
PELATIHAN KADER TENTANG PSIKOEDUKASI KELUARGA SEBAGAI *SUPPORT SYSTEM* IBU HAMIL DI KELURAHAN CIPINANG BESAR UTARA, JAKARTA TIMUR

Sri Laela

Akper Hermina Manggala Husada
Email : sriaela13@gmail.com

Abstract

Pregnant women are prone to have physical and mental health problems. Mental health problems that occur during pregnancy can persist for some time after delivery. One thing that is needed by pregnant women during their pregnancy is the presence of a support system or people who provide support. Anyone can be a support system for a pregnant woman, for example husband, parents, siblings, and friends. The support system aims to support pregnant women so they don't get stressed during their pregnancy. Cadres are voluntary workers in the health sector who are directly elected by and from the community whose task is to assist in the development of public health. This community service activity aims to increase Cadre knowledge about family psychoeducation as a support system for pregnant women. In this community service activity, pre-test and post-test were carried out through a questionnaire to see the level of knowledge of Cadres. The results of the pre-test and post-test showed that there was an increase in knowledge with a pre-test score of 68.3% to 96.6% in the post-test. This shows that this training and mentoring activity is effective in increasing Cadre knowledge.

Keywords: family psychoeducation, pregnant woman, support system

Abstrak

Ibu hamil rentan memiliki permasalahan kesehatan fisik maupun mental. Masalah kesehatan mental yang terjadi selama kehamilan, dapat bertahan selama beberapa waktu setelah proses persalinan. Salah satu yang dibutuhkan oleh ibu hamil selama masa kehamilannya adalah kehadiran *support system* atau orang yang memberikan dukungan. Siapa pun dapat menjadi *support system* bagi seorang ibu hamil, misalnya suami, orangtua, saudara, dan teman. *Support system* bertujuan untuk mensupport ibu hamil supaya tidak stress selama menjalani kehamilannya. Kader merupakan warga tenaga sukarela dalam bidang kesehatan yang langsung dipilih oleh dan dari para masyarakat yang tugasnya membantu dalam pengembangan kesehatan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Kader tentang psikoedukasi keluarga sebagai *support system* ibu hamil. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan *pre-test* dan *post-test* melalui kuesioner untuk melihat tingkat pengetahuan Kader. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dengan nilai *pre-test* sebesar 68,3% menjadi 96,6% pada *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan dan pendampingan ini efektif untuk meningkatkan pengetahuan Kader.

Kata Kunci: ibu hamil, psikoedukasi keluarga, *support system*

PENDAHULUAN

Ibu hamil mengalami perubahan hormon yang terjadi selama kehamilan, hal ini dapat membuatnya merasa cemas dan bingung, apalagi jika itu adalah momen kehamilan pertamanya. Stres dan cemas yang dibiarkan begitu saja, dapat berubah menjadi lebih serius seiring berjalannya waktu (Bobak, 2012).

Masalah kesehatan mental yang terjadi selama kehamilan, juga dapat bertahan selama beberapa waktu setelah proses persalinan. Salah satu yang dibutuhkan oleh ibu hamil selama masa

kehamilannya adalah kehadiran *support system* atau orang yang memberikan dukungan. Siapa pun dapat menjadi *support system* bagi seorang ibu hamil, misalnya suami, orangtua, saudara, dan teman.

Support system bertujuan untuk mensupport ibu hamil supaya tidak stress selama menjalani kehamilannya. Kehadiran *support system* selama masa kehamilan, sangat penting untuk menjaga kesehatan mental ibu hamil. Salah satu bentuk dukungan yang dapat diberikan untuk ibu yang sedang hamil adalah menjadi teman curhat.

Psikoedukasi keluarga adalah salah satu bentuk terapi keperawatan kesehatan jiwa keluarga dengan cara pemberian informasi dan edukasi melalui komunikasi yang teraupetik. Terapi psikoedukasi keluarga menjadi terapi yang sangat tepat dilakukan pada keluarga dengan masalah fisik yang memiliki masalah ansietas (Videback, 2011)

Tujuan psikoedukasi keluarga adalah menurunkan intensitas emosi seperti ansietas dalam keluarga sampai pada tingkatan yang rendah dengan sebelumnya dilakukan manajemen terhadap pengetahuan tentang perawatan pasien, sehingga dapat meningkatkan pencapaian tujuan melalui sumber kekuatan dalam keluarga itu sendiri.

Psikoedukasi keluarga dirancang terutama untuk meningkatkan pengetahuan keluarga tentang penyakit mengajarkan tehnik yang dapat membantu keluarga untuk mengetahui gejala gejala penyimpangan perilaku, serta peningkatan dukungan bagi anggota keluarga itu sendiri (Stuart, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurbani (2009) menyebutkan bahwa terapi psikoedukasi keluarga mampu mengurangi ansietas keluarga dalam merawat pasien stroke. (Laela dan Wahyuni, 2019) menyebutkan bahwa psikoedukasi keluarga mampu mengatasi ansietas dan meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami penyakit fisik. Berdasarkan hasil penelitian tersebut terbukti bahwa terapi psikoedukasi keluarga sangat dibutuhkan pada saat menangani masalah psikososial keluarga, sehingga keluarga dapat menjadi *support system* bagi ibu hamil dalam mempersiapkan pemberian asi eksklusif.

Kader kesehatan mempunyai peran besar dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu hamil. Kader kesehatan adalah pihak dari masyarakat yang merupakan lini terdepan dalam membantu masyarakat dalam mengatasi permasalahan kesehatan termasuk membantu keberhasilan ibu menyusui memberikan ASI eksklusif selama enam bulan dan melanjutkan sampai dua tahun.

Hasil penelitian Fajri, dkk (2020) menunjukkan bahwa 63,8% Kader sangat setuju bahwa mereka berperan dalam keberhasilan ibu menyusui. Selain itu, 66% kader membutuhkan kelompok diskusi dengan petugas kesehatan tentang menyusui secara tatap muka. Dalam melaksanakan perannya, juga terdapat kendala yang dihadapi kader kesehatan dalam membantu ibu menyusui yaitu

merasa gagal dalam berkomunikasi dan meyakinkan ibu untuk menyusui bayinya (21,3%), belum memiliki pengetahuan yang memadai ketika ibu menyusui mengeluhkan ASI nya sedikit, puting kecil, dan bayi tidak mau menyusui (17%).

Oleh karena itu, dibutuhkan pengetahuan yang mumpuni dari Kader serta forum diskusi yang dapat memotivasi Kader serta berkonsultasi terhadap permasalahan yang belum diketahuinya untuk membantu keberhasilan ibu hamil, sehingga perlu adanya penyegaran pelatihan dan pendampingan Kader di Wilayah Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk memberikan pelatihan dan pendampingan kepada Kader kesehatan tentang psikoedukasi keluarga sebagai *support system* ibu hamil di Wilayah Cipinang Besar Utara.

Tujuan dari Program pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan Kader tentang penting nya *support system* bagi ibu hamil dan meningkatkan kemampuan Kader dalam memotivasi, serta melibatkan keluarga sebagai *support system* bagi ibu hamil.

METODE

Program Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada Rabu - Kamis, 23 – 24 Februari 2022 bertempat di Wilayah Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur.

Protokol Kesehatan selalu diprioritaskan selama kegiatan berlangsung untuk memastikan kegiatan penyuluhan berjalan aman dan tidak membahayakan lingkungan sekitar. Dalam kegiatan ini, semua peserta yang hadir menerapkan prosedur kesehatan dengan tanggung jawab sebagai berikut :

1. Memakai masker selama acara berlangsung
2. Menjaga jarak antar peserta
3. Tidak membuka masker selama acara berlangsung (konsumsi di bawa pulang, tidak di santap di ruang kegiatan).

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat pada hari pertama adalah penyuluhan berupa pemahaman pentingnya *support system* keluarga bagi ibu hamil, cara menjadi *support system* yang baik dan mengajarkan memotivasi, serta melibatkan keluarga dengan ibu hamil sebagai *support system*.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada hari kedua, yaitu pendampingan Kader dalam mempraktekan penyuluhan kepada keluarga yang memiliki ibu hamil tentang penting nya *support system* bagi ibu hamil, mengobservasi Kader dalam memotivasi dan melibatkan keluarga dalam merawat ibu hamil, serta mengevaluasi Kader terkait capaian ilmu dan kemampuan yang di dapat selama proses pendampingan.

Data peningkatan pengetahuan diperoleh dengan menggunakan instrumen kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang di analisis secara deskriptif.

Indikator dan tolak ukur kegiatan ini dikatakan berhasil adalah dengan meningkatnya 95% kemampuan kognitif dan psikomotor Kader kesehatan dalam memahami psikoedukasi keluarga dan mampu melibatkan *support system* keluarga bagi ibu hamil. Kader Kesehatan yang mendapatkan nilai posttest > 75 berhak mendapatkan sertifikat yang akan ditandatangani kepala Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara dan Direktur Akper Hermina Manggala Husada.

Setelah kegiatan dilakukan, kami membuat grup *whatsapp* untuk sarana koordinasi. Jika ada sesuatu yang kurang jelas dan perlu didiskusikan akan dikoordinasikan melalui grup ini, serta sebagai pemantauan dalam keberhasilan kegiatan apakah hasilnya berjalan dengan baik.

HASIL DAN CAPAIAN

Total Kader yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat “ Pelatihan Kader tentang Psikoedukasi Keluarga sebagai *Support System* Ibu Hamil di Kelurahan Cipinang Besar Utara, Jakarta Timur” sebanyak 11 orang. Distribusi karakteristik responden dapat di lihat pada Tabel bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (n=11)

Karakteristik	N (%)
Jenis kelamin	
- Perempuan	100%
Usia	
- < 30 tahun	9%
- 31- 50 tahun	73%
- > 50 tahun	18%

Pendidikan terakhir	
- PT	18%
- SMA	82%

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa seluruh Kader berjenis kelamin perempuan (100%), usia kader paling banyak berada di antara 31 – 50 tahun (73%), dan mayoritas pendidikan Kader adalah SMA (82%).

Peningkatan pengetahuan didapatkan dengan adanya *pre-test* dan *post-test* melalui penyuluhan kepada Kader. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi dan mempraktekkan cara menjadi *support system* yang baik, mengajarkan cara memotivasi, serta melibatkan keluarga sebagai *support system* ibu hamil.

Setelah Kader selesai mempraktekan penyuluhan dan cara menjadi *support system* yang baik, mengajarkan cara memotivasi, serta melibatkan keluarga sebagai *support system* ibu hamil, akan diberikan kuesioner *post- test* untuk melihat peningkatan pengetahuan. Peningkatan dari *pre test* ke *post test* dapat dilihat pada diagram di bawah ini.

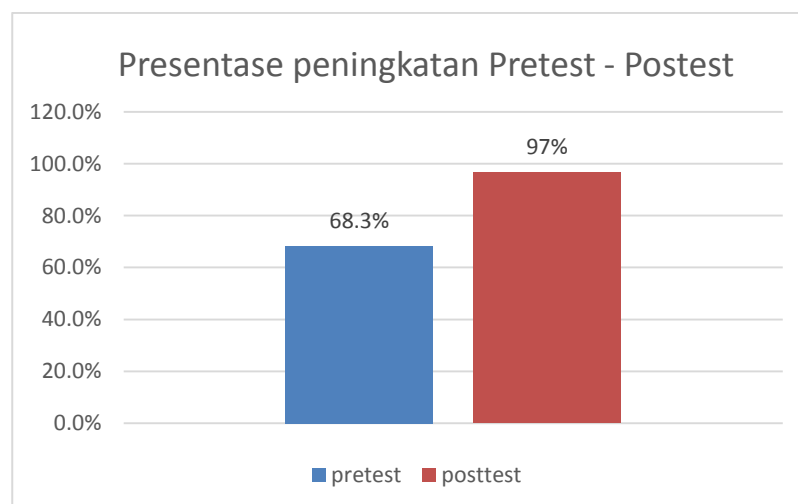


Diagram 1. Rata-rata nilai yang diperoleh saat *Pretest* dan *Posttest*

Berdasarkan diagram 1. menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan Kader. Rata-rata nilai *pre test* sebesar 68,3% dan *post test* sebesar 97%. Oleh karena itu, terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 28,7%. Dapat dikatakan kegiatan pelatihan dan pendampingan ini

tergolong berhasil, karena kemampuan kognitif dan psikomotor Kader meningkat > 95% dan Kader yang mengikuti kegiatan ini berhak mendapatkan sertifikat.

KESIMPULAN

Kegiatan ini mendapatkan respon yang positif oleh pihak mitra. Setelah pelaksanaan penyuluhan dan pendampingan ini, pengetahuan dan kemampuan Kader mengalami peningkatan 28,7%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Kepala Puskesmas Kelurahan Cipinang Besar Utara, Kader RW 011 dan perwakilan keluarga yang memiliki ibu hamil, serta UPPM Akper HMH sebagai penyelenggara kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai bagian dari tri dharma Dosen tahun 2022.

REFERENSI

- Bobak, L & Jense. (2012). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC.
- Fajri, N., Rahayuningsih, S.I., Nizami, N.H dan Rizkia, M. (2020). Kebutuhan dan kendala Kader Kesehatan dalam membantu keberhasilan ibu menyusui. Jurnal Penelitian Kesehatan. Vol. 7 No.2
- Laela, Sri dan Wahyuni, Ening. (2019). Efektifitas Terapi Ners Spesialis Terhadap Ansietas Dan Kemampuan Pasien Stroke Dalam Merubah Pikiran Negatif Di Rs Hermina Jatinegara. Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik – Volume 2 / Nomor 1
- Nurbani. (2009). *Pengaruh Psikoedukasi keluarga terhadap masala psikososial :ansietas dan beban keluarga (caregiver) dalam merawat pasien stroke di RS Jakarta pusat Dr.Cipto Mangunkusumo* Tesis. Tidak dipublikasikan.
- Stuart, G.W., Keliat, B.A. (2013). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart*. (Edisi Indonesia). Mosby. Elsevier
- Videbeck, S.L. (2011). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.