

**PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PENANGANAN
KELUHAN FISILOGIS DENGAN MEDIA VIDEO PAKBUTO (PENANGANAN
KELUHAN IBU HAMIL TANPA OBAT) DI KELURAHAN SUTOREJO
KECAMATAN MULYOREJO SURABAYA**

***INCREASING KNOWLEDGE OF PREGNANT WOMEN ABOUT HANDLING OF
PHYSIOLOGICAL COMPLAINTS WITH PAKBUTO VIDEO MEDIA (HANDLING OF
PREGNANT WOMEN'S COMPLAINTS WITHOUT MEDICINE) IN SUTOREJO
KELURAHAN MULYOREJO SURABAYA***

Nova Elok Mardliyana

S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya

email : novaelok@fik.um-surabaya.ac.id

ABSTRAK

Kehamilan merupakan suatu kondisi yang fisiologis, dimana ibu hamil tetap perlu diwaspadai karena terdapat banyak perubahan-perubahan yang dialami oleh ibu hamil baik dari perubahan fisik, psikologis dan hormonal. Keluhan yang dirasakan ibu hamil jika tidak ditangani dapat berdampak kurang baik pada Kesehatan ibu dan janin selama kehamilan bahkan berlanjut sampai proses persalinan dan nifas. Dan masih rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang penanganan keluhan-keluhan fisiologis yang dialami selama kehamilan dengan metode non farmakologis, dipengaruhi oleh beberapa factor seperti usia, Pendidikan, pekerjaan dan lingkungan. Dengan menggunakan media video diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki perilaku Kesehatan. Video menjadi salah satu media yang baik dalam memberikan Pendidikan Kesehatan karena merupakan media audiovisual yang dapat diakses oleh ibu hamil dimanapun sehingga memudahkan ibu hamil dalam menerima informasi-informasi Kesehatan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang penanganan keluhan fisiologis selama kehamilan dengan media video PAKBUTO. Target kegiatan pengabdian ini adalah semua ibu hamil yang bertempat tinggal di RW 6 Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo Surabaya. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan media video PAKBUTO sehingga dapat berpengaruh pada perilaku ibu hamil dalam menjaga kesehatannya dan mengatasi keluhan-keluhan yang dirasakan selama kehamilan

Kata kunci : pengetahuan, ibu hamil, video, pakbuto

ABSTRACT

Pregnancy is a physiological condition, where pregnant women still need to be wary because there are many changes experienced by pregnant women both from physical, psychological and hormonal changes. Complaints felt by pregnant women if left untreated can have an unfavorable impact on the health of the mother and fetus during pregnancy and even continue until the delivery and postpartum process. And the low knowledge of pregnant women about the handling of physiological complaints experienced during pregnancy with non-pharmacological methods, is influenced by several factors such as age, education, work and environment. By using video media, it is hoped that it can help increase knowledge and improve health behavior. Video is a good medium in providing health education because it is an audiovisual media that can be accessed by pregnant women anywhere, making it easier for pregnant women to receive health information. This service activity aims to increase the knowledge of pregnant women about handling physiological complaints during pregnancy with PAKBUTO video media. The target of this service activity is all pregnant women who live in RW 6, Sutorejo Village, Mulyorejo District, Surabaya. The results of the service show that there is an increase in knowledge of pregnant women after being given Health Education with PAKBUTO video media so that it can affect the behavior of pregnant women in maintaining their health and overcoming complaints felt during pregnancy.

Keyword : knowledge, pregnant, video, pakbuto

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu kondisi yang alamiah dan fisiologis, diawali dengan konsepsi dan akan berkembang menjadi fetus yang aterm dan diakhiri dengan proses persalinan. Pada masa kehamilan terdapat banyak perubahan-perubahan yang dialami oleh ibu hamil baik dari perubahan fisik, psikologis dan hormonal dan hal itu harus tetap diwaspadai, (Bobak, 2005). Perubahan-perubahan yang dialami pada ibu hamil dapat menimbulkan ketidaknyaman atau keluhan yang bersifat fisiologi selama kehamilan. Keluhan yang dirasakan ibu hamil jika tidak ditangani dan dikelola dengan baik dapat berdampak kurang baik pada Kesehatan ibu dan janin selama kehamilan bahkan berlanjut sampai proses persalinan dan nifas, (Cunningham *et al.*, 2010).

Pada masa tiga bulan pertama kehamilan atau biasa disebut dengan trimester satu yang dimulai dari awal konsepsi sampai minggu ke-12. Ibu hamil trimester satu terjadi perubahan hormonal, perubahan produksi, anatomi dan fisiologi yang menyebabkan perubahan fisik dan psikologi ibu. Keluhan-keluhan yang dialami oleh ibu hamil trimester satu akan mengalami mual, muntah, pusing, meriang dan lemas, (Puspitasari dan Indrianingrum, 2020). Saat ibu hamil memasuki trimester dua dan tiga keluhan yang dialami juga mengalami perubahan seiring dengan perubahan fisik yang dialami oleh ibu dan semakin bertambahnya ukuran janin, (Purnamasari, 2019). Keluhan yang biasanya terjadi pada ibu hamil trimester dua dan tiga adalah nyeri punggung, edema kaki, keputihan, konstipasi, sering kencing, kram kaki, dan lain-lain, (Bobak, 2005).

Sukorini (2017) telah melakukan penelitian tentang gangguan kenyamanan fisik pada ibu hamil dan menyatakan bahwa 78% ibu hamil mengalami gangguan fisik ringan dan 8

% mengalami gangguan fisik berat, (Sukorini, 2017). Dan menurut Kurniati (2019), 87,2 % ibu hamil membiarkan meminta pertolongan pada suami dan keluarga dan 12,8 % mencari pertolongan ke tenaga Kesehatan untuk mengatasi keluhan nyeri punggung pada kehamilan, (Purnamasari, 2019). Di Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo RW 06 terdapat 15 ibu hamil. Dan dari hasil wawancara menyatakan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami keluhan fisiologis selama kehamilan dan masih melakukan penanganan dengan obat-obatan yang didapatkan dari tenaga Kesehatan.

Pada masa pandemic covid-19 yang saat ini masih dialami seluruh bagian dunia. Dalam situasi pandemic berdampak pada pelayanan Kesehatan ibu dan anak yang dapat menyebabkan ibu hamil takut datang periksa ke fasilitas pelayanan Kesehatan, (Pradana, Casman dan Nur'aini, 2020). Sebagian besar ibu hamil khawatir akan tertular virus jika harus datang ke tempat pelayanan Kesehatan sehingga lebih memilih berdiam diri dirumah dan melakukan konsultasi dengan tenaga Kesehatan bahkan membeli obat-obatan secara bebas. Pengetahuan ibu hamil tentang perawatan kehamilan memiliki pengaruh dalam kenyamanan ibu selama menjalani kehamilan. Sebagai upaya peningkatan pengetahuan maka perlu adanya Pendidikan Kesehatan yang dapat dilakukan oleh tenaga Kesehatan. Media yang dapat digunakan untuk melakukan Pendidikan Kesehatan seperti leaflet, poster, iklan, video dan lain-lain, (Wahyuliani, Supriadi dan Anwar, 2016).

Media promosi kesehatan merupakan sarana yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan dengan tujuan merubah perilaku masyarakat kearah positif, (Aeni dan Yuhandini, 2018). Pengetahuan menjadi salah satu domain yang diperlukan dalam pembentukan perilaku seseorang. Dengan menggunakan media dalam

penyampaian pesan menjadi lebih mudah diterima oleh masyarakat. Salah satu media yang dapat digunakan dalam peningkatan pengetahuan dalam kegiatan Pendidikan kesehatan adalah video edukasi. Video adalah salah satu media audiovisual yang berisi tentang Pendidikan Kesehatan beserta penjelasan-penjelasan yang dapat diakses oleh masyarakat secara langsung dan berulang-ulang, (Anifah, 2020). Dengan menggunakan media video diharapkan dapat membantu ibu hamil dalam meningkatkan pengetahuan tentang penanganan keluhan fisiologis selama kehamilan dengan minim obat.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan menggunakan media video edukasi PAKBUTO (Penanganan Keluhan Ibu Hamil Tanpa Obat). Video PAKBUTO berisi tentang cara penanganan keluhan ibu hamil dengan metode alamiah sehingga dapat meminimalkan efek samping pada ibu maupun janin. Diskusi dan tanya jawab dilakukan jika ada peserta yang masih belum memahami materi yang ada di video. Kegiatan ini dilakukan pada seluruh ibu hamil yang bertempat tinggal di RW 6 Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo Surabaya pada Bulan Agustus 2021 dengan jumlah 15 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Penanganan Keluhan Fisiologis Dengan Media Video Pakbuto (Penanganan Keluhan Ibu Hamil Tanpa Obat) Di RW 6 Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo Surabaya pada bulan Agustus – September 2021 mendapatkan hasil baik yang dibuktikan dengan pemahaman ibu hamil tentang penanganan keluhan fisiologis yang dialami dan mulai mempraktikkan saat keluhan itu terjadi. Kegiatan pengabdian

masyarakat dimulai dengan koordinasi dengan kader Kesehatan di RW setempat untuk persiapan, pelaksanaan sampai evaluasi dan pembuatan laporan kegiatan. Hasil yang didapatkan belum semua ibu hamil mengetahui dan memahami penanganan keluhan fisiologi dengan cara non-farmakologis.

Pemberian edukasi dilaksanakan selama 1 bulan yang diikuti oleh 15 ibu hamil dengan usia kehamilan trimester 1, 2 dan 3 yang bertempat tinggal di RW 6 Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo. Setelah mendapatkan edukasi dan mempelajari video tersebut ibu mulai memahami bahwa keluhan fisiologis yang dialami selama kehamilan dapat ditangani dengan bahan-bahan sederhana yang ada dirumah tanpa harus menggunakan obat-obatan sehingga dapat meminimalkan resiko pada ibu maupun janin. Hal ini dapat diketahui dari hasil tanya jawab saat yang dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan,

Pengetahuan merupakan hasil belajar dan terjadi setelah seseorang mempelajari sesuatu dan melakukan pengindraan pada suatu obyek. Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan terus meningkat jika diimbangi dengan proses belajar yang baik. Dan seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung memiliki perilaku yang baik dalam meningkatkan kesehatannya pada diri, keluarga dan lingkungannya, (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan juga dipengaruhi oleh Pendidikan, seseorang yang memiliki Pendidikan tinggi juga cenderung memiliki pengetahuan yang luas, (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan ibu hamil tentang penanganan keluhan fisiologis meningkat setelah diberikan edukasi dengan video PAKBUTO. Hal ini sejalan dengan penelitian (Anifah, 2020), pengetahuan remaja tentang anemia meningkat setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan media video. Dengan media yang baik dapat memudahkan pemahaman, memperjelas

informasi serta mengurangi kesalahan persepsi individu.

Video merupakan media audiovisual yang dapat dijadikan sebagai alat untuk penyampaian informasi dan materi. Dalam kondisi pandemic pemberian edukasi dinilai efektif karena keterbatasan akses fasilitas pelayanan Kesehatan serta kekhawatiran ibu hamil yang tidak bisa terlalu sering berkunjung ke tenaga Kesehatan karena adanya pembatasan sosial dan takut tertular virus. Video dapat diakses melalui smartphone yang dimana saat ini hampir semua kalangan telah memilikinya sehingga lebih mudah dan dapat diakses berulang-ulang sesuai dengan kebutuhan ibu, (Mardliyana dan Puspita, 2022).

Video PAKBUTO merupakan video edukasi yang dibuat dengan tujuan untuk membantu ibu hamil dalam mengatasi keluhan-keluhan yang dirasakan selama kehamilan. Video tersebut berisi tentang beberapa keluhan yang umum terjadi pada ibu hamil beserta penanganan tanpa obat. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa kehamilan merupakan kondisi yang fisiologis dan tidak selalu memerlukan obat dalam penanganan keluhan-keluhan yang dialami. Ibu hamil termasuk dalam kondisi yang rentan dalam konsumsi obat. Ibu hamil dan tenaga Kesehatan harus mampu memilah obat-obatan yang dikonsumsi ibu tidak berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan janin yang dikandung serta Kesehatan ibu, (Mardliyana, Raden dan EN, 2018). Untuk itu diperlukan Pendidikan Kesehatan tentang penanganan keluhan-keluhan fisiologis ibu hamil dengan metode non farmakologis yang efektif, efisien dan non-invasif.

SIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada ibu hamil di wilayah RW 6 Kelurahan Sutorejo Kecamatan Mulyorejo, dapat disimpulkan bahwa dengan adanya kegiatan Pendidikan Kesehatan melalui

media Video PAKBUTO dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang penanganan keluhan-keluhan fisiologis yang dialami selama kehamilan dengan metode non farmakologis yang efektif, efisien dan non-invasif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, N. dan Yuhandini, D. S. (2018) "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI," *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(2), hal. 162. doi: 10.33366/cr.v6i2.929.
- Anifah, F. (2020) "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Vidio Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), hal. 296–300.
- Bobak, L. (2005) *Dasar-Dasar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: EGC.
- Cunningham, F. *et al.* (2010) *William Obstetrics*. New York: Mc Graw Hill Medical.
- Mardliyana, N. E. dan Puspita, I. M. (2022) "The Effect Smartphone Based Education Media On Chilbirth Preparation in The Covid-19 Pandemic Period in Surabaya," *Forum Ilmiah Kesehatan*, 13(1).
- Mardliyana, N. E., Raden, A. dan EN, U. H. (2018) "Effect of ice gel compress towards labor pain during Active Phase Stage I at private midwivery clinics in Surabaya City area," *Majalah Obstetri & Ginekologi*, 25(1), hal. 21. doi: 10.20473/mog.v25i12017.21-24.
- Notoatmodjo, S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pradana, A. A., Casman, C. dan Nur'aini, N. (2020) "Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah COVID-19 terhadap Kelompok Rentan di Indonesia," *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI*, 9(2), hal. 61–67. Tersedia pada: <https://jurnal.ugm.ac.id/jkki/article/view/55575>.

- Purnamasari, K. D. (2019) “Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Iii,” *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(1), hal. 9. doi: 10.25157/jmph.v1i1.2000.
- Puspitasari, I. dan Indrianingrum, I. (2020) “Ketidaknyamanan Keluhan Pusing Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus,” *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), hal. 265. doi: 10.26751/jikk.v11i2.844.
- Sukorini, M. U. (2017) “Hubungan Gangguan Kenyamanan Fisik Dan Penyakit Dengan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Iii,” *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(1), hal. 1. doi: 10.20473/ijph.v12i1.2017.1-12.
- Wahyuliani, Y., Supriadi, U. dan Anwar, S. (2016) “Efektivitas Penggunaan Media Pembelajaran Flip Book Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pai Dan Budi Pekerti Di Sma Negeri 4 Bandung,” *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 3(1), hal. 22. doi: 10.17509/t.v3i1.3457.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Foto bersama dengan ibu hamil



Gambar 2. Dokumentasi Pemberian edukasi