

MEMPERSIAPKAN BERSALIN NORMAL DENGAN DUKUNGAN SELAMA KEHAMILAN DI KLINIK WANTI MABAR HILIR 2019

Christina R Nainggolan ¹, Elsarika Damanik ², Flora Sijabat ³, Rantauli Sibarani ⁴

^{1,2,4}Prodi DIII Kebidanan Universitas sari mutiara Indonesia, Indonesia

³Prodi DIII Keperawatan Universitas sari mutiara Indonesia, Indonesia

Email : christina_roosetty@yahoo.com

Email : elsadamanik78@yahoo.com

ABSTRAK

Kehamilan, persalinan merupakan momen yang amat penting dalam kehidupan seorang wanita. Oleh karena itu selama awal kehamilan ibu perlu mendapatkan dukungan dari suami, keluarga, tenaga kesehatan untuk menjaga kesehatan ibu selama hamil baik fisik maupun psikis sehat serta janin yang didalam kandungannya berkembang baik. Selama kehamilan terjadi banyak perubahan baik fisik, psikologis maupun sosial, sehingga ibu hamil memerlukan adaptasi terhadap perubahan tersebut. Peran keluarga telah terbukti sangat membantu seseorang dalam permasalahan kesehatan. Pendekatan keluarga sebagai pusat (family centered) dalam penyelesaian masalah menjadi pilihan. Para anggota keluarga dan tenaga kesehatan melibatkan peran penting dari keluarga, dukungan keluarga akan membangun kekuatan, membantu untuk membuat suatu pilihan yang terbaik, dan meningkatkan pola normal yang ada dalam kesehariannya selama ibu hamil mengalami masalah kesehatannya. Sebaliknya kurangnya support system ibu hamil dari lingkungan terdekat akan menyebabkan kegelisahan, stres hingga depresi. Ketidaknyamanan ini bahkan dapat berlanjut hingga masa nifas dan menyusui. Kegelisahan dan stres yang dialami akan meningkatkan hormon kortisol yang berdampak buruk tidak hanya pada dirinya namun juga janin yang dikandung. Janin dapat mengalami gangguan tumbuh kembang otak, fisik, mental yang nanti akan muncul selama masa kanak. *Support system* selama kehamilan adalah dukungan yang diberikan pada ibu hamil yang berasal dari keluarga dan lingkungan sosial sekitar. Ibu hamil merasa bahwa dirinya diperhatikan dan semua orang mendukung kehamilan yang sedang dijalannya sehingga ia mendapatkan semangat lebih dalam menjalani kehamilan dan proses persalinan.

Kata Kunci: Kehamilan, Bersalin, Dukungan

Abstract

Pregnancy, childbirth is a very important moment in a woman's life. Therefore, during early pregnancy the mother needs to get support from her husband, family, health workers to maintain the health of the mother during pregnancy both physically and psychologically healthy and the fetus in the womb is developing well. During pregnancy many changes occur physically, psychologically and socially, so pregnant women need adaptation to these changes. The role of the family has proven to be very helpful for someone in health problems. The family approach as a center (family centered) in solving problems becomes a choice. Family members and health workers involve the important role of the family, family support will build strength, help to make the best choices, and improve the normal patterns that exist in their daily lives during pregnancy experiencing health problems. Conversely the lack of support systems for pregnant women from the immediate environment will cause anxiety, stress to depression. This discomfort can even continue into the puerperium and breastfeeding. Anxiety and stress experienced will increase the hormone cortisol which adversely affects not only him but also the fetus that is conceived. The baby can experience brain growth disorders, physical, mental which will appear during childhood. Support system during pregnancy is support given to pregnant women who come from the family and the social environment. Pregnant women feel that they are cared for and everyone supports the pregnancy they are undergoing so that they get more enthusiasm in undergoing pregnancy and childbirth.

PENDAHULUAN

Dukungan adalah segala bentuk informasi verbal ataupun non verbal yang bersifat saran, bantuan yang nyata maupun tingkah laku di berikan oleh sekelompok orang yang dekat dan akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya. Atau dalam bentuk lain juga berupa kehadiran ataupun segala sesuatu hal yang dapat memberikan keuntungan emosional yang berpengaruh pada tingkah laku penerimanya (6)

Dukungan suami adalah ketersediaan sumber daya yang di berikan oleh suami terhadap istrinya baik berupa kenyamanan fisik dan psikologis yang diperoleh melalui pengetahuan bahwa individu tersebut di cintai, diperhatikan, dan disayangi. Dukungan sosial dari keluarga dan suami sangat berpengaruh terhadap proses kehamilan seorang ibu, jika kehamilan di sertai dengan dukungan penuh dari suami dan keluarga, maka proses kehamilan akan berjalan dengan baik yang dengan secara tidak langsung akan mempengaruhi kesehatan ibu dan janin yang dikandungnya. Kehamilan akan memberi dampak terhadap kelangsungan kehidupan keluarga, baik berupa penambahan biaya, pengurangan atau penambahan beban pekerjaan, perubahan jasmani dan pengurangan frekuensi hubungan dengan orang lain ke semua itu akan menimbulkan stres bagi ibu hamil (4).

Berbagai bentuk dukungan keluarga pada ibu hamil antara lain: Menyambut bahagia kehamilan, menghibur atau menenangkan ibu ketika merasa cemas, takut, dan sedih, menyediakan waktu dan perhatian untuk mendengarkan keluhan ibu dan berusaha membantu pekerjaan ibu, membantu menyediakan atau memasak makanan bergizi bagi ibu, sering mengucapkan kata atau kalimat yang menyatakan rasa perhatian dan kasih sayang, mengajak ibu refreshing seperti melakukan hobi memasak, menonton film, berenang, jalan-jalan ke taman, dan lainnya, sering mengunjungi ibu, mendoakan keselamatan ibu dan janin di dalam kandungan, menyelenggarakan ritual adat istiadat seperti tradisi tujuh bulanan pada masyarakat Jawa, membahas dan memberikan nasihat tentang pengalaman hamil dan melahirkan, bersedia mengantarkan ibu periksa kehamilan, bersedia menemani dan menunggu proses persalinan, membantu memenuhi kebutuhan berupa perlengkapan dan peralatan selama kehamilan, menyediakan rumah sakit untuk proses persalinan kelak (1)

Manfaat dukungan keluarga pada ibu hamil adalah sebagai berikut: Menumbuhkan rasa percaya diri pada ibu hamil dalam menghadapi proses kehamilan, persalinan, dan masa nifas, mengurangi perasaan cemas, tertekan, dan kurang diperhatikan pada ibu hamil dalam menjalani masa kehamilan, meningkatkan rasa tenang dan nyaman pada ibu hamil selama kehamilan, memperlancar proses persalinan secara normal, membantu mempersiapkan ibu hamil dalam menghadapi persalinan dengan pasrah kepada Tuhan dan siap menerima kondisi apa pun, merencanakan persalinan aman dan pencegahan komplikasi selama kehamilan.

Kehamilan menimbulkan perubahan drastis pada fisik maupun psikis terhadap ibu hamil. Karena itu, setiap ibu hamil membutuhkan dukungan suami/ keluarga dengan bentuk motivasi, dorongan, empati, maupun bantuan. Dukungan tersebut sebagai bukti perhatian dan kasih sayang keluarga pada ibu hamil. Hal ini tentu sangat bermanfaat bagi ibu hamil dalam menjalani proses kehamilannya dengan sehat, aman, tenang, nyaman, dan lancar hingga masa

Penyebab kematian ibu pasca persalinan sebesar 52%, eklamsia 13%, infeksi 5% dan lain-lain 30%. Ditinjau dari data tersebut salah satu penyebabnya adalah kurangnya dukungan keluarga selama kehamilan sehingga ibu kurang termotivasi untuk memeriksakan kehamilannya pada pelayanan kesehatan. (7).

Dukungan psikologis dilakukan untuk memberikan perasaan cinta, mengerti dan memahami setiap perubahan yang terjadi pada istrinya, memberikan perhatian dengan penuh kasih sayang. Berikan ruang yang cukup agar istri dapat menikmati istirahat dengan nyaman dan tenang. Kadang muncul keinginan akan sesuatu yang kadang membuat pusing suami

(ngidam). Suami dapat memberikan kejutan dengan menyediakan keinginan ibu hamil tersebut,. Dukungan lain bisa dilakukan suami dengan memperhatikan asupan nutrisi Ibu, salah satu nya dengan Susu. Susu penting karena memberikan asupan nutrisi yang lengkap untuk kebaikan Janin dan ibu.

Pada trimester kedua kehamilan merupakan masa yang menyenangkan bagi ibu hamil dan keluarga. Ibu hamil mulai merasa nyaman dan menyadari gerakan dan kehadiran janin dikandungnya. Dukungan fisik yang dapat diberikan oleh suami pada trimester ini adalah memegang, menggoyang dan berbicara dengan janin dikandung karena janin sudah mampu mendengar. Pemeriksaan USG mulai dapat dilakukan untuk memastikan kondisi janin sehat.

Dukungan psikologis yang dapat diberikan berupa bersama sama merencanakan persalinan, ikut mewaspadaai adanya komplikasi dan tanda bahaya kehamilan. Suami berdoa untuk kesehatan atau keselamatan istri dan anaknya. Mengatur pola tidur istri dengan baik minimal 8 jam sehari, jangan tidur sampai larut malam atau terlalu lama tidur di siang hari,”

Pada trimester ketiga kehamilan keluarga dan suami dapat memberikan dukungan fisik dengan membantu istri berbelanja mempersiapkan perlengkapan bayi yang dilahirkan. Menemani istri dalam menjalani pemeriksaan dan USG.mempersiapkan finansial untuk biaya pengobatan dan persalinan. Suami disamping dan menemani ketika istri akan melahirkan baik secara normal maupun operasi. Dukungan psikologis dilakukan dengan memberikan keterangan tentang persalinan, pilihan untuk pereda nyeri saat persalinan. Suami tetap memberikan dukungan perhatian dan semangat pada ibu selama menunggu persalinannya. Bersama sama mematangkan persiapan persalinan dengan tetap mewaspadaai komplikasi yang mungkin terjadi. Selain itu peran suami penting untuk mempersiapkan ketenangan dan keberhasilan menyusui,”

Dampak tidak terpenuhinya dukungan fisik dan psikis pada ibu menyebabkan kegelisahan, stres hingga depresi. Ketidaknyamanan ini bahkan dapat berlanjut hingga masa nifas dan menyusui. Kegelisahan dan stres yang dialami akan meningkatkan hormon kortisol yang berdampak buruk tidak hanya pada dirinya namun juga janin yang dikandung. Janin dapat mengalami gangguan tumbuh kembang otak, fisik, mental yang nanti akan muncul selama masa tumbuh kembang anak.

Salah satu bentuk dukungan yang wajib selama hamil adalah menganjurkan ibu melakukan kunjungan Antenatal Care. Antenatal Care merupakan hal yang sangat penting dilakukan ibu dalam merawat kehamilannya. Dari propil provinsi sulawesi tenggara ditemukan kurangnya kemauan ibu untuk memanfaatkan pelayanan antenatal care di sarana-sarana kesehatan masih relatif rendah. Hal ini tercermin untuk Sulawesi Tenggara kunjungan (K-1) tahun 2006 sebesar 84,22%, kemudian kunjungan ibu hamil lama (K-4) sebesar 75,21%, target cakupan K-1 sebesar 97,9% dan K-4 minimal 88,6%, sasaran ibu hamil sekitar 96.072 orang. Untuk tahun 2007 kunjungan K-1 sebesar 79,73%, untuk K-4 sebesar 72,75%. untuk target K-1 Minimal 90%, untuk K-4 minimal 84,8%, sasaran sekitar 59,281 orang. Tahun 2008 kunjungan K-1 sekitar 31,88%, K-4 75,73%, target K-1 minimal 86%, K-4 95,6%. Untuk sasaran ibu hamil sekitar 2.122 orang. (1).

ANALISIS SITUASIONAL

Klinik Bidan wanti berada di Jl.Pancing pasar 4 LK 5 Mabar Hilir Medan Deli, kota Medan. Klinik ini dikenal baik oleh masyarakat yang ada disekitar maupun diluar daerah Mabar Hilir. Pelayanan disana dirasakan cukup baik oleh para pasien karena Bidan dan perawat yang melayani terkenal baik dan ramah. Masyarakat rata rata bekerja sebagai pedagang di pasar.

Di Sulawesi Tenggara, untuk menurunkan angka kematian ibu telah dilakukan pelatihan bidan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan ibu terdepan melalui proyek

Health Mothers Healthy Babies (HMHB), penyediaan fasilitas pelayanan antenatal care di Polindes, Pustu, Puskesmas dan rumah sakit, namun penurunan angka kematian ibu masih relatif lambat. Hal tersebut disebabkan karena tingginya komplikasi obstetri. Misalnya saja pada tahun 2003, penyebab kematian ibu pasca persalinan sebesar 52%, eklamsia 13%, infeksi 5% dan lain-lain 30%. Di sisi lain, kemauan ibu untuk memanfaatkan pelayanan antenatal care di sarana-sarana kesehatan masih relatif rendah. Hal ini tercermin untuk Sulawesi Tenggara kunjungan (K-1) tahun 2006 sebesar 84,22%, kemudian kunjungan ibu hamil lama (K-4) sebesar 75,21%, target cakupan K-1 sebesar 97,9% dan K-4 minimal 88,6%, sasaran ibu hamil sekitar 96.072 orang. Untuk tahun 2007 kunjungan K-1 sebesar 79,73%, untuk K-4 sebesar 72,75%. untuk target K-1 Minimal 90%, untuk K-4 minimal 84,8%, sasaran sekitar 59,281 orang. Tahun 2008 kunjungan K-1 sekitar 31,88%, K-4 75,73%, target K-1 minimal 86%, K-4 95,6%. Untuk sasaran ibu hamil sekitar 2.122 orang. (1).

Pentingnya pelayanan ANC sebenarnya bukan hanya untuk ibu, pemeriksaan kehamilan pun untuk kesejahteraan janin. Untuk ibu misalnya berguna untuk mendeteksi dini jika ada komplikasi kehamilan, sehingga dapat segera mengobatinya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan selama kehamilan, mempersiapkan mental dan fisik dalam menghadapi persalinan, mengetahui berbagai masalah dengan kehamilan, sehingga dapat segera ditentukan pertolongan persalinan yang aman. (2).

Berdasarkan hasil survei Di klinik Wanti di Mabar Hilir selama bulan November-Desember sekitar 30 orang ibu yang datang ke klinik memeriksakan kesehatannya. didapatkan rata rata jumlah ibu yang melakukan pemeriksaan kesehatan 1-5 orang setiap hari dan dari hasil pengamatan lebih banyak ibu yang datang sendiri ke klinik tanpa pendampingan suami/keluarga. Ada juga diantar oleh suami akan tetapi tidak ikut sewaktu ibu diperiksa bahkan suami tidak sabar menunggu giliran ibu dalam pemeriksaan kesehatan. Maka dari hasil pengamatan ini disimpulkan bahwa suami/keluarga kurang berpartisipasi selama kehamilan ibu. Selama kehamilan, ibu sangat membutuhkan dukungan dari orang-orang terdekatnya sebagai motivasi dalam menjaga kehamilannya sehingga proses persalinannya normal dan lancar.

METODE PELAKSAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 28 November 2019. Lokasi pelaksanaan kegiatan adalah di Klinik Wanti Mabar Hilir. Kegiatan ini diikuti oleh 30 ibu hamil yang datang memeriksakan kesehatannya. Pengumpulan data dilakukan wawancara langsung dengan membagikan kuesioner. Kemudian melakukan penyuluhan dukungan suami/keluarga selama hamil dalam mempersiapkan persalinan normal.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1. Distribusi karakteristik responden menurut umur, pekerjaan, pendidikan dan paritas tahun 2019.

No	Umur	Frekuensi	%
1	≤ 20 Tahun	5	16,7 %
2	20-35 Tahun	20	66,7%
3	≥35 Tahun	5	16,6%
	Jumlah	30	100
	Pekerjaan	Frekuensi	%

1	PNS	3	10 %
2	Wiraswasta	15	50 %
3	IRT	12	40 %
4	Guru	1	3.3%
	Jumlah	30	100
	Pendidikan	Frekuensi	%
1	Perguruan Tinggi	3	10%
2	SLTA	20	66,7%
3	SMP	4	13,2%
4	SD	3	10%
5			
	Jumlah	30	100
	Paritas	Frekuensi	%
1	Multigravida	5	16,7 %
2	Multigravida	24	80 %
3	Grandemultipara	1	3,3 %
	Jumlah	30	100

Tabel 4.1. Menggambarkan usia responden rata rata 66,7%, 50 % wiraswasta dan sekolah lanjutan atas 66,7 % dan paritas 80%.

Tabel 4.2. Distribusi pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan di Klinik Bidan Wanti Mabar Hilir

Pernyataan	Sebelum		sesudah	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Suami mendampingi saya ketika mau memeriksa kehamilan	13	17	18	12
Apabila Suami tidak ikut mendampingi dalam pemeriksaan kehamilan , suami slalu menanyakan hasil pemeriksaan.	11	19	20	10
Suami mengingatkan saya agar memeriksakan kehamilan sesuai dengan jadwal yang dianjurkan oleh bidan	9	21	17	13
Ketika saya hamil suami membantu mengerjakan pekerjaan rumah tangga (mencuci ,mengantar anak sekolah, memasak, menyapu rumah).	14	16	17	13
Suami selalu mengingatkan saya minum pil (vitamin)	7	23	25	5
Suami memberi bantuan apabila saya mengalami keluhan kram pada pinggang dan kaki dengan melakukan pijatan	8	22	18	12
Suami menyiapkan biaya untuk perlengkapan pakaian dan peralatan –peralatan untuk bersalin	12	18	19	11
Suami mendukung saya agar bersalin secara normal janin sehat	14	16	26	4

Table 4.2 Menunjukkan bahwa pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan rata-rata (36,66%) ibu tidak mengetahui tentang manfaat dukungan dan kunjungan antenatal care

namun setelah di informasikan manfaat dukungan terhadap kunjungan antenatal care terdapat peningkatan pengetahuan (66,66%).

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di klinik Bidan Wanti Mabar Hilir diawali dengan pemberian penyuluhan tentang dukungan selama kehamilan dalam mempersiapkan persalinan normal. Pemberian penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 28 November, hal ini dilakukan karena masih banyak ibu yang datang periksa kesehatan tanpa pendampingan suami maupun keluarga. Penyuluhan ini merupakan salah satu cara untuk membantu para suami, keluarga dalam memahami pentingnya dukungan bagi ibu selama kehamilannya terutama dalam mempersiapkan persalinan normal.

Dukungan yang dapat diberikan oleh suami/keluarga dapat berupa dukungan emosional dan motivasi, kesediaan mengantar istri memeriksakan kehamilan, membantu pekerjaan rumah tangga, mencukupi kebutuhan finansial, merencanakan kehamilan, persalinan, perawatan nifas dan perawatan bayi baru lahir (4). Penyuluhan yang diberikan yaitu manfaat dukungan selama kehamilan, manfaat ANC. Pada saat yang sama, tim pengabdian masyarakat juga membagikan leaflet berisi materi dan membagikan kuesioner untuk diisi oleh ibu. Setelah pemaparan materi dilakukan tanya jawab terhadap pemahaman ibu terkait manfaat dukungan dan manfaat kunjungan Antenatal care. Hasilnya ibu-ibu mengerti bahwa kunjungan antenatal care itu sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu dan anak (5)

Dari 30 orang ibu yang melakukan kunjungan Antenatal Care, 19 ibu orang mengemukakan bahwa tidak didampingi oleh suami pada saat melakukan kunjungan Antenatal Care karena suami bekerja, kurang partisipasi dengan alasan bahwa ini bukan lagi hamil yang pertama. Ibu tetap melakukan pemeriksaan kesehatan meskipun tidak ada pendampingan dari keluarga/suami, karena ibu menyadari sangat penting memelihara kesehatan selama kehamilan demi mencapai proses persalinan normal. Salah satu cara yang dilakukan ibu adalah mengunjungi tenaga kesehatan selama hamil minimal 4 kali kunjungan.

Manfaat Antenatal Care (ANC). Manfaat pemeriksaan kehamilan secara dini adalah untuk memperoleh gambaran dasar mengenai perubahan fisiologi yang terjadi selama kehamilan dan berbagai kelainan yang menyertai kehamilan secara dini, sehingga dapat diperhitungkan dan dipersiapkan langkah-langkah dalam pertolongan persalinannya (Manuaba, 2009). Pemeriksaan antenatal juga memberikan manfaat bagi ibu dan janin, antara lain: untuk mengoptimalkan kesehatan mental dan fisik ibu hamil, menghindari resiko komplikasi pada kehamilan dan persalinan, mempersiapkan ibu untuk masa dan pemberian ASI eksklusif (2).

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan tentang dukungan suami selama kehamilan yang dilakukan kepada 30 orang ibu di Klinik Bidan Wanti Mabar Hilir mendapat respon positif. Dimana para ibu menanggapi dengan menghadiri acara penyuluhan yang dilaksanakan dan terlibat aktif selama kegiatan berlangsung, ada yang bertanya seputar kehamilan, berbagi pengalaman tentang bentuk-bentuk dukungan yang mereka dapatkan dari suami/keluarga.

Kegiatan penyuluhan tentang dukungan selama kehamilan di Klinik Wanti diharapkan dapat dilanjutkan untuk membantu keluarga, suami dan ibu dalam mengetahui pentingnya dukungan selama kehamilan untuk menjaga kesehatan ibu dan anak, bermanfaat dalam mempersiapkan persalinan normal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Masrianto, 2015. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Kunjungan Antenatal Care Di Kecamatan Kalimana Kabupaten Purba*. <http://www.Depkes.go.id>. Diakses 05/05/2019
2. Mediana, 2015. *Pentingnya Pelayanan ANC Secara Teratur*. [http://www. Pelayanan Antenatal care .go.Id](http://www.PelayananAntenatalcare.go.Id) diakses 05/05/2019
3. Syaifuddin,dkk 2015. *Kebidanan Komunitas*. Jakarta : Tiara Putra
4. Taylor, 1999. *Komunikasi Interpersonal Merupakan Salah Satu Komponen Dukungan* <http/www.Suaraperempuan.Com>, Diakses 05/05/2019
5. Yanuasti, 2015. *Dukungan Sosial Suami Terhadap Pelayanan ANC* . [http://www.Sosial Suami.go.id](http://www.SosialSuami.go.id). diakses 08/04/2019
6. Kuntjoro, ZS, 2002. *Jurnal psikologi : Dukungan pada lansia*. Diakses pada tanggal 25 april 2016 <http://www.e-psikologi.com/usia/160802.htm>
7. WHO, 2014, *Maternal mortality: World health organization*