
JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

LAPORAN PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

PENYULUHAN PERSIAPAN PERSALINAN PADA IBU HAMIL DI AKADEMI KEBIDANAN PANCA BHAKTI PONTIANAK TAHUN 2018

Denny Pebrianti ^a, Sherlly Angelina ^b

Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak
Email korespondensi : akbidpbpontianak@gmail.com

Abstrak

Persiapan persalinan pada trimester III meliputi faktor resiko ibu dan janin, perubahan psikologi dan fisiologi, tanda-tanda bahaya dan bagaimana meresponnya, perasaan mengenai melahirkan dan perkembangan bayi, tanda-tanda saat hendak melahirkan, respon terhadap kelahiran, ukuran-ukuran kenyamanan situasi kelahiran cesar dan perawatan yang terpusat pada keluarga. Tujuan dilakukannya kegiatan ini adalah untuk meningkatkan partisipasi ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan kehamilan gratis yaitu dengan mengajak ibu hamil ikut serta dalam pemeriksaan kehamilan gratis dan penyuluhan persiapan persalinan pada ibu hamil sehingga ibu mendapatkan tambahan pengetahuan. Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan menggunakan metode penyuluhan dan juga praktik pelayanan kebidanan. Pada tanggal 20 November 2018 pukul 08.00 WIB dilaksanakan PKM di Klinik Akbid Panca Bhakti Pontianak setelah ibu hamil datang kemudian di laksanakan penyuluhan persiapan persalinan pada ibu hamil terlebih dahulu. Waktu yang dibutuhkan sekitar 30 menit berisi tentang pemberian materi, tanya jawab dan kesimpulan kegiatan, jumlah peserta yang datang sebanyak 30 orang, yang terdiri dari ibu hamil trimester III. Hasil, Ibu hamil disekitar Klinik Akbid Panca Bhakti memiliki kecenderungan tidak melakukan ANC (*Ante Natal Care*) pada kehamilan dengan berbagai alasan. Kesimpulan, dengan dibuatnya pengabdian kepada masyarakat ini penulis berharap ibu hamil tidak lagi cemas menghadapi persalinan dan dapat mempersiapkan kebutuhan yang diperlukan.

Kata Kunci : Persiapan Persalinan, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang telah cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan atau tanpa bantuan. (Manuaba, 2010).

Persiapan persalinan bertujuan untuk menyiapkan semua kebutuhan selama kehamilan maupun proses persalinan. Persiapan persalinan adalah segala sesuatu yang disiapkan dalam hal menyambut kelahiran anak oleh ibu hamil. Persiapan persalinan pada trimester III meliputi faktor resiko ibu dan janin, perubahan psikologi dan fisiologi, tanda-tanda bahaya dan bagaimana meresponnya, perasaan mengenai melahirkan dan perkembangan bayi, tanda-tanda saat hendak melahirkan, respon terhadap kelahiran, ukuran-ukuran kenyamanan situasi kelahiran cesar dan perawatan yang terpusat pada keluarga (Matterson, 2001).

Persiapan fisik berkaitan dengan masalah kondisi kesehatan ibu, dimana ibu perlu menyiapkan kondisi fisik sebelum hamil. Ibu memahami berupa adanya perubahan fisiologi sebelum terjadi persalinan kira-kira 2 minggu, dimana ibu akan lebih mudah bernafas karena fundus uteri agak menurun berhubung kepala janin mulai masuk ke dalam pintu atas pinggul (PAP). Ibu akan sering buang air kecil (BAK) karena turunnya kepala janin ke dalam PAP yang menekan *vesika urinaria* serta ibu merasakan adanya gambaran his palsu yaitu kadang-kadang perut mengejang.

Makan makanan bergizi dan minum yang cukup banyak, serta tetap melakukan aktivitas seperti berjalan pagi, atau kegiatan rumah lainnya (untuk yang bekerja dipastikan sudah cuti), dan tetap istirahat yang cukup. Hal tersebut di atas dimaksudkan bahwa dengan aktivitas, istirahat dan gizi yang baik, energi dan tenaga untuk menghadapi persalinan nanti diharapkan cukup baik, dan dapat membantu prosesnya agar lancar dan cepat, ibu juga tidak anemia dan mengalami lemas kehabisan energi, karena proses persalinan bisa berbeda-beda waktunya pada setiap orang, ada yang lama, ada yang cepat, dan umumnya melelahkan (Isnandi. 2009).

Selain hal di atas ibu perlu memahami gambaran jelas dan sistemis tentang jalannya persalinan, mengetahui teknik mendedan dan bernafas yang baik, harus menjaga kebersihan

badan dan kesesuaian pakaian. Persiapan fisik berupa kebersihan badan menjelang persalinan karena bermanfaat jika dengan mandi dan membersihkan badan akan mengurangi kemungkinan adanya kuman yang masuk selama persalinan dan dapat mengurangi terjadinya infeksi sesudah melahirkan. Ibu akan merasa nyaman selama menjalani proses persalinan.

Persiapan fisik lain yang perlu diperhatikan adalah dengan melakukan olah raga misalnya senam hamil, karena seorang perempuan memerlukan fisik yang fit untuk melahirkan. Kondisi fit ini ada hubungannya juga dengan ada atau tidaknya penyakit berat yang diidap oleh calon ibu. Jika ditemukan riwayat darah tinggi atau asma berat, misalnya, berarti tidak bisa dilakukan persalinan normal. sehingga sejak awal kehamilan, sudah harus direncanakan kelahiran dengan operasi (Iskandar, 2007).

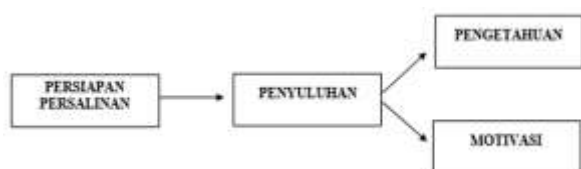
Persiapan pada ibu primigravida umumnya belum mempunyai bayangan mengenai kejadian-kejadian yang akan dialami pada akhir kehamilannya saat persalinan terjadi. Salah satu yang harus dipersiapkan ibu menjelang persalinan yaitu hindari kepanikan dan ketakutan dan bersikap tenang, dimana ibu hamil dapat melalui saat-saat persalinan dengan baik dan lebih siap serta meminta dukungan dari orang-orang terdekat, perhatian dan kasih sayang tentu akan membantu memberikan semangat untuk ibu yang akan melahirkan. Keluarga baik dari orang tua maupun suami merupakan bagian terdekat bagi calon ibu yang dapat memberikan pertimbangan serta bantuan sehingga bagi ibu yang akan melahirkan merupakan motivasi tersendiri sehingga lebih tabah dan lebih siap dalam menghadapi persalinan (Sjafriani, 2007).

Persiapan finansial bagi ibu yang akan melahirkan merupakan suatu kebutuhan yang mutlak harus disiapkan, dimana persiapan finansial atau yang berkaitan dengan penghasilan atau keuangan yang dimiliki untuk mencukupi kebutuhan selama kehamilan berlangsung sampai persalinan. Kondisi ekonomi berkaitan dengan kemampuan ibu untuk menyiapkan biaya persalinan, menyiapkan popok bayi dan perlengkapan lainnya, persalinan memerlukan biaya yang tidak sedikit. Untuk itu sebaiknya Ibu sudah menganggarkan biaya untuk persalinan. Biaya

bisa Ibu atau keluarga anggarakan disesuaikan dengan tarif persalinan di tempat di mana rencana persalinan akan berlangsung.

Ibu harus mengetahui adat istiadat, kebiasaan, tradisi dan tingkat hidup yang kurang baik terhadap kehamilan, dan berusaha mencegah akibat itu. Persiapan yang berhubungan dengan kebiasaan yang tidak baik sebelum kehamilan untuk dihindari selama kehamilan terjadi. Faktor budaya sangat penting dimana terdapat tradisi untuk membawa plasenta ke rumah, cara berperilaku yang benar selama kehamilan dengan menjaga sikap dan perilaku

METODE



Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan menggunakan metode penyuluhan dan juga praktik pelayanan kebidanan.

Melakukan pemeriksaan langsung kepada ibu hamil yang datang ke klinik Akademi Kebidanan Panca Bhakti Pontianak yang berjumlah 30 orang. Kemudian setelah diperiksa pasien di berikan penyuluhan kesehatan tentang persiapan persalinan. Setelah dilakukan penyuluhan ibu diberikan makanan tambahan, snack dan bingkisan.

Tujuan dilakukannya kegiatan ini adalah untuk meningkatkan partisipasi ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan kehamilan gratis yaitu dengan mengajak ibu hamil ikut serta dalam pemeriksaan kehamilan gratis. Selain mendapatkan pelayanan pemeriksaan kesehatan gratis ibu hamil juga mendapatkan penyuluhan persiapan persalinan pada ibu hamil sehingga ibu mendapatkan tambahan pengetahuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Pada tanggal 25 Juli 2018 ketua mengajukan proposal pengabdian kepada masyarakat kepada LPPM

2. Setelah melalui proses revisi proposal selanjutnya ketua dan anggota mengajukan surat ijin untuk melaksanakan PKM di Klinik Akbid Panca Bhakti Pontianak kepada pimpinan Klinik Akbid Panca Bhakti Pontianak
3. Setelah surat disetujui kemudian menentukan tanggal pelaksanaan dan mempersiapkan PKM.
4. Pada tanggal 20 November 2018 pukul 08.00 WIB dilaksanakan PKM di Klinik Akbid Panca Bhakti Pontianak setelah ibu hamil datang kemudian di laksanakan penyuluhan persiapan persalinan pada ibu hamil terlebih dahulu. Waktu yang dibutuhkan sekitar 30 menit berisi tentang pemberian materi, tanya jawab dan kesimpulan kegiatan.
5. Jumlah peserta yang datang sebanyak 30 orang, yang terdiri dari ibu hamil trimester III. Ibu hamil kemudian diminta untuk menandatangani daftar hadir.
6. Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan ibu hamil dilakukan pemeriksaan tanda –tanda vital yang meliputi tensi, nadi, suhu dan respirasi dan selanjutnya dilakukan penimbangan berat badan, tinggi badan dan mencatat keluhan pasien.
7. Selanjutnya ibu hamil diperiksa kesehatan janinnya dengan melakukan palpasi pada *abdomen* dan melakukan pemeriksaan denyut jantung janin kemudian memberikan penyuluhan langsung apabila ada keluhan yang dirasakan.
8. Setelah selesai melakukan pemeriksaan kemudian diberikan makanan tambahan, snack dan bingkisan.

B. PEMBAHASAN

Ibu hamil disekitar Klinik Akbid Panca Bhakti memiliki kecenderungan tidak melakukan ANC (*Ante Natal Care*) pada kehamilan dengan berbagai alasan. Ada yang memiliki alasan tidak punya biaya untuk periksa hamil, tempat yang jauh dari tempat pelayanan, tidak ada yang mengantar

periksa hamil, tidak tahu harus periksa bahkan malas untuk periksa hamil.

Melalui Pemeriksaan Kehamilan gratis dan penyuluhan persiapan persalinan pada ibu hamil diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan partisipasi ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan kehamilan dan memotivasi ibu hamil supaya dapat melakukan ANC minimal 4X selama kehamilan. 1X pada trimester I, 1X pada trimester II dan 2X pada trimester III. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan dan supaya ibu dan bayi sehat selama masa kehamilan, persalinan dan menyusui sehingga tumbuh kembang janin dan kualitas kesehatan ibu menjadi lebih baik.

Setelah mendapatkan pemeriksaan kehamilan dan penyuluhan persiapan persalinan pada ibu hamil mengaku sangat senang, termotivasi untuk melakukan pemeriksaan kehamilan lagi dan berharap bahwa kegiatan ini dapat rutin berlangsung. Dari masukan ibu hamil tersebut tim sangat mengapresiasi keinginan dari ibu hamil dan akan berusaha mewujudkan harapan ibu hamil. Terutama untuk mengadakan kegiatan ini kembali.

KESIMPULAN

Setelah selesai kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan dilakukan evaluasi kegiatan maka dibuatlah simpulan. Menjelang kelahiran sang bayi, ada beberapa hal yang perlu dipersiapkan yaitu persiapan fisik, psikologis, finansial, dan kultural. Sehingga dengan dibuatnya pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan ibu hamil tidak lagi cemas menghadapi persalinan dan dapat mempersiapkan kebutuhan yang diperlukan.

REFERENSI

- Barbara. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hamilton P. 2008. *Dasar – Dasar Keperawatan Maternitas. Edisi 6*. Jakarta : EGC.
- Manuaba. 2010. *Pengantar Obstetri*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2006. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Kumalasari, I. (2015). *Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir, dan Kontrasepsi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiyati, Y. (2010). *Penuntun Praktikum Asuhan Kehamilan*. Yogyakarta: Fitramaya.

