

# Upaya Pemberdayaan Ibu dalam Perencanaan Kehamilan yang Sehat

Linda Yanti<sup>1</sup>, Surtiningsih<sup>2</sup>, Fauziah Hanum Nur Adriyani<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Harapan Bangsa, Banyumas

[lindayanti@uhb.ac.id](mailto:lindayanti@uhb.ac.id)

## ABSTRACT

*Pregnancy planning is beneficial for a family to get a healthy pregnancy and quality children. The results of interviews with several women of suburban age in Linggasari Village are mothers who say that delays in taking family planning injections trigger unwanted pregnancies; besides, there are problems in the form of growth disorders in infants and toddlers (stunting) caused by unpreparedness during the pregnancy process. They empowered mothers to increase knowledge to plan a healthy pregnancy so that the baby born is also of good quality. Mothers can also undergo the process of pregnancy, childbirth, and baby care optimally. The methods of this activity are pretest and posttest, lectures, discussions, and providing information. This activity will be held from May to July 2021. This activity was attended by 35 participants consisting of women of childbearing age, women who have just had one child, and the results of the monitoring and evaluation showed that participants who were planning to become pregnant had removed their contraceptives, carried out health checks at the health center, consulted with midwives, and stored*  
**Conclusion:** *There was an increase in participants' knowledge after being given information about efforts to empower mothers in planning a healthy pregnancy as much as 82.8%*

**Keywords:** *Empowerment, Healthy Pregnancy Planning*

## ABSTRAK

Perencanaan kehamilan bermanfaat bagi sebuah keluarga untuk mendapatkan kehamilan yang sehat dan anak yang berkualitas. Hasil dari wawancara terhadap beberapa wanita usia subur di Desa Linggasari yaitu terdapat ibu-ibu yang mengatakan keterlambatan melakukan suntik KB memicu adanya kehamilan yang tidak diinginkan, selain itu adanya permasalahan berupa gangguan pertumbuhan pada bayi dan balita (stunting) yang disebabkan karena ketidaksiapan saat menjalani proses kehamilan. Bertujuan Untuk memberdayakan ibu-ibu terkait peningkatan pengetahuan dalam upaya merencanakan kehamilan yang sehat guna sehingga bayi yang dilahirkan juga menjadi berkualitas. Ibu juga dapat menjalani proses kehamilan, persalinan dan perawatan pada bayi secara optimal. Metode kegiatan ini adalah pretest dan post test, ceramah, diskusi dan pemberian informasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juli 2021. Hasil dari Kegiatan ini diikuti 35 peserta yang terdiri dari wanita usia subur, wanita yang baru memiliki anak satu, dan hasil monev didapatkan peserta yang berencana hamil sudah melepas kontrasepsinya, melakukan pemeriksaan kesehatan kepuskesmas, konsultasi dengan bidan, dan menabung Kesimpulan Terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan informasi tentang upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat sebanyak 82.8%

**Kata kunci:** *Pemberdayaan, Perencanaan Kehamilan Sehat*

## PENDAHULUAN

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 menunjukkan bahwa angka kematian neonatal, postneonatal, bayi dan balita pada ibu yang berusia kurang dari 20 tahun lebih tinggi dibandingkan pada ibu usia 20-39 tahun. Di Indonesia kejadian kehamilan tidak diinginkan mencapai angka 11% dari total kehamilan yang tersebar diberbagai provinsi (Rismawati, 2012).

Hampir 20% wanita mengalami kehamilan yang tidak diinginkan dan sekitar 19% wanita yang hamil tidak diinginkan masih menggunakan alat kontrasepsi (Okonofua, Odimegwu, Ajabor, Daru, & Johnson, 1999). Pada 2015 – 2019 terdapat 121 juta kehamilan yang tidak diinginkan setiap tahunnya atau secara global 64 kehamilan tidak diinginkan per 1000 wanita usia 15-49 tahun. 61% dari kehamilan yang tidak diinginkan berakhir dengan aborsi (73,3 juta aborsi per tahun). Tingkat aborsi global 39 aborsi per 1000 wanita usia 15–49 tahun dan terdapat 39% tetap melanjutkan kehamilannya hingga melahirkan (Bearak, Popinchalk, Ganatra, & Moller, 2020).

Kehamilan yang tidak diinginkan merupakan salah satu masalah utama kesehatan reproduksi yang akan berakibat buruk bagi ibu dan bayi, ibu berisiko menemukan solusinya dengan aborsi ilegal atau aborsi tidak aman dari kehamilan yang tidak diinginkan di mana aborsi tidak aman berisiko bagi kehidupan mereka (Hamdela et al., 2012). Diperkirakan antara 2010-2014 rata-rata 56 juta aborsi aman dan tidak aman terjadi setiap tahun di seluruh dunia, sekitar 25 juta aborsi tidak aman terjadi di seluruh dunia setiap tahun dan hampir semuanya terjadi di negara berkembang (WHO, 2018). Anak yang lahir dari kehamilan tidak diinginkan berisiko sekitar 30% lebih besar untuk stunting daripada anak yang lahir dari kehamilan diinginkan (Fielding & Williams, 1991).

Dampak tersebut dapat terjadi pada ibu maupun bayi. Ketidaksiapan ibu hamil menghadapi perubahan yang terjadi inilah yang sering menjadi pemicu permasalahan baru. Bila ibu hamil

kurang mendapatkan pengetahuan yang benar mengenai proses kehamilan, tentunya hal ini akan menjadi penyebab terjadinya stres. Jika tidak segera ditangani dan dicarikan solusinya, maka akan membahayakan si janin itu sendiri. Berbeda ketika sang ibu memiliki banyak informasi kehamilan, sekalipun yang bersangkutan baru pertama kali hamil. Ia akan lebih tenang karena ia paham hal tersebut adalah sebuah fase normal dan alamiah dari sebuah proses kehamilan (Pujiastuti, 2014).

Perencanaan kehamilan yang sehat tentunya merupakan cara yang efektif untuk mencegah dampak buruk yang ditimbulkan dari adanya kehamilan yang belum direncanakan. Merencanakan kehamilan merupakan perencanaan kehamilan untuk mempersiapkan kehamilan guna mendukung terciptanya kehamilan yang sehat dan menghasilkan keturunan yang berkualitas yang diinginkan oleh keluarga (Nurul, 2013).

Perencanaan kehamilan yang sehat harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Proses kehamilan yang direncanakan dengan baik, maka akan berdampak positif pada kondisi janin dan adaptasi fisik dan psikologis dari ibu menjadi lebih baik (Oktalia & Herizasyam, 2016).

Adapun hasil dari wawancara terhadap beberapa wanita usia subur di Desa Linggasari yaitu terdapat ibu-ibu yang mengatakan keterlambatan melakukan suntik KB memicu adanya kehamilan yang tidak diinginkan, selain itu adanya permasalahan berupa gangguan pertumbuhan pada bayi dan balita (stunting) yang disebabkan karena ketidaksiapan saat menjalani proses kehamilan. Selama ini juga ibu-ibu belum pernah mendapatkan informasi terkait perencanaan kehamilan sehat.

Secara umum kegiatan upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat bertujuan untuk pemberdayaan ibu-ibu terkait peningkatan pengetahuan dalam upaya merencanakan kehamilan yang sehat guna sehingga bayi yang dilahirkan juga menjadi berkualitas. Ibu juga dapat menjalani proses kehamilan, persalinan dan perawatan pada bayi secara optimal.

## METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan ini adalah pretest dan posttest, ceramah, diskusi dan pemberian informasi. Sasaran pada kegiatan ini adalah wanita usia subur dan baru memiliki satu anak. Kegiatan ini dilaksanakan di RT06/ RW06 Desa linggasari Kecamatan kemabaran Kabupaten banyumas. Media yang digunakan adalah dengan menggunakan buku saku dan leaflet. Pada kegiatan ini melibatkan mahasiswa sebanyak 3 mahasiswa dari program studi kebidanan program diploma tiga yang dilaksanakan mulai tanggal 3 mei 2021 untuk tahap persiapan dan koordinasi, 10 mei 2021 skrining peserta, 24 mei 2021 sosialisasi sedangkan pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 2 juli 2021.

Tahap pertama kegiatan ini diawali dengan melaksanakan pretest dengan cara mengerjakan 10 pertanyaan terkait upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan sehat. Tahap kedua adalah pemberian informasi tentang fisiologis kehamilan, fisiologis persalinan, pertumbuhan dan perkembangan bayi, dampak yang ditimbulkan pada kehamilan tidak diinginkan baik pada ibu maupun pada bayi, pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat. Tahap ketiga adalah diskusi dan tanya jawab. Tahap keempat adalah post test dengan pertanyaan yang sama terkait upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan sehat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Peserta dalam kegiatan ini adalah 35 peserta yang terdiri dari wanita usia subur dan yang baru memiliki anak satu. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berdasarkan pengukuran pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung dapat dikategorikan menjadi 3 yaitu:

1. Pengetahuan Baik :  $\geq 76-100\%$
2. Pengetahuan Cukup :  $60-75\%$
3. Pengetahuan Kurang :  $\leq 60\%$

Tabel.1 Pengetahuan ibu sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat tentang upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat

Kategori	Pengetahuan Pre		Pengetahuan Post	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Baik	1	2.9	30	85.7
Cukup	10	28.6	4	11.4
Kurang	23	68.6	1	2.9
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

Pada table.1 terlihat bahwa jumlah peserta sebanyak 35, pengetahuan sebelum dilakukan pengabdian masyarakat sebagian besar peserta memiliki pengetahuan kurang sebanyak 23 (68.6%). Pengetahuan peserta setelah dilakukan pengabdian masyarakat sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 30 (85.7%). Data tersebut menunjukkan adanya kenaikan pengetahuan peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat.

### Pembahasan

Seseorang yang diberikan sesuatu yang baru bagi dirinya apalagi bila sesuatu yang baru tersebut sangat penting bagi dirinya maka seseorang tersebut akan mencoba mencari tahu secara mendalam tentang sesuatu tersebut dengan cara mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya dengan cara melakukan penginderaan. Peserta mendapatkan informasi tentang upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat yang tepat dengan cara mendengarkan materi, membaca leaflet maka akan semakin banyak informasi yang didapatkan sehingga peserta mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Hal itu dapat terjadi mengingat sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan tidak hanya diperoleh dari penyuluhan saja.

Peningkatan pengetahuan ibu juga terjadi karena adanya beberapa faktor yang mempengaruhi seperti usia, minat dan sumber informasi. Usia mempengaruhi pengetahuan, karena dari segi usia semua peserta masuk dalam kategori usia reproduksi 20 – 35 tahun. Pada usia tersebut tingkat

kemampuan, kematangan dalam berfikir dan menerima informasi semakin lebih baik jika dibandingkan usia kurang dari 20 tahun. Minat juga merupakan suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Dalam hal ini peserta yang datang menandakan bahwa peserta memiliki minat yang tinggi untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat tersebut, karena minat yang ada pada setiap peserta akan menjadikan keinginan yang tinggi untuk mencoba dan menekuni suatu hal seperti pencarian berbagai macam informasi, salah satunya adalah tentang upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat dan pada akhirnya dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Terakhir adalah sumber informasi yang didapat peserta dari kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Peserta mendapatkan informasi dari buku saku, leaflet yang dibagi dan ceramah serta diskusi bersama. Kemudahan informasi yang didapatkan peserta dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru. Pada kegiatan ini informasi yang didapatkan oleh peserta dapat menghasilkan perubahan perilaku dan peningkatan pengetahuan yang baru. Adanya informasi tentang upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat dapat memberikan landasan kognitif baru. (Notoatmojo, 2014).

Adapun faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan ini adalah besarnya minat dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung, sehingga kegiatan dapat berlangsung dengan lancar dan efektif. Selain itu dukungan dari keluarga dan suami juga sangat berperan penting pada upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat dan tidak ada faktor penghambat.

#### **Dampak**

Dampak kegiatan ini setelah dilakukan monitoring dan evaluasi didapatkan peserta yang berencana hamil mereka sudah melepas kontrasepsinya, sudah melakukan pemeriksaan kesehatan kepuskesmas

dan konsultasi dengan bidan, dan mulai menabung.



Gambar.1 Kegiatan Pengabdian masyarakat

#### **SIMPULAN**

Terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang upaya pemberdayaan ibu dalam perencanaan kehamilan yang sehat sebanyak 82.8%.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Bearak, J., Popinchalk, A., Ganatra, B., & Moller, A.-B. (2020). Unintended pregnancy and abortion by income, region, and the legal status of abortion: estimates from a comprehensive model for 1990–2019. *Lancet Glob Health*.
- Fielding, J. E., & Williams, C. A. (1991). Adolescent pregnancy in the United States: a review and recommendations for clinicians and research needs. *American Journal of Preventive Medicine*, 7(1), 47–52.
- Notoatmojo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Okonofua, F. E., Odimegwu, C., Ajobor, H., Daru, P. H., & Johnson, A. (1999). Assessing the prevalence and

- determinants of unwanted pregnancy and induced abortion in Nigeria. *Studies in Family Planning*, 30(1), 67–77. <https://doi.org/10.1111/j.1728-4465.1999.00067.x>
- Oktalia, J., & Herizasyam. (2016). Kesiapan Ibu Menghadapi Kehamilan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 3(2), 147–159.
- Pujiastuti, A. (2014). Konsep Kehamilan Sehat: Upaya Mencetak Generasi Cerdas. *Artikel Kesehatan Nasional*.
- Rismawati, S. (2012). Unmet Need : Tantangan Program Keluarga Berencana Dalam Menghadapi Ledakan Penduduk Tahun 2030. *Fakultas Kedokteran UNPAD Bandung*.