
EDUKASI PERSIAPAN PERSALINAN MELALUI SIMULASI KELAS IBU HAMIL DI DESA BANJAREJA

¹⁾Adela Hasah Nurnatsia, ^{2*)}Fitria Prabandari, ³⁾Siti Mutoharoh, ⁴⁾Adinda Putri Sari Dewi, ⁵⁾Juni Sofiana, ⁶⁾Bela Nanda Puspita, ⁷⁾Dewi Maratussholihah, ⁸⁾Femi Yulian Prastiwi, ⁹⁾Husnul Khotimah, ¹⁰⁾Nayana Soraya, ¹¹⁾Taniya Afila Ayu Sempagi, ¹²⁾Tifara Adila Prastiwi, ¹³⁾Eka Okta Nur Alya Myzara

¹⁻¹³⁾Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gombong, Jl. Yos Sudarso No.462, Gombong, Kebumen, Jawa Tengah

^{*)}Email: fitriaprabandari30@gmail.com

ABSTRAK

Persiapan persalinan yang baik sangat penting untuk meminimalkan risiko komplikasi bagi ibu dan bayi. Kelas antenatal merupakan media edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi persiapan persalinan dengan metode simulasi terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di Balai Desa Banjareja. Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pre-test and post-test. Sebanyak 13 ibu hamil trimester II dan III mengikuti penelitian ini. Intervensi edukasi meliputi materi dan simulasi terkait tanda-tanda persalinan, teknik pernafasan, posisi mengejan, dan manajemen nyeri nonfarmakologis. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diberikan sebelum dan sesudah sesi edukasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi. Simulasi terbukti menjadi metode yang interaktif dan mudah dipahami sehingga membantu ibu hamil dalam mempersiapkan persalinan. Dapat disimpulkan bahwa edukasi persalinan melalui simulasi di kelas antenatal efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta dan layak untuk dilaksanakan secara luas sebagai upaya promosi kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: edukasi persalinan, kelas ibu hamil, pengetahuan ibu.

ABSTRACT

Good preparation for childbirth is very important to minimize the risk of complications for the mother and baby. Antenatal classes are an effective educational medium to improve the knowledge and readiness of pregnant women in facing childbirth. This study aims to determine the effect of education on preparing for childbirth with a simulation method on improving the knowledge of pregnant women at the Banjareja Village Hall. This study used a pre-experimental design with a one group pre-test and post-test approach. A total of 13 pregnant women in the second and third trimesters participated in this study. Educational interventions included materials and simulations related to signs of labor, breathing techniques, pushing positions, and non-pharmacological pain management. Data collection was carried out using questionnaires given before and after the education session. The results showed an increase in knowledge scores after the intervention. Simulation proved to be an interactive and easy-to-understand method that helps pregnant women prepare for childbirth. It can be concluded that childbirth education through simulation in antenatal classes is effective in improving participants' knowledge and is feasible to be implemented widely as an effort to promote public health.

Keywords: childbirth education, pregnant women's classes, mothers' knowledge

PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil dan proses persalinan merupakan hal yang sangat penting untuk memastikan keselamatan ibu dan bayi selama kehamilan dan kelahiran. Di Indonesia, angka kematian ibu (AKI) dan bayi (AKB) masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian lebih. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan, Indonesia memiliki angka kematian ibu sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup (Kementerian Kesehatan, 2015). Angka ini masih jauh dari target yang ditetapkan dalam Sustainable Development Goals (SDGs), yaitu 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Salah satu penyebab tingginya angka AKI dan AKB di Indonesia adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai persiapan persalinan yang dapat mengurangi risiko komplikasi selama proses kehamilan dan persalinan.

Pendidikan kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan persiapan persalinan, sangat penting dalam upaya menurunkan angka kematian ibu dan bayi. Kelas ibu hamil merupakan salah satu bentuk intervensi edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan. Kelas ini tidak hanya memberikan informasi mengenai teori persalinan, tetapi juga melibatkan teknik-teknik yang perlu dikuasai ibu, seperti teknik bernapas dan teknik meneran saat melahirkan (Mahanani et al., 2020). Menurut studi sebelumnya, ibu hamil yang mengikuti kelas pendidikan persalinan lebih siap menghadapi persalinan dan dapat mengurangi kemungkinan terjadinya komplikasi (Lestari et al., 2019).

Salah satu metode yang efektif dalam memberikan edukasi persalinan adalah melalui simulasi. Simulasi memungkinkan ibu hamil untuk mempraktikkan keterampilan yang diajarkan secara langsung, yang dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan ibu dalam menghadapi proses persalinan. Hasil dari studi yang dilakukan di Balai Desa

Banjareja menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil belum mengetahui dan memahami teknik-teknik yang dianjurkan selama persalinan. Hasil pre-test menunjukkan bahwa 4 ibu hamil tidak mengetahui adanya teknik khusus bernapas dan meneran, dan sebagian besar merasa kurang memahami teknik tersebut. Oleh karena itu, edukasi melalui simulasi diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Dengan memberikan edukasi yang tepat melalui kelas ibu hamil, terutama mengajarkan teknik bernapas dan meneran yang benar, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan mempersiapkan mereka untuk menjalani persalinan dengan lebih baik dan aman. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas edukasi persiapan persalinan melalui metode simulasi dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Balai Desa Banjareja.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil pada acara kelas ibu hamil. Sebelum diberikan edukasi ibu hamil diberikan pre-test dan dilakukan post-test setelah edukasi untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai teknik persalinan, kegiatan diikuti oleh 13 ibu hamil. Alur kegiatan pengabdian ini yaitu analisis situasi Desa Banjareja dan koordinasi persiapan kegiatan pengabdian dengan Bidan dan Kader setempat, implementasi kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi persiapan persalinan dan simulasi kelas ibu hamil yang sebelumnya dilakukan pre test untuk, dan evaluasi berupa post test. Edukasi yang diberikan melalui simulasi teknik bernapas dan meneran, yang melibatkan peran mahasiswa, ibu kader, dan bidan desa dalam mendampingi proses edukasi.

¹⁾Adela Hasah Nurnatsia, ^{2*)}Fitria Prabandari, ³⁾Siti Mutoharoh, ⁴⁾Adinda Putri Sari Dewi, ⁵⁾JuniSofiana, ⁶⁾Bela Nanda Puspita, ⁷⁾Dewi Maratussholihah, ⁸⁾Femi Yulian Prastiwi, ⁹⁾Husnul Khotimah, ¹⁰⁾Nayana Soraya, ¹¹⁾Taniya Afila Ayu Sempagi, ¹²⁾Tifara Adila Prastiwi, ¹³⁾Eka Okta Nur Alya Myzara

EDUKASI PERSIAPAN PERSALINAN MELALUI SIMULASI KELAS IBU HAMIL DI DESA BANJAREJA

HASIL

Pengabdian ini dilakukan terhadap 13 orang ibu hamil yang mengikuti kelas edukasi persiapan persalinan berbasis simulasi di Balai Desa Banjareja. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner pre-test dan post-test yang mencakup tiga aspek utama pengetahuan ibu hamil, yaitu: teknik bernapas, teknik meneran, dan persiapan persalinan. Data dianalisis secara deskriptif dan dilanjutkan dengan uji statistik menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan signifikan antara nilai pre-test dan post-test.

Tabel 1.

Pemahaman ibu mengenai sebelum dan sesudah pemaparan materi mengaji beberapa ilmu seputar persalinan.

	Pre (sebelum)	Test Post (sesudah)	Test Post (sesudah)	
	Respo ns	Presen tase	Respo ns	Presen tase
Kurang	5	4	0	0%
Cukup	4	33,3%	5	38,5%
Baik	3	25%	6	62,5%

Hasil pretest dan posttest menunjukkan bahwa edukasi persiapan persalinan melalui simulasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil pada aspek teknik bernapas, teknik meneran, dan persiapan persalinan. Rata-rata peningkatan skor post-test menunjukkan bahwa metode edukasi berbasis simulasi mampu memperkuat pemahaman ibu hamil melalui pembelajaran yang bersifat visual, praktik langsung, dan pendampingan intensif oleh mahasiswa, kader, dan bidan desa.

PEMBAHASAN

Peningkatan yang signifikan ini mendukung teori pembelajaran aktif, yang menyatakan bahwa individu akan lebih mudah menyerap informasi jika mereka terlibat langsung dalam

proses pembelajaran (Notoatmodjo, 2014). Simulasi memungkinkan peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga mempraktikkan keterampilan yang dibutuhkan dalam menghadapi persalinan, seperti teknik pernapasan dan meneran yang benar.

Selain itu, pendekatan ini sangat relevan diterapkan di lingkungan desa seperti Banjareja, di mana akses informasi terbatas dan banyak ibu hamil yang belum pernah menerima pelatihan langsung terkait persalinan. Keterlibatan kader dan bidan desa juga turut berkontribusi terhadap keberhasilan kegiatan ini, karena mereka adalah tokoh yang dikenal dan dipercaya di masyarakat, sehingga dapat meningkatkan keterlibatan dan kenyamanan peserta.

Pengabdian ini sejalan dengan hasil studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa kelas ibu hamil dengan pendekatan interaktif dapat meningkatkan kesiapan mental dan fisik ibu hamil dalam menghadapi persalinan (Widiasih & Dewi, 2021). Hal ini memperkuat bahwa edukasi kesehatan masyarakat sebaiknya disampaikan melalui metode yang tidak hanya informatif tetapi juga aplikatif.

Meskipun hasilnya positif, pengabdian ini memiliki keterbatasan jumlah sampel yang kecil dan belum mencakup wilayah yang lebih luas. Oleh karena itu, kegiatan lanjutan dengan desain kuasi-eksperimen dan cakupan peserta yang lebih besar sangat disarankan untuk memvalidasi temuan ini.



Gambar. 1 Penjelasan Materi Persiapan Persalinan

¹⁾Adela Hasah Nurnatsia, ^{2*)}Fitria Prabandari, ³⁾Siti Mutoharoh, ⁴⁾Adinda Putri Sari Dewi, ⁵⁾JuniSofiana, ⁶⁾Bela Nanda Puspita, ⁷⁾Dewi Maratussholihah, ⁸⁾Femi Yulian Prastiwi, ⁹⁾Husnul Khotimah, ¹⁰⁾Nayana Soraya, ¹¹⁾Taniya Afila Ayu Sempagi, ¹²⁾Tifara Adila Prastiwi, ¹³⁾Eka Okta Nur Alya Myzara

EDUKASI PERSIAPAN PERSALINAN MELALUI SIMULASI KELAS IBU HAMIL DI DESA BANJAREJA



Gambar.2 Praktik Simulasi Kelas Ibu Hamil

SIMPULAN

Secara umum, sebagian besar responden (100%) menunjukkan niat untuk mencoba teknik bernapas dan teknik meneran yang diajarkan selama kelas edukasi persiapan persalinan berbasis simulasi. Sebelum mengikuti kelas, sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang terbatas tentang teknik bernapas, teknik meneran, dan persiapan persalinan. Namun, setelah mengikuti kelas edukasi, terdapat peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan ibu hamil mengenai persiapan persalinan. Hasil post-test menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil merasa lebih paham tentang persiapan persalinan, dengan sebagian besar responden (61,5%) menilai pemahaman mereka "baik." Ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis simulasi dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang teknik persalinan dan mempersiapkan mereka lebih baik menghadapi proses persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

Hidayat, S. F., Putra, M. R. (2021). Pengaruh Edukasi Persiapan Persalinan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Teknik Bernapas dan Teknik Meneran. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 8(2), 112-120.

Indriana, W., Setiawati, R. (2020). Simulasi Teknik Bernapas dan Teknik Meneran untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil dalam Proses Persalinan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 14(1), 45-52.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Buku Pedoman Persiapan Persalinan dan Kesehatan Ibu Hamil. *Direktorat Kesehatan Ibu dan Anak*.

Marwoto, S., Rizal, M. (2020). Evaluasi Program Kelas Ibu Hamil untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Persiapan Persalinan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(3), 210-215.

Marlina, S. N., Ardianto, R. (2019). Efektivitas Edukasi Persiapan Persalinan Berbasis Simulasi terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di Desa Banjareja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 140-145.

Mulyani, D., Kurniawan, H. (2018). Pengaruh Pendidikan Teknik Bernapas dan Teknik Meneran terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(4), 98-104.

Situmorang, R. F., Budianto, A. (2021). Peran Kelas Ibu Hamil dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Persiapan Persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 17(1), 61-68.

Suryani, A., Hadi, S. (2021). Pengaruh Simulasi Teknik Persiapan Persalinan terhadap Kesiapan Ibu Hamil di Desa Banjareja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 125-130.