

MEWUJUDKAN IBU HAMIL DAN BAYI SEHAT: EDUKASI DAN PENCEGAHAN RISIKO TINGGI DI PMB ELOK BANJARSARI JEMBER

Nainie Faiqatul¹, Bima Suryantara², Yunri Merida³

^{1,2,3}STIKES Guna Bangsa Yogyakarta

Email: shafaafida24@gmail.com

ABSTRAK

Penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan di PMB Elok Banjarsari pada 27 Februari 2025 berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Dari 15 peserta, tingkat pemahaman meningkat dari 50% menjadi 85% setelah sesi edukasi. Metode interaktif yang digunakan, seperti diskusi kelompok dan tanya jawab, mendorong keterlibatan aktif dan menciptakan lingkungan belajar yang positif. Sesi konsultasi individual pada 28 Februari 2025 memberikan ruang bagi ibu hamil untuk membahas kondisi kesehatan secara pribadi, meningkatkan kenyamanan dan relevansi informasi yang diperoleh. Selain itu, distribusi lebih dari 200 pamflet edukasi meningkatkan akses informasi tentang nutrisi dan perawatan bayi kepada masyarakat. Program juga berhasil membangun jaringan dukungan sosial antara ibu hamil dan keluarga, yang penting untuk kesehatan maternal. Namun, tantangan tetap ada dalam memastikan keberlanjutan pengetahuan yang diperoleh. Oleh karena itu, pengembangan kegiatan berkelanjutan menjadi langkah selanjutnya. Program ini menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan kesehatan ibu hamil dan bayi, mendukung rekomendasi WHO untuk edukasi berkelanjutan dalam menurunkan angka kematian ibu dan bayi.

Kata Kunci: Penyuluhan Kesehatan, Ibu Hamil, Peningkatan Pengetahuan, Keterlibatan Aktif, Konsultasi Individual.

ABSTRACT

Health education held at PMB Elok Banjarsari on February 27, 2025, successfully increased the knowledge of pregnant women. Of the 15 participants, the level of understanding increased from 50% to 85% after the education session. The interactive methods used, such as group discussions and Q&A, encouraged active involvement and created a positive learning environment. The individual consultation session on February 28, 2025 provided space for pregnant women to discuss their health conditions privately, increasing the comfort and relevance of the information obtained. In addition, the distribution of more than 200 educational pamphlets increased access to information on nutrition and infant care to the community. The program also succeeded in building a social support network between pregnant women and their families, which is important for maternal health. However, the desire remains to ensure the continuation of the knowledge gained. Therefore, the development of sustainable activities is the next step. The program has shown a positive impact in improving the health of pregnant women and babies, supporting WHO recommendations for ongoing education in reducing maternal and infant mortality rates.

Keywords: *Health Education, Pregnant Women, Increased Knowledge, Active Involvement, Individual Consultation.*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode krusial dalam kehidupan seorang wanita, di mana kesehatan ibu secara langsung memengaruhi perkembangan janin yang dikandungnya. Di wilayah PMB Elok Banjarsari, Jember, terdapat sejumlah permasalahan signifikan terkait kesehatan ibu hamil yang memerlukan perhatian khusus. Program edukasi kesehatan ini menargetkan ibu hamil berusia 18 hingga 35 tahun, rentang usia produktif yang optimal untuk menerima dan mengimplementasikan informasi kesehatan yang tepat. Meskipun berada pada usia produktif, banyak ibu hamil di wilayah ini menghadapi tantangan yang dapat membahayakan kesehatan mereka dan bayi yang sedang dikandung.

Rendahnya tingkat pengetahuan mengenai kesehatan selama kehamilan menjadi salah satu masalah utama yang dihadapi. Menurut data dari Kemenkes RI (2020), sekitar 45% ibu hamil di wilayah semi-urban memiliki pengetahuan yang minim tentang pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental selama kehamilan, serta dampaknya terhadap perkembangan janin. Situasi ini diperburuk dengan adanya mitos dan kepercayaan tradisional yang kadang bertentangan dengan prinsip kesehatan modern. Pengetahuan yang terbatas ini secara langsung meningkatkan risiko komplikasi kehamilan yang dapat membahayakan keselamatan ibu dan bayi. Hardiyanti dkk. (2021) melaporkan bahwa keterbatasan pengetahuan berkontribusi terhadap 35% kasus komplikasi kehamilan yang sebenarnya dapat dicegah.

Keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang akurat dan relevan juga menjadi tantangan besar bagi ibu hamil di wilayah ini. Penelitian Nurdiyan dkk. (2022) mengungkapkan bahwa 67% ibu hamil di daerah semi-urban seperti Banjarsari mengalami kesulitan mendapatkan informasi yang diperlukan, terutama terkait pencegahan risiko tinggi selama kehamilan. Hal ini sering disebabkan oleh terbatasnya fasilitas kesehatan, minimnya tenaga penyuluh kesehatan, serta jarak yang jauh antara tempat tinggal dengan pusat layanan kesehatan. Kondisi geografis dan infrastruktur yang kurang memadai semakin memperburuk situasi, menyebabkan banyak ibu hamil tidak memperoleh informasi penting yang diperlukan untuk mencegah komplikasi kehamilan.

Pola makan yang tidak sehat pada ibu hamil merupakan permasalahan lain yang perlu mendapat perhatian khusus. Studi yang dilakukan oleh Sumarmi (2023) di Kabupaten Jember menunjukkan bahwa 58% ibu hamil memiliki kebiasaan makan yang kurang bergizi, dengan rendahnya konsumsi sayur dan buah. Penelitian tersebut juga mengungkapkan tingginya konsumsi makanan tinggi garam dan gula, serta rendahnya asupan protein berkualitas. Pola makan yang tidak seimbang ini berdampak negatif terhadap kesehatan ibu dan perkembangan janin, meningkatkan risiko anemia hingga 30% dan berpotensi menyebabkan berat badan lahir rendah serta stunting pada anak. Rahfiludin dan Dharmawan (2023) membuktikan adanya korelasi kuat antara status gizi ibu hamil dengan kesehatan janin, di mana perbaikan pola makan dapat menurunkan risiko komplikasi kehamilan secara signifikan.

Rendahnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin menjadi permasalahan krusial lainnya. Data dari PMB Elok Banjarsari menunjukkan bahwa hanya 63% ibu hamil yang melakukan kunjungan antenatal care (ANC) sesuai standar minimal yang direkomendasikan WHO (2022). Banyak ibu hamil tidak menyadari bahwa pemeriksaan antenatal secara teratur sangat penting untuk mendeteksi potensi masalah kesehatan sejak dini. Beberapa faktor yang menyebabkan rendahnya tingkat kunjungan ANC meliputi keterbatasan biaya, jarak yang jauh ke fasilitas kesehatan, serta anggapan bahwa pemeriksaan hanya diperlukan ketika terjadi masalah kesehatan. Wibowo dan Irwinda (2024) menekankan bahwa keterlambatan dalam pemeriksaan kesehatan rutin dapat meningkatkan risiko komplikasi hingga 40%, yang berpotensi mengancam keselamatan ibu dan bayi.

Memahami kompleksitas permasalahan tersebut, program edukasi kesehatan ibu hamil di PMB Elok Banjarsari, Jember, dirancang dengan pendekatan komprehensif untuk mengatasi berbagai tantangan yang ada. Program ini akan menggabungkan metode edukasi konvensional dengan pendekatan digital yang inovatif, serta melibatkan berbagai pemangku kepentingan termasuk tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, dan keluarga ibu hamil. Dengan intervensi yang tepat sasaran, program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil, memperbaiki pola makan, serta meningkatkan kepatuhan terhadap pemeriksaan kesehatan rutin. Pada akhirnya, program ini bertujuan untuk menurunkan angka komplikasi kehamilan dan meningkatkan kesehatan ibu dan bayi secara keseluruhan di wilayah PMB Elok Banjarsari, Jember.

TINJAUAN PUSTAKA

Pentingnya Kesehatan Ibu Hamil

Kesehatan ibu hamil merupakan faktor kunci dalam memastikan kelahiran bayi yang sehat. Menurut World Health Organization (WHO), perawatan prenatal yang baik dapat mengurangi risiko komplikasi selama kehamilan dan melahirkan. Edukasi tentang gizi, pola hidup sehat, dan pemeriksaan rutin sangat diperlukan untuk mendukung kesehatan ibu dan janin.

Risiko Tinggi dalam Kehamilan

Risiko tinggi dalam kehamilan mencakup berbagai kondisi seperti hipertensi, diabetes gestasional, dan masalah kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa deteksi dini dan manajemen yang tepat dapat mengurangi dampak negatif terhadap ibu dan bayi. Edukasi mengenai tanda-tanda risiko tinggi penting untuk meningkatkan kesadaran dan tindakan preventif.

Peran Edukasi dalam Kesehatan Ibu dan Bayi

Edukasi kesehatan bagi ibu hamil dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti penyuluhan, kelas antenatal, dan distribusi materi informasi. Studi menunjukkan bahwa informasi yang tepat meningkatkan pengetahuan ibu tentang perawatan prenatal, yang berujung pada praktik kesehatan yang lebih baik.

Pencegahan Risiko Tinggi di PMB

Pelayanan Masyarakat Banjarsari (PMB) memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan kepada ibu hamil. Program-program yang dirancang untuk pencegahan risiko tinggi, seperti pemeriksaan rutin dan konseling, dapat membantu mengidentifikasi dan menangani masalah kesehatan sebelum menjadi komplikasi serius.

Kesehatan Bayi Baru Lahir

Kesehatan bayi baru lahir sangat dipengaruhi oleh kondisi ibu selama kehamilan. Menurut penelitian, bayi yang dilahirkan dari ibu yang mendapatkan perawatan prenatal yang baik memiliki kemungkinan lebih rendah mengalami komplikasi kesehatan. Oleh karena itu, program edukasi yang terintegrasi dapat meningkatkan outcome kesehatan bayi.

METODE PENELITIAN

Program ini akan menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kehamilan risiko tinggi. Metode yang akan diterapkan meliputi:

- a. **Penyuluhan Kesehatan:** Penyuluhan dengan menggunakan media visual, seperti leaflet dan slide power point, untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang kesehatan maternal.
- b. **Konsultasi Individual:** Sesi konsultasi pribadi untuk memberikan informasi yang lebih mendalam kepada ibu hamil mengenai kondisi kesehatan mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Peningkatan Pengetahuan Peserta:

Penyuluhan dilakukan pada tanggal 27 Februari 2025 dan dihadiri oleh 15 ibu hamil. Setelah kegiatan penyuluhan, hasil survei menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta tentang kesehatan ibu hamil. Sebelum program, hanya 46,7% peserta yang dapat menjawab pertanyaan terkait kesehatan dengan benar, namun setelah penyuluhan, angka ini meloncat menjadi 86,7%.

Tabel 5.1 Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Kategori	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	7	46,7	13	86,7
Cukup	4	26,7	2	13,3
Kurang	4	26,7	0	0

2. Keterlibatan Aktif:

Metode interaktif yang digunakan selama sesi penyuluhan berhasil meningkatkan keterlibatan peserta. Diskusi kelompok dan tanya jawab mendorong peserta untuk berbagi pengalaman dan bertanya tentang isu kesehatan yang mereka hadapi, menciptakan lingkungan belajar yang positif.

3. Konsultasi Individual:

Sesi konsultasi dilaksanakan pada tanggal 28 Februari 2025, satu hari setelah

penyuluhan, dan mendapatkan respons yang sangat positif. Banyak ibu hamil merasa lebih nyaman untuk membahas kondisi kesehatan mereka secara pribadi, yang memungkinkan mereka menerima informasi yang lebih spesifik dan relevan sesuai dengan kebutuhan masing-masing.

4. Distribusi Pamflet:

Pamflet edukasi yang didistribusikan mencapai lebih dari 50 ibu hamil dan anggota keluarga di sekitar PMB Elok Banjarsari. Pamflet ini berisi informasi mengenai nutrisi, pentingnya pemeriksaan kesehatan, dan perawatan bayi, yang dapat diakses oleh masyarakat luas.

5. Penguatan Jaringan Dukungan:

Program ini juga berhasil membangun jaringan dukungan antara ibu hamil dan keluarga, yang diharapkan dapat berlanjut setelah program selesai. Keterlibatan keluarga dalam kegiatan edukasi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran mengenai pentingnya dukungan dalam kesehatan ibu hamil.

KESIMPULAN

Program edukasi kesehatan di PMB Elok Banjarsari pada 27 Februari 2025 berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil dari 46,7% menjadi 86,7%. Metode interaktif yang digunakan mendorong keterlibatan aktif peserta, sementara sesi konsultasi individual memberikan kenyamanan bagi ibu hamil untuk membahas kondisi kesehatan secara pribadi. Distribusi lebih dari 50 pamflet edukasi memperluas akses informasi mengenai nutrisi dan perawatan bayi.

Program ini juga berhasil membangun jaringan dukungan antara ibu hamil dan keluarga, meningkatkan kesadaran akan pentingnya dukungan dalam kesehatan maternal. Meskipun tantangan keberlanjutan pengetahuan perlu diatasi, program ini menunjukkan dampak positif yang signifikan dan memberikan dasar untuk melanjutkan serta memperluas inisiatif edukasi di masa mendatang, sejalan dengan rekomendasi WHO.

DAFTAR PUSTAKA

Kemenkes RI. (2020). Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Mochtar, R. (2021). Dampak Dukungan Sosial terhadap Kesehatan Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(3), 145-157.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Saifuddin, A.B. (2019). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Sulistiyawati, A. (2023). Evaluasi Program Pendidikan Kesehatan pada Ibu Hamil di Perkotaan dan Pedesaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 18(1), 23-35.
- WHO. (2023). *Recommendations on Antenatal Care for a Positive Pregnancy Experience*. Geneva: World Health Organization.
- Wiknjosastro, H. (2022). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Nurti, T. (2023). *Pengembangan Model Edukasi Untuk Mendeteksi Risiko Tinggi Kehamilan (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Jambi)*