

Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Masalah dan Tanda Bahaya Kehamilan di Puskesmas Garuda Pekanbaru

Linda Suryani¹, Rizki Auliyah², Noa Adelia Ramadhani³, Karina Munisa⁴, Indah Gusti Ayu⁵, Krisdayanti⁶, Kurnia Elizabeth⁷, Welda⁸, Novia Elita⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Rizki Auliyah

E-mail: aulyaahrizki06@gmail.com

Abstrak

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dapat disertai perubahan normal maupun komplikasi berbahaya yang mengancam keselamatan ibu dan janin. Rendahnya pengetahuan ibu hamil dalam membedakan ketidaknyamanan fisiologis dengan tanda bahaya, serta kurangnya kepatuhan pemeriksaan Antenatal Care (ANC), berkontribusi terhadap keterlambatan deteksi komplikasi. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai masalah dan tanda bahaya kehamilan melalui penyuluhan kesehatan. Metode yang digunakan meliputi pre-test, penyampaian materi, diskusi tanya jawab, dan post-test sebagai evaluasi efektivitas edukasi. Kegiatan dilaksanakan pada ibu hamil di Puskesmas Garuda Pekanbaru dengan menggunakan media leaflet dan edukasi interaktif. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta dalam mengenali tanda bahaya, membedakan keluhan normal dan patologis, serta pentingnya kunjungan ANC rutin. Peserta juga lebih siap mengambil keputusan cepat untuk mencari pertolongan medis. Kesimpulannya, penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan ibu hamil terhadap risiko komplikasi kehamilan. Disarankan penyuluhan dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan keluarga serta penggunaan media edukasi yang menarik untuk mendukung deteksi dini dan pencegahan komplikasi kehamilan.

Kata kunci - kehamilan, antenatal care, penyuluhan

Abstract

Pregnancy is a physiological process that can be accompanied by normal changes and dangerous complications that threaten the safety of the mother and fetus. Pregnant women's low knowledge in distinguishing physiological discomfort from danger signs, as well as lack of compliance with Antenatal Care (ANC) examinations, contribute to delayed detection of complications. This activity aims to increase pregnant women's knowledge about pregnancy problems and danger signs through health counseling. The methods used include pre-test, material delivery, question and answer discussions, and post-tests as an evaluation of the effectiveness of education. The activity was carried out for pregnant women at the Garuda Pekanbaru Health Center using leaflet media and interactive education. The results showed an increase in participants' understanding of recognizing red flags, distinguishing between normal and pathological complaints, and the importance of regular ANC visits. Participants are also better prepared to make quick decisions to seek medical attention. In conclusion, health counseling is effective in increasing the knowledge and awareness of pregnant women against the risk of pregnancy complications. It is recommended that counseling be carried out in an ongoing manner by involving families and the use of interesting educational media to support early detection and prevention of pregnancy complications.

Keywords - pregnancy, antenatal care, counseling

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses alami yang dilalui wanita, yang umumnya berlangsung sekitar 40 minggu. Sepanjang periode ini, tubuh mengalami beragam perubahan fisiologis dan hormonal yang memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Walaupun mayoritas kehamilan berjalan lancar tanpa masalah, ada beberapa kondisi yang harus diwaspadai sebagai sinyal bahaya yang dapat mengancam keselamatan ibu dan bayi (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Oleh karena itu, mengenali tanda-tanda bahaya selama kehamilan menjadi hal yang krusial agar ibu hamil bisa segera mencari bantuan medis.

Tanda bahaya kehamilan merujuk pada gejala yang mengindikasikan adanya komplikasi serius dalam kehamilan yang memerlukan intervensi segera. World Health Organization (WHO, 2022) menyebutkan bahwa tanda-tanda ini mencakup perdarahan dari vagina, sakit kepala parah yang disertai gangguan penglihatan, pembengkakan pada wajah dan tangan, nyeri perut yang hebat, dan penurunan pergerakan janin. Jika kondisi-kondisi ini tidak segera ditangani, risiko komplikasi seperti preeklampsia, eklampsia, hingga kematian ibu atau bayi dapat terjadi.

Selain menghadapi potensi tanda bahaya, ibu hamil juga sering mengalami beragam ketidaknyamanan minor (minor discomforts) yang bersifat fisiologis, atau merupakan bagian normal dari proses adaptasi tubuh terhadap kehamilan. Meskipun keluhan ini tidak mengancam jiwa ibu atau janin, dampaknya dapat mengganggu kenyamanan dan aktivitas harian. Ketidaknyamanan ini bervariasi tergantung usia kehamilan. Pada trimester awal, keluhan yang sering muncul adalah sering sakit kepala atau pusing, mual, muntah, dan mudah lelah atau fatigue (Eka Ratnasari, 2023). Seiring perkembangan kehamilan, keluhan dapat bergeser ke area lain akibat perubahan hormonal dan tekanan fisik dari pembesaran rahim. Contoh ketidaknyamanan yang umum pada trimester lanjut meliputi nyeri pinggang, kram pada kaki, sulit tidur, sembelit (sulit buang air besar), nyeri perut bawah (akibat regangan ligamen), stretch mark, hingga varises pada kaki. Pemahaman yang baik mengenai cara penanganan ketidaknyamanan fisiologis ini sangat penting untuk memastikan ibu hamil menjalani periode kehamilan dengan lebih nyaman.

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih relatif tinggi jika dibandingkan dengan negara-negara lain di Asia Tenggara. Data dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI, 2021) mencatat bahwa AKI di Indonesia mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup. Salah satu penyebab utama tingginya AKI adalah keterlambatan dalam mendeteksi dan menangani tanda bahaya kehamilan. Keterlambatan ini sering terjadi dalam tiga bentuk, yaitu keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya, keterlambatan dalam memutuskan untuk mencari pertolongan, dan keterlambatan dalam mendapatkan layanan kesehatan yang memadai (SDKI, 2021).

Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya kehamilan termasuk tingkat edukasi ibu, terbatasnya akses ke layanan kesehatan, dan kurangnya informasi dari tenaga medis. Sebuah studi oleh Sulistyowati et al. (2020) menunjukkan bahwa 60% ibu hamil di daerah pedesaan tidak menyadari tanda bahaya kehamilan karena keterbatasan informasi. Fakta ini menegaskan pentingnya program edukasi dan penyuluhan kesehatan bagi ibu hamil, terutama di wilayah yang memiliki akses terbatas ke fasilitas kesehatan.

Selain itu, jarang atau tidak rutusnya pemeriksaan kehamilan (Antenatal Care/ANC) juga menjadi faktor risiko yang memengaruhi keterlambatan deteksi dini tanda bahaya. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat et al. (2022) mengindikasikan bahwa ibu hamil yang tidak menjalani pemeriksaan ANC secara teratur memiliki peluang lebih besar untuk mengalami komplikasi kehamilan yang luput dari deteksi dini. Oleh karena itu, sangat dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan kehamilan minimal empat kali selama masa kehamilan guna mendeteksi potensi bahaya sejak awal dan mencegah komplikasi yang lebih serius.

Upaya pencegahan tanda bahaya kehamilan dapat dilakukan melalui peningkatan kesadaran ibu hamil melalui pendidikan kesehatan, pemeriksaan kehamilan rutin, serta perbaikan akses ke fasilitas kesehatan. Riset dari Setiawan et al. (2021) menunjukkan bahwa penyampaian informasi

mengenai tanda bahaya kehamilan melalui media digital dan penyuluhan di fasilitas kesehatan berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil hingga 75%. Dengan demikian, pemanfaatan teknologi dan peningkatan akses layanan kesehatan dapat menjadi strategi yang efektif untuk menurunkan angka komplikasi

METODE

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai masalah dan tanda bahaya pada kehamilan dilaksanakan di Puskesmas Garuda Pekanbaru pada hari Jumat, 21 November 2025 pukul 09.00 WIB. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan dengan pendekatan pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta.

Tahap persiapan meliputi penentuan waktu dan lokasi kegiatan, penyusunan materi edukasi tentang kehamilan sehat, perbedaan ketidaknyamanan fisiologis dan tanda bahaya kehamilan, serta pentingnya pemeriksaan Antenatal Care (ANC) minimal enam kali. Materi disampaikan menggunakan media leaflet bergambar. Selain itu, disusun kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengantar mengenai pentingnya kewaspadaan terhadap tanda bahaya kehamilan. Selanjutnya peserta mengisi pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal. Penyampaian materi dilakukan melalui ceramah interaktif yang membahas ketidaknyamanan fisiologis berdasarkan trimester, tanda bahaya kehamilan, dampak komplikasi, serta upaya pencegahan dan peran keluarga.

Setelah penyampaian materi, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memberikan kesempatan klarifikasi kepada peserta. Kegiatan dilanjutkan dengan post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman. Tahap akhir berupa evaluasi melalui umpan balik peserta terkait materi dan proses penyuluhan, kemudian ditutup dengan penegasan pentingnya deteksi dini dan pemeriksaan kehamilan rutin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai masalah dan tanda bahaya pada kehamilan yang dilaksanakan di Puskesmas Garuda Pekanbaru berjalan dengan baik dan diikuti secara aktif oleh peserta. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah mengikuti penyuluhan. Peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik dalam membedakan ketidaknyamanan fisiologis normal selama kehamilan dengan tanda bahaya yang memerlukan penanganan segera. Selain itu, peserta juga lebih memahami pentingnya pemeriksaan Antenatal Care (ANC) secara rutin serta langkah yang harus dilakukan apabila muncul gejala berisiko.

Selama sesi diskusi, sebagian besar peserta mengungkapkan bahwa sebelum penyuluhan mereka sering menganggap keluhan seperti nyeri punggung, pusing, atau bengkak sebagai kondisi yang wajar tanpa mengetahui batas normalnya. Setelah penyuluhan, peserta mampu mengidentifikasi tanda bahaya secara lebih tepat, seperti perdarahan pervaginam, sakit kepala hebat disertai gangguan penglihatan, pembengkakan berlebihan, serta berkurangnya gerakan janin. Peserta juga dapat menjelaskan pentingnya segera mencari pertolongan medis dan tidak menunda rujukan. Peningkatan pemahaman ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan efektif dalam mentransfer informasi kesehatan. Penyampaian materi secara sistematis, penggunaan media leaflet bergambar, serta pendekatan interaktif melalui diskusi dan tanya jawab membantu peserta memahami materi secara visual dan kontekstual. Media edukasi yang sederhana namun informatif mempermudah peserta dalam mengingat pesan kesehatan dan meningkatkan keterlibatan selama proses pembelajaran.

Dari perspektif promosi kesehatan, peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal dalam pembentukan sikap dan perubahan perilaku. Edukasi yang diberikan tidak hanya meningkatkan pemahaman kognitif, tetapi juga membangun kesadaran dan kewaspadaan terhadap risiko kehamilan.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Hal ini penting karena keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya seringkali disebabkan oleh kurangnya informasi, rendahnya persepsi risiko, serta kebiasaan menunda pengambilan keputusan untuk mencari pertolongan. Selain itu, pembahasan mengenai peran keluarga dalam mendukung ibu hamil juga menjadi faktor penting. Dukungan keluarga berpengaruh terhadap keputusan ibu dalam melakukan pemeriksaan kehamilan dan mencari pertolongan saat terjadi komplikasi. Dengan melibatkan keluarga dalam proses edukasi, diharapkan terbentuk lingkungan yang lebih responsif terhadap kondisi darurat kehamilan.

Penekanan pada pentingnya kunjungan ANC secara teratur juga memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta mengenai pencegahan komplikasi. Pemeriksaan rutin memungkinkan deteksi dini faktor risiko sehingga penanganan dapat dilakukan lebih cepat dan tepat. Pemahaman ini menjadi indikator bahwa penyuluhan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perilaku preventif.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif efektif meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai masalah dan tanda bahaya kehamilan. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat berkontribusi pada perubahan perilaku yang lebih waspada, pengambilan keputusan yang lebih cepat, serta peningkatan pemanfaatan layanan kesehatan maternal secara optimal.



Gambar 1.
Penyuluhan Kepada Ibu Hamil

KESIMPULAN

Penyuluhan tentang masalah dan tanda bahaya kehamilan di Puskesmas Garuda Pekanbaru efektif meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan ibu hamil dalam membedakan ketidaknyamanan fisiologis dengan kondisi berbahaya, memahami pentingnya pemeriksaan Antenatal Care (ANC), serta mengambil keputusan cepat saat muncul gejala risiko. Secara praktik, edukasi kesehatan perlu diintegrasikan dalam pelayanan antenatal rutin, dilakukan berkelanjutan dengan media yang mudah dipahami, serta melibatkan keluarga untuk mendukung deteksi dini dan penanganan komplikasi kehamilan secara tepat waktu. Untuk pengembangan kegiatan selanjutnya, disarankan tema penyuluhan difokuskan pada persiapan persalinan aman, pencegahan komplikasi berisiko tinggi, gizi ibu hamil, kesehatan mental selama kehamilan, serta perawatan bayi baru lahir, sehingga edukasi berkelanjutan semakin komprehensif bagi ibu hamil di wilayah Riau khususnya Pekanbaru.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, T., & Novitasari, A. (2020). Hubungan Dukungan Suami dengan Kepatuhan Ibu Hamil Melakukan Senam Hamil untuk Mengatasi Nyeri Punggung. *Jurnal Kesehatan (Hypothetical Journal)*, 5(2), 11-20.
- Hidayat, A., Ramadhani, S., & Puspitasari, L. (2022). Hubungan Frekuensi ANC dengan Deteksi Dini Tanda Bahaya Kehamilan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), 65-73.

- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mail Erfiani, Diana Sulis, Rufaida Zulfa, dkk. 2023. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Malang. Rena Cipta Mandiri.
- Nafiah, Ulin, et al. (2023). *Diagnostik Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan Dengan Permasalahannya*. Nuansa Fajar Joptimal Cemerlang.
- Rahmadanti Indah Putri, Oktriani Tuti, Heyrani. (2023). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jawa Tengah. Eureka Media Aksara.
- Setiawan, B., Lestari, D., & Anggraini, P. (2021). *Efektivitas Media Digital dalam Penyuluhan Tanda Bahaya Kehamilan*. Jurnal Promosi Kesehatan, 12(3), 89-96.
- Sulistyowati, R., Nugroho, A., & Prasetyo, D. (2020). *Kesadaran Ibu Hamil terhadap Tanda Bahaya Kehamilan di Wilayah Pedesaan*. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 9(2), 78-85.
- Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). (2021). *Laporan Hasil SDKI 2021*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- World Health Organization (WHO). (2022). *Maternal Mortality and Morbidity Report*. Retrieved from www.who.int.