

PENGUATAN PELAYANAN KESEHATAN IBU HAMIL MELALUI PEMERIKSAAN KEHAMILAN TERPADU DAN EDUKASI KESEHATAN BERKELANJUTAN

Septi Indah Permata Sari¹, Yanti², Elly Susilawati³, Dewi Septiana⁴

^{1,2,3,4} Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Riau
Penulis Korespondensi : septiindahps07@gmail.com

Abstrak

Kehamilan merupakan periode penting yang memerlukan pemantauan kesehatan secara berkesinambungan untuk memastikan kesejahteraan ibu dan janin. Kurangnya pemanfaatan pelayanan antenatal, rendahnya aktivitas fisik selama kehamilan, serta keterbatasan pengetahuan ibu hamil mengenai perubahan fisiologis, tanda bahaya kehamilan, dan persiapan persalinan dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kehamilan dan persalinan. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang terintegrasi dan berkelanjutan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkuat pelayanan kesehatan ibu hamil melalui pemeriksaan kehamilan terpadu, pelaksanaan senam hamil, dan edukasi kesehatan berkelanjutan. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Umbansari kota Pekanbaru. Metode pelaksanaan meliputi pemeriksaan kesehatan ibu hamil yang mencakup pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi fundus uteri, deteksi dini faktor risiko kehamilan, serta pemeriksaan penunjang sederhana. Selain itu, dilakukan senam hamil untuk meningkatkan kebugaran fisik dan kesiapan menghadapi persalinan, serta penyuluhan kesehatan mengenai gizi selama kehamilan, tanda bahaya kehamilan, persiapan persalinan, dan perawatan masa nifas. Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan pada 12 ibu hamil, dengan hasil rata-rata pengetahuan ibu hamil meningkat dari yang awalnya rata-rata 60 menjadi 82,5 dengan nilai post test terendah 70 dan tertinggi 100, artinya ada peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan kehamilan, meningkatnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin, serta meningkatnya partisipasi ibu hamil dalam aktivitas fisik yang aman melalui senam hamil. Peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung dan aktif berdiskusi terkait permasalahan yang dihadapi selama kehamilan. Kegiatan ini dapat menjadi salah satu strategi dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan maternal melalui pendekatan promotif, preventif, dan pemberdayaan masyarakat. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pemangku kepentingan guna mendukung terwujudnya kehamilan yang sehat, persalinan yang aman, serta peningkatan derajat kesehatan ibu dan bayi.

Kata Kunci : ibu hamil, pemeriksaan kehamilan terpadu, edukasi kesehatan, pelayanan kesehatan maternal.
Kepustakaan : 16 (2012-2019)

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode fisiologis yang memerlukan pemantauan kesehatan secara teratur untuk menjamin keselamatan ibu dan janin. Meskipun berbagai upaya telah dilakukan untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan maternal, angka kematian ibu dan bayi masih menjadi tantangan di berbagai daerah. Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa sebagian besar kematian ibu dapat dicegah melalui pelayanan antenatal yang berkualitas, deteksi dini faktor risiko, serta akses terhadap pelayanan kesehatan yang tepat waktu (World Health Organization [WHO], 2023). Pelayanan antenatal yang komprehensif menjadi salah satu strategi utama dalam menurunkan risiko komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas.

Pemeriksaan kehamilan atau antenatal care (ANC) memiliki peran penting dalam memantau kondisi kesehatan ibu dan pertumbuhan janin, mengidentifikasi faktor risiko, serta memberikan intervensi yang diperlukan sejak dini. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menekankan bahwa pemeriksaan kehamilan secara rutin sesuai standar pelayanan merupakan bagian penting dalam transformasi layanan primer yang berorientasi pada upaya promotif dan preventif (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Namun demikian, masih terdapat ibu hamil yang belum memanfaatkan layanan ANC secara optimal akibat kurangnya pengetahuan, keterbatasan

akses, maupun rendahnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kehamilan.

Selain pemeriksaan kehamilan, aktivitas fisik yang aman seperti senam hamil juga memiliki manfaat dalam meningkatkan kebugaran, mengurangi ketidaknyamanan selama kehamilan, serta mempersiapkan ibu menghadapi proses persalinan. Penelitian menunjukkan bahwa latihan fisik selama kehamilan dapat membantu meningkatkan kesehatan fisik dan psikologis ibu, mengurangi risiko komplikasi tertentu, serta mendukung proses persalinan yang lebih baik (American College of Obstetricians and Gynecologists [ACOG], 2024). Oleh karena itu, senam hamil perlu menjadi bagian dari pelayanan kesehatan maternal yang diberikan secara terstruktur kepada ibu hamil.

Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan juga menjadi komponen penting dalam upaya menjaga kesehatan ibu dan janin. Edukasi mengenai gizi selama kehamilan, tanda bahaya kehamilan, persiapan persalinan, serta perawatan bayi baru lahir dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatannya. Menurut WHO (2022), pemberdayaan ibu melalui pendidikan kesehatan berkontribusi terhadap peningkatan perilaku kesehatan, kepatuhan terhadap kunjungan ANC, dan kesiapan menghadapi persalinan.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan

pemeriksaan kehamilan terpadu, senam hamil, dan edukasi kesehatan berkelanjutan sebagai bentuk penguatan pelayanan kesehatan ibu hamil. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan partisipasi ibu hamil dalam menjaga kesehatan selama masa kehamilan sehingga mendukung terwujudnya kehamilan yang sehat, persalinan yang aman, serta peningkatan derajat kesehatan ibu dan bayi.

PELAKSANAAN KEGIATAN

Proses Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini meliputi:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi antara tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat dengan pihak puskesmas, bidan desa, kader kesehatan, serta pemerintah setempat untuk menentukan lokasi, waktu, dan sasaran kegiatan. Selanjutnya dilakukan identifikasi kebutuhan ibu hamil melalui diskusi dengan tenaga kesehatan dan kader setempat guna memperoleh gambaran mengenai kondisi kesehatan ibu hamil, cakupan pemeriksaan kehamilan, serta kebutuhan edukasi yang diperlukan. Tim juga menyiapkan media penyuluhan, alat pemeriksaan kesehatan, lembar observasi, daftar hadir peserta, dan perlengkapan senam hamil.

2. Tahap Registrasi, Skrining Awal dan Pre Test

Pada hari pelaksanaan, peserta melakukan registrasi dan pendataan identitas. Setelah itu dilakukan skrining awal berupa pengukuran berat badan, tekanan darah, serta wawancara singkat mengenai usia kehamilan, keluhan yang dirasakan, dan riwayat kesehatan selama kehamilan dan dilanjutkan dengan pre test.

3. Tahap Pemeriksaan Kehamilan Terpadu

Pemeriksaan kehamilan dilakukan oleh bidan dan tim pelaksana pengabdian sesuai standar pelayanan antenatal. Pemeriksaan meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi fundus uteri, pemeriksaan denyut jantung janin, penilaian status gizi, identifikasi faktor risiko kehamilan, serta pemeriksaan penunjang sederhana seperti pemeriksaan kadar Hb ibu hamil.

4. Tahap Edukasi Kesehatan Kehamilan

Setelah pemeriksaan kehamilan, peserta mengikuti sesi edukasi kesehatan yang disampaikan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi pentingnya pemeriksaan kehamilan rutin, pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan, tanda bahaya kehamilan, pencegahan anemia, persiapan persalinan, persiapan menyusui, serta perawatan bayi baru lahir. Edukasi diberikan menggunakan media leaflet dan presentasi agar materi lebih mudah dipahami oleh peserta.

5. Tahap Pelaksanaan Senam Hamil

Kegiatan dilanjutkan dengan senam hamil yang dipandu oleh instruktur atau bidan. Senam dilakukan secara bertahap mulai dari pemanasan, gerakan inti, latihan pernapasan, relaksasi, hingga pendinginan.

6. Tahap Evaluasi dan Konseling Individu

Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, dilakukan evaluasi melalui sesi tanya jawab dan pengisian lembar post test untuk mengetahui tingkat pemahaman dan kepuasan peserta terhadap kegiatan. Ibu hamil yang memiliki keluhan atau faktor risiko tertentu diberikan konseling individu serta rekomendasi tindak lanjut untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan. Tim juga memberikan motivasi kepada peserta agar tetap rutin melakukan pemeriksaan kehamilan dan menerapkan perilaku hidup sehat selama masa kehamilan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil yang didapatkan adalah sebagai berikut:

Tabel 1

Hasil Pre-Post Test Pengetahuan Ibu hamil			
Variabel	N	Mean	Min – Max
Pre Test	12	60	40 -80
Post Test	12	82,5	70 – 100

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan 12 ibu hamil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah diberikan pemeriksaan kehamilan terpadu, edukasi kesehatan, dan senam hamil. Nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 60 pada saat pre-test menjadi 82,5 pada post-test, dengan nilai terendah 70 dan tertinggi 100. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai kesehatan kehamilan, pentingnya pemeriksaan antenatal, serta upaya menjaga kesehatan ibu dan janin selama masa kehamilan. Peningkatan pengetahuan merupakan indikator awal keberhasilan kegiatan promosi kesehatan yang bertujuan membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2022).

Peningkatan pengetahuan yang terjadi dapat dipengaruhi oleh metode penyampaian materi yang dilakukan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi. Pendekatan edukasi yang melibatkan partisipasi aktif peserta terbukti lebih efektif dibandingkan metode penyampaian satu arah karena peserta memiliki kesempatan untuk mengklarifikasi informasi yang belum dipahami dan mengaitkan materi dengan pengalaman yang dialami selama kehamilan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati et al. (2024), pendidikan kesehatan yang disertai diskusi interaktif mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap positif ibu hamil terhadap pemanfaatan layanan kesehatan maternal.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin. Pemeriksaan antenatal merupakan salah satu intervensi penting dalam mendeteksi dini komplikasi kehamilan dan memastikan pertumbuhan serta perkembangan janin berlangsung optimal. Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan kontak antenatal yang berkualitas sebagai strategi untuk menurunkan risiko kesakitan dan kematian ibu maupun bayi (World Health Organization [WHO], 2023). Dengan meningkatnya pemahaman peserta mengenai manfaat pemeriksaan kehamilan, diharapkan kepatuhan terhadap kunjungan antenatal juga akan meningkat.

Pelaksanaan pemeriksaan kehamilan terpadu dalam kegiatan ini memberikan kesempatan bagi ibu hamil untuk mengetahui kondisi kesehatannya secara langsung. Pemeriksaan tekanan darah, berat badan, tinggi fundus uteri, dan pemantauan kondisi janin membantu meningkatkan kesadaran peserta terhadap pentingnya pemantauan kesehatan selama kehamilan. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), pemeriksaan kehamilan yang dilakukan sesuai standar pelayanan antenatal dapat membantu mengidentifikasi faktor risiko secara dini sehingga penanganan yang tepat dapat segera diberikan.

Partisipasi ibu hamil dalam kegiatan senam hamil juga menunjukkan respons yang positif. Senam hamil merupakan bentuk aktivitas fisik yang aman dan

bermanfaat untuk menjaga kebugaran, meningkatkan kekuatan otot, melatih teknik pernapasan, serta membantu mempersiapkan ibu menghadapi proses persalinan. American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) menegaskan bahwa aktivitas fisik selama kehamilan dapat memberikan manfaat bagi kesehatan fisik dan psikologis ibu, termasuk mengurangi ketidaknyamanan kehamilan dan meningkatkan kualitas hidup (ACOG, 2024). Oleh karena itu, keterlibatan aktif peserta dalam senam hamil menjadi indikator positif terhadap peningkatan kesadaran perilaku hidup sehat selama kehamilan.

Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa integrasi antara pemeriksaan kehamilan, edukasi kesehatan, dan senam hamil memberikan manfaat yang lebih komprehensif dibandingkan apabila ketiga kegiatan tersebut dilakukan secara terpisah. Pendekatan terpadu memungkinkan ibu hamil memperoleh informasi, pelayanan kesehatan, dan pengalaman praktik secara langsung dalam satu kegiatan. Model pelayanan seperti ini sejalan dengan transformasi layanan kesehatan primer yang menekankan aspek promotif dan preventif melalui pemberdayaan masyarakat dan peningkatan literasi kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Secara keseluruhan, hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa program penguatan pelayanan kesehatan ibu hamil melalui pemeriksaan kehamilan terpadu, senam hamil, dan edukasi kesehatan berkelanjutan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan. Meskipun jumlah peserta masih terbatas, hasil yang diperoleh menunjukkan potensi yang baik untuk dikembangkan dalam cakupan yang lebih luas. Kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader, dan keluarga agar dampak yang dihasilkan dapat mendukung terwujudnya kehamilan yang sehat, persalinan yang aman, serta peningkatan derajat kesehatan ibu dan bayi.



KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan :

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan tema “Penguatan Pelayanan Kesehatan Ibu Hamil melalui Pemeriksaan Kehamilan Terpadu dan Edukasi Kesehatan Berkelanjutan” telah terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 12 ibu hamil. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai kesehatan kehamilan yang ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata dari 60 pada pre-test menjadi 82,5 pada post-test,

dengan nilai terendah 70 dan tertinggi 100. Selain itu, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran ibu hamil akan pentingnya melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin serta mendorong partisipasi dalam aktivitas fisik yang aman melalui senam hamil. Kombinasi pemeriksaan kehamilan, edukasi kesehatan, dan senam hamil terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam mendukung kesehatan ibu dan janin serta mempersiapkan ibu menghadapi persalinan yang aman.

b. Saran

Kegiatan pemeriksaan kehamilan terpadu, senam hamil, dan edukasi kesehatan diharapkan dapat dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader, serta keluarga ibu hamil. Upaya ini penting untuk mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta perilaku kesehatan ibu hamil sehingga dapat mendukung terwujudnya kehamilan yang sehat, persalinan yang aman, dan kesehatan ibu serta bayi yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2024). *Physical activity and exercise during pregnancy and the postpartum period*. ACOG Committee Opinion No. 804. Washington, DC: ACOG.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman pelayanan antenatal terpadu edisi terbaru*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Transformasi layanan kesehatan primer dalam mendukung kesehatan ibu dan anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, D., Sari, N., & Putri, A. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan kehamilan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(1), 45–52.
- World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *Trends in maternal mortality 2000–2023: Estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and UNDESA*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (2023). *WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience*. Geneva: World Health Organization.