

Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Komplementer dalam Menghadapi Persalinan

Veryudha Eka Prameswari^{1*}, Heni Purwati²
¹⁻²Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia
***Corresponding Author:** veryudhaekap@gmail.com

Received : 6 Mei 2025; Revised : 12 Mei 2025; Accepted : 18 Mei 2025

ABSTRAK

Persalinan Merupakan suatu proses alamiah yang terjadi pada setiap perempuan. Selama proses persalinan terjadi banyak perubahan pada ibu. Perasaan takut, cemas menjadi satu. Maka dari itu untuk membuat ibu hamil merasa tenang dan nyaman maka ibu hamil perlu diberikan edukasi tentang terapi komplementer. Asuhan komplementer merupakan praktik atau perawatan yang telah terbukti secara medis sebagai pelengkap dari terapi atau pengobatan utama. Upaya meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang terapi komplementer dalam menghadapi persalinan dapat dilakukan melalui edukasi dan pelatihan. Ini termasuk penyuluhan tentang manfaat terapi komplementer seperti yoga, pijat, dan relaksasi untuk mengurangi nyeri dan kecemasan saat persalinan. Pelatihan keterampilan seperti Endorphin Massage dan aromaterapi juga dapat membantu ibu hamil merasa lebih percaya diri dan siap menghadapi persalinan. Tujuan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi pada ibu hamil mengenai upaya Peningkatan Pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan. Populasi pada pengabdian masyarakat yaitu ibu hamil trimester 3 berjumlah 17 responden. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini yang pertama melakukan pengenalan, Pre-tes terlebih dahulu kemudian memberikan materi dilanjutkan dengan melaksanakan Post-tes untuk mengukur pengetahuan ibu. Hasil dari pengabdian masyarakat saat Pre-tes seluruh responden berpengetahuan kurang 17 responden (100%). Setelah mendapatkan materi dan dilakukan Post-tes didapatkan hasil berpengetahuan cukup 15 respon (88%) dan berpengetahuan baik 2 responden (12%). Berdasarkan pembahasan data, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pada pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan.

Kata Kunci: *Peningkatan Pengetahuan, Ibu Hamil, Komplementer, Menghadapi Persalinan*

ABSTRACT

Childbirth is a natural process that occurs in every woman. During the labor process, many changes occur in the mother. Feelings of fear and anxiety become one. Therefore, to make pregnant women feel calm and comfortable, pregnant women need to be given education about complementary therapy. Complementary care is a practice or treatment that has been medically proven to be a complement to the main therapy or treatment. Efforts to increase the knowledge of pregnant women about complementary therapy in dealing with childbirth can be made through education and training. This includes counseling on the benefits of complementary therapies such as yoga, massage, and relaxation to reduce pain and anxiety

during labor. Skills training such as Endorphin Massage and aromatherapy can also help pregnant women feel more confident and ready to face childbirth. The purpose of implementing this community service is to provide education to pregnant women regarding efforts to increase the knowledge of pregnant women about complementary ways of dealing with childbirth. The population in the community service is pregnant women in the third trimester totaling 17 respondents. The method used in this community service is to first conduct an introduction, Pre-test first then provide material followed by conducting a Post-test to measure the knowledge of the mother. The results of the community service during the pre-test showed that all respondents had less knowledge than 17 respondents (100%). After receiving the material and conducting the Post-test, the results obtained were sufficient knowledge of 15 responses (88%) and good knowledge of 2 respondents (12%). Based on the discussion of the data, it can be concluded that there is an increase in the knowledge of pregnant women about complementary in dealing with childbirth

Keywords: Knowledge Enhancement, Pregnant Women, Complementary, Facing Childbirth

LATAR BELAKANG

Kehamilan adalah suatu masa yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari), dan terbagi dalam periode 3 triwulan / trimester. Kehamilan merupakan suatu kondisi fisiologis, namun kehamilan normal juga dapat berubah menjadi kehamilan patologis. Seringkali, wanita hamil dalam menghadapi suatu persalinan mereka merasakan kecemasan, terutama pada ibu primigravida (hamil pertama kali). Kecemasan yang dirasakan akan mulai meningkat pada kehamilan trimester III, yang disebabkan oleh kekhawatiran akan proses persalinan, nyeri persalinan dan perawatan bayi baru lahir. (Sukarni, W. P., 2013)

Persalinan Merupakan suatu proses alamiah yang terjadi pada setiap perempuan. Selama proses persalinan terjadi banyak perubahan pada ibu. Perasaan takut, cemas menjadi satu. Maka dari itu untuk membuat ibu hamil merasa tenang dan nyaman maka ibu hamil perlu diberikan edukasi tentang terapi komplementer. (Rika Agustina, dkk, 2019)

Terapi Komplementer dalam pelayanan kesehatan tradisional akhir-akhir ini menjadi sorotan banyak negara. Minat masyarakat Indonesia menggunakan terapi komplementer mulai meningkat sebagai alternatif dan pengobatan konvensional dengan alasan adanya reaksi obat kimia dan tingkat penyembuhan, keuangan, dll. (Rika Handayani, SST., M.Kes dkk, 2021)

Asuhan komplementer merupakan praktik atau perawatan yang telah terbukti secara medis sebagai pelengkap dari terapi atau pengobatan utama. Terapi ini dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pasien dan membuat pasien merasa lebih sehat. Terapi alternatif komplementer atau complementary alternative medicine merupakan sebuah kelompok praktek medis dan produk kesehatan yang dianggap sebagai terapi tambahan dari pengobatan konvensional. (Wahyuni dkk., 2024)

Upaya meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang terapi komplementer dalam menghadapi persalinan dapat dilakukan melalui edukasi dan pelatihan. Ini termasuk penyuluhan tentang manfaat terapi komplementer seperti yoga, pijat, dan relaksasi untuk mengurangi nyeri dan kecemasan saat persalinan. Pelatihan keterampilan seperti Endorphin Massage dan aromaterapi juga dapat membantu ibu hamil merasa lebih percaya diri dan siap menghadapi persalinan. (Rika Agustina, dkk, 2019)

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di TPMB mengenai Upaya Peningkatan Pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan Masih banyak ibu hamil baik ibu hamil primigravida atau multigravida yang masih belum mengetahui tentang komplementer, dan masih banyak ibu hamil yang menyatakan bahwa belum pernah mendapat edukasi tentang komplementer dalam menghadapi persalinan.

METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini untuk memberikan edukasi pada ibu hamil tentang terapi komplementer dalam menghadapi persalinan, yang dilakukan di Desa maron, Kecamatan Pacet, Kabupaten Mojoerto, pada tanggal 7 maret 2025. Kegiatan ini diikuti oleh 17 ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan dibalai desa pacet. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan kondusif. Pada kegiatan ini memberikan materi, penampilan video, pre-tes dan post-tes.

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode sebagai berikut :

1. Tahapan Persiapan : Identifikasi pemilihan tempat pengabdian, Pengurusan ijin dan administrasi kegiatan, Rapat Koordinasi Pelaksanaan pengabdian dengan mitra (Tempat pengabdian)
2. Tahap Pelaksanaan : Menyampaikan undangan melalui bidan (bidan koordinator), perkenalan, melakukan Pre-tes, menjelaskan materi komplementer yang berhubungan dengan persalinan yaitu yoga, endhorphin massage, aroma terapi, dan menampilkan video
3. Tahap Tanya jawab : Memberikan kesempatan kepada ibu hamil untuk menyampaikan pertanyaan
4. Tahap Evaluasi : Melakukan Post-tes pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta pengabdian masyarakat adalah ibu hamil trimester III Desa maron, Kecamatan Pacet, Kabupaten Mojokerto Hasil kegiatan Edukasi kesehatan tentang tentang terapi komplementer dalam menghadapi persalinan yaitu

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan Upaya Peningkatan Pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Pengetahuan Kurang < 56	17	100	0	0
Pengetahuan Cukup 56-75	0	0	15	88
Pengetahuan Baik 76-100	0	0	2	12
Total Responden	17	100	17	100

Dari hasil tabel 1 didapatkan hasil bahwa pre test seluruh responden berpengetahuan kurang dengan 17 responden (100%), dan hasil post tes sebagian besar responden berpengetahuan cukup dengan 15 responden (88%)



Gambar 1. Program Pengabdian Masyarakat

Dari hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang Upaya Peningkatan Pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan terdapat peningkatan, hal ini dapat dilihat dari hasil Pre-test tingkat pengetahuan ibu hamil seluruhnya berpengetahuan kurang sebanyak 17 responden 100%, sedangkan pada saat Post-test ibu hamil sebagian besar tingkat pengetahuan ibu cukup sebanyak 15 responden 88%. Responden masih banyak berpengetahuan cukup saat post-tes dikarenakan responden belum melakukan atau mengaplikasikan di rumah.

Memberikan pendidikan serta menggunakan relaksasi melalui musik, massage dan aroma terapi inhalasi dengan aroma terapi lavender telah terbukti memberikan manfaat bagi ibu hamil dalam mengelola rasa cemas, takut menghadapi persalinan. Selain itu, relaksasi aroma terapi lavender juga terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada ibu hamil. Penelitian menunjukkan bahwa aroma terapi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan, kemarahan, dan ketegangan, serta meningkatkan aktivitas parasimpatis, meskipun hanya diberikan dalam waktu singkat. (Risqi Dewi Aisyah dkk, 2024)

Tidak hanya itu saja Upaya meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang terapi komplementer dalam menghadapi persalinan dapat dilakukan melalui edukasi dan pelatihan. Ini termasuk penyuluhan tentang manfaat terapi komplementer seperti yoga, pijat. (Rika Agustina, dkk, 2019)

Dalam pengabdian masyarakat ini sangat berfungsi dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat sudah dilaksanakan dengan memberikan Edukasi pada ibu hamil tentang komplementer menghadapi persalinan dalam hal Upaya Peningkatan Pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan didapatkan hasil cukup baik. Dengan hasil bahwa pre test seluruh responden berpengetahuan kurang dengan 17 responden (100%), dan hasil post tes sebagian besar responden berpengetahuan cukup dengan 15 responden (88%), responden berpengetahuan baik 2 responden (22%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang komplementer dalam menghadapi persalinan.

Saran

Pada tenaga kesehatan khususnya bidan harus sering-sering memberikan edukasi pada ibu hamil yang akan menghadapi persalinan tentang metode-metode komplementer, sehingga ibu hamil yang menghadapi persalinan akan merasa tenang

DAFTAR PUSTAKA

- Rika Agustina, dkk. (2019). Meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang terapi komplementer untuk mengurangi nyeri persalinan didesa yogyakarta kabupaten pringsewu lampung. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat ungu (ABDI UNGU) universitas Aisyah Pringsewu*, 1(1).
- Rika Handayani, SST.,M.Kes dkk. (2021). *Terapi Komplementer dalam Kehamilan Mind And Body Therapy*. Eureka Media Aksara.
- Risqi Dewi Aisyah dkk. (2024). *Deteksi Kecemasan Ibu Hamil, Menyelami Penyebab tTap Trimester*. NEM.
- Sukarni, W. P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wahyuni, K. S., Mindarsih, E., Wahyuningsih, M., & Olvianda, O. (2024). Penyuluhan Kesehatan Asuhan Komplementer untuk Mengurangi Ketidaknyamanan Fisiologis Kehamilan di Puskesmas Kalasan Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 5(1), 131. <https://doi.org/10.33394/jpu.v5i1.9726>