaksanakan dengan lancar. Hasil post test diperoleh peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada trimester I dan penanganannya sebesar 29%. Dengan meningkatnya pengetahuan, sehingga ibu hamil tidak akan merasa bingung dan cemas jika mengalami ketidaknyamanan.

UCAPAN TERIMA KASIH



Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIKES Amanah Makassar dan LPPM STIKES Amanah Makassar yang telah mendanai kegiatan. Kepala Puskesmas Pallangga dan yang telah memberikan izin, dan semua pihak yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik et al. (2013) 'Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012', SDKI, p. 16.
- Evans, M., Donelle, L. and Hume-Loveland, L. (2012) 'Social support and online postpartum depression discussion groups: A content analysis', *Patient Education and Counseling*. Elsevier Ireland Ltd, 87(3), pp. 405–410. doi: 10.1016/j.pec.2011.09.011.
- Haring, M. (2013) *Coping With Anxiety During Pregnancy and Following the Birth*. British Columbia.
- Juariah (2001) 'Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Resiko Tinggi Kehamilan di Wilayah Puskesmas Pataruman Kecamatan Cilili Bandung', Universitas Gajah Mada, pp.1–47.
- Kemendes RI (2011) 'Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil', Kementerian Kesehatan RI, pp. 1–26. doi: 351.077 Ind r.
- Madhavanprabhakaran, G. K., D'Souza, M. S. and Nairy, K. S. (2015) 'Prevalence of pregnancy anxiety and associated factors', *International Journal of Africa Nursing Sciences*. Elsevier Ltd, 3, pp. 1–7. doi: 10.1016/j.ijans.2015.06.002
- Martini, J. et al. (2015) 'Risk factors and course patterns of anxiety and depressive disorders during pregnancy and after delivery: A prospective-longitudinal study', *Journal of Affective Disorders*, 175, pp. 385–395. doi: 10.1016/j.jad.2015.01.012.
- Nita, V., Kesehatan, F. I. and Yogyakarta, U. R. (2020) 'Pendidikan Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Kanker Serviks Pada Wanita Usia Subur', 4(2), pp. 306–310.
- Patimah, M. (2017) 'Pengetahuan dan Kecemasan Ibu Hamil Trimester I Primigravida Tentang Keluhan Pada Kehamilan Trimester I dan Penanganannya', *BIMTAS*, 1.
- Rubertsson, C. et al. (2014) 'Anxiety in early pregnancy: Prevalence and contributing factors', *Archives of Women's Mental Health*, 17(3), pp. 221–228. doi: 10.1007/s00737-013-0409-0.
- Shahhosseini, Z. et al. (2015) 'A Review of the Effects of Anxiety During Pregnancy on Children's Health.', *Materia socio-medica*, 27(3), pp. 200–2. doi: 10.5455/msm.2015.27.200-202.
- Wawan, A. and Dewi, N. (2011) *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Prilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.