

PROPOSAL PENGABDIAN MASYARAKAT



**MEMPERSIAPKAN PEREMPUAN DALAM MENJALANI KEHAMILAN DAN
PERSALINAN YANG SEHAT DAN SELAMAT SERTA MEMPEROLEH BAYI
YANG SEHAT**

Ketua Pelaksana :

Riyen Sari, SST., M.KM

NIDN. 0313068803

Anggota Pelaksana:

Farida M Simanjuntak, SST.,M.Kes

0328018103

Dr. Marni Br Karo, STr.Keb.,M.Kes

0323077402

Friska J, SST.,M.Kes

0329068602

Mahasiswi Program Studi S1-Kebidanan Semester 4

PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S1)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA

BEKASI

2021/2022

HALAMAN PENGESAHAN

USUL KEGIATAN PENGAMBIAN MASYARAKAT

1. Judul

“Mempersiapkan Perempuan Dalam Menjalani Kehamilan dan Persalinan Yang Sehat dan Selamat Serta Memperoleh Bayi yang Sehat”

2. Ketua Pelaksana

- a. Nama : Riyen Sari, SST., M.KM
- b. NIDN : 0313068803
- c. Jabatan : Koordinator Asuhan Kebidanan Pranikah dan Prakonsepsi
- d. Program Studi : S1 Kebidanan
- e. Nomor Telepon : 08170050977

3. Personalia

- Anggota : Farida M Simanjuntak, SST.,M.Kes 0328018103
- Dr. Marni Br Karo, STr.Keb.,M.Kes 0323077402
- Friska J, SST.,M.Kes 0329068602
- Mahasiswa (2A Kebidanan)

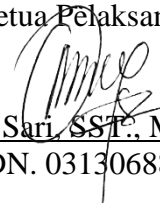
- 4. Jangka waktu kegiatan : 1 hari (2022)
- 5. Bentuk Kegiatan : Pengkajian wilayah, sosialisasi dan edukasi Kesehatan
- 6. Jumlah Peserta : 35 Orang
- 7. Biaya yang diperlukan : Rp. 2.167.000,-
Sumber dana dari Mandiri : Rp. 2.170.000,-

Mengetahui,
Kepala Program Studi Kebidanan (S1)



Farida M. Simanjuntak, SST.,M.Kes
NIDN. 03090409001

Bekasi, 29 Juni 2022
Ketua Pelaksana



Riyen Sari, SST., M.KM
NIDN. 0313068803

Menyetujui
Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian
Masyarakat



Rotua Suryani, SKM.,M.Kes
NIDN 0315018401

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
DAFTAR ISI.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi.....	1
B. Masalah Mitra	2
1. Identifikasi Masalah.....	2
2. Rumusan Masalah	2
BAB II	3
SOLUSI TARGET DAN LUARAN	3
A. Tujuan.....	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus	3
B. Manfaat Kegiatan.....	3
C. Kerangka Pemecahan Masalah	3
D. Khalayak Sasaran Antara Yang Strategis	3
BAB III.....	4
METODE PELAKSANAAN	4
A. Solusi yang Ditawarkan	4
B. Metode Pendekatan	4
C. Partisipasi Mitra	5
D. Luaran	5
BAB IV.....	6
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN.....	6
A. Anggaran Biaya	6
B. Jadwal Kegiatan.....	7
C. Susunan Acara	7
BAB V	9
PENUTUP.....	9
DAFTAR PUSTAKA.....	10

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT., yang telah memberikan nikmat sehat, rahmat, hidayah serta inayah sehingga kami diberi kesempatan untuk mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan Promosi “**Mempersiapkan Perempuan Dalam Menjalani Kehamilan dan Persalinan Yang Sehat dan Selamat Serta Memperoleh Bayi yang Sehat**”

Dalam kesempatan ini kami ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terkait dalam perencanaan acara ini, diantaranya:

1. Usman Ompusunggu, SE selaku Pembina Yayasan Medistra Indonesia
2. Saver Mangandar Ompusunggu, SE., selaku Ketua Yayasan Medistra Indonesia
3. Dr. Lenny Irmawati Sirait, SST., M.Kes selaku Ketua STIKes Medistra Indonesia
4. Puri Kresna Wati, SST.,M.KM selaku Wakil Ketua 1 Bidang Akademik STIKes Medistra Indonesia
5. Farida Banjarnahor, SH selaku Wakil Ketua II Bidang Administrasi dan Sarana Prasarana STIKes Medistra Indonesia
6. Hainun Nisa, SST., M.Kes selaku Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan dan Alumni STIKes Medistra Indonesia.
7. Farida Mentalina Simanjuk, SST.,M.Kes, selaku Ketua Program Studi Kebidanan (S1)
8. Riyeen Sari M, SST., M. KM selaku Pembimbing Pelaksana Pengabdian Masyarakat dan Ketua Pelaksana

Semoga hal ini yang telah diberikan oleh pihak terkait di atas bermanfaat serta dibalas oleh Allah SWT.

Bekasi, 2022

Panitia

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Kehamilan merupakan kodrat seorang wanita sebagai salah satu fase kehidupan dan merupakan fase reproduksi manusia yang berfungsi melahirkan janin sebagai manusia baru di dunia. Banyak perubahan yang terjadi selama proses kehamilan sampai bayi dilahirkan, baik perubahan fisik maupun psikososial akibat dari pertumbuhan dan perkembangan janin. Banyak faktor yang mempengaruhi kehamilan, dari dalam maupun dari luar yang dapat menimbulkan masalah, terutama bagi yang pertama kali hamil. Perubahan yang terjadi pada kehamilan dapat berdampak pada aspek psikologis kehamilan. Setiap tahun di seluruh dunia terdapat jutaan wanita yang mengalami kehamilan. Kehamilan terjadi karena direncanakan ataupun tidak direncanakan. Setiap kehamilan seharusnya merupakan kehamilan yang diinginkan oleh ibunya, termasuk kapan kehamilan dikehendaki dan berapa jumlah anak yang diinginkan. Kehamilan yang diinginkan jika kehamilan terjadi pada waktu yang tepat atau memang sudah berkeinginan untuk hamil (*intended pregnancy*). Namun tidak semua wanita menghendaki dirinya hamil, bahkan dapat menimbulkan perasaan syok dan menyangkal kehamilan tersebut. Tidak sedikit kasus wanita seperti ini yang mengambil jalan pintas yaitu dengan menggugurkan kandungannya tanpa mempertimbangkan moral manusia sebagai makhluk Tuhan.

Tercukupinya asupan makan ibu saat hamil dapat dilihat dari penambahan berat badan ibu selama kehamilan. Rerata total penambahan berat badan ibu hamil berkisar 11,5 - 16 kg berdasarkan rekomendasi *Institute of Medicine* (IOM), dengan rerata 12 kg supaya dapat meningkatkan kemungkinan untuk melahirkan bayi cukup bulan dengan berat lahir cukup serta menurunkan risiko terjadinya komplikasi pada ibu dan bayi. Hasil studi melaporkan bahwa ibu yang mempunyai penambahan berat badan selama kehamilan kurang dari 9,1 kg berisiko melahirkan bayi dengan berat lahir kurang dari 3.000 g.

Indonesia masih harus berjuang mengurangi jumlah kematian ibu. Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016, sebanyak 80,61% ibu hamil menjalani persalinan oleh tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan (Kementerian Kesehatan, 2016), dan angka ini sudah memenuhi target Renstra yaitu sebesar 77%. Dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu, pemerintah bertanggung jawab agar setiap

ibu memiliki akses terhadap pelayanan kesehatan yang berkualitas, mulai sejak hamil, persalinan, perawatan pasca persalinan (nifas) serta kesehatan bayi baru lahir. Kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil (*antenatal care*) yang diperoleh ibu hamil akan mempengaruhi kesehatan ibu beserta janinnya, bayi yang akan dilahirkan serta kesehatan ibu nifas (Kementerian Kesehatan, 2010). Pelayanan antenatal care (ANC) diharapkan dapat mendeteksi adanya faktor risiko, serta pencegahan dan penanganan komplikasi.

B. Masalah Mitra

1. Identifikasi Masalah

1. Perlunya diberikan pemahaman tentang tanda-tanda kehamilan yang aman dan sehat.
2. Perlunya diberikan pemahaman mengenai kiat-kiat menjaga bayi dalam kandungan agar tetap sehat dan beberapa tips makanan untuk ibu hamil.
3. Kurangnya pemahaman mengenai hal-hal yang harus dihindari oleh ibu hamil.
4. Perlunya diberikan pemahaman mengenai persiapan persalinan yang aman dan sehat.

2. Rumusan Masalah

1. Memberikan pemahaman mengenai tanda-tanda kehamilan yang aman dan sehat.
2. Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai kiat-kiat menjaga bayi dalam kandungan agar tetap sehat dan beberapa tips makanan untuk ibu hamil.
3. Memberikan penjelasan mengenai hal-hal yang harus dihindari oleh ibu hamil.
4. Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai persiapan persalinan yang aman dan sehat.

BAB II

SOLUSI TARGET DAN LUARAN

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Pengabdian masyarakat yang diberikan kepada masyarakat khususnya remaja dewasa akhir, wanita yang mempersiapkan kehamilan dan persalinan yang aman dan sehat, serta memperoleh bayi yang sehat di Puskesmas Mustika Sari, Bekasi.

2. Tujuan Khusus

- Memberikan pemahaman mengenai tanda-tanda kehamilan yang aman dan sehat.
- Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai kiat-kiat menjaga bayi dalam kandungan agar tetap sehat dan beberapa tips makanan untuk ibu hamil.
- Memberikan penjelasan mengenai hal-hal yang harus dihindari oleh ibu hamil.
- Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai persiapan persalinan yang aman dan sehat.

B. Manfaat Kegiatan

Adanya peningkatan pemahaman bagi masyarakat khususnya remaja dewasa akhir, wanita yang mempersiapkan kehamilan dan persalinan yang aman dan sehat, serta memperoleh bayi yang sehat.

C. Kerangka Pemecahan Masalah

Upaya meningkatkan pemahaman bagi masyarakat di sekitar wilayah Puskesmas Mustika Sari Bekasi khususnya remaja dewasa akhir, wanita yang mempersiapkan kehamilan dan persalinan yang aman dan sehat, serta memperoleh bayi yang sehat.

D. Khalayak Sasaran Antara Yang Strategis

Sasaran dari kegiatan ini adalah khususnya remaja dewasa akhir, wanita yang mempersiapkan kehamilan dan persalinan yang aman dan sehat, serta memperoleh bayi yang sehat di sekitar Puskesmas Mustika Sari , Bekasi.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Solusi yang Ditawarkan

Pengabdian Masyarakat dilakukan dengan metode 2 arah yaitu penyampaian teori dengan lembar balik dan pembagian leaflet yang diikuti dengan tanya jawab. Penyampaian teori akan dilakukan oleh Mahasiswi STIKes Medistra Indonesia dan didampingi oleh dosen pengampu ibu Riyen Sari Manullang, S.ST., M.KM dan Ibu Farida Mentalina Simanjuntak, S.ST., M.Kes. Dengan memberikan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan bahasa yang mudah dicerna oleh sasaran. Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum di atas maka ditempuh langkah-langkah sebagai berikut :

1. Menghubungi :
 - a. Koordinator Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Pra-Nikah dan Pra-Konsepsi
 - b. Dosen Pembimbing Penyuluhan
 - c. Pihak Puskesmas dan Kader
2. Melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan dengan menyesuaikan kondisi di masyarakat dan mematuhi protokol kesehatan.

B. Metode Pendekatan

Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum diatas, maka ditempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Melakukan pengkajian wilayah di wilayah Puskesmas Mustika Sari , Bekasi.
2. Berkoordinasi dengan pihak Puskesmas dan Kader Kesehatan setempat.
3. Pendekatan ke masyarakat dengan bantuan dari pihak Puskesmas Mustika Sari , Bekasi.

Kegiatan pendidikan kesehatan dan pengkajian riwayat kesehatan tentang persiapan calon ibu dalam menjalani kehamilan dan persalinan yg sehat akan dilaksanakan secara luring pada tanggal 08 Juli 2022 dengan metode yang digunakan berupa penyuluhan dan pengkajian tentang “Mempersiapkan Perempuan Dalam Menjalani Kehamilan dan Persalinan Yang Sehat dan Selamat Serta Memperoleh Bayi yang Sehat”

Penyampaian materi dan ditutup dengan sesi tanya jawab.

C. Partisipasi Mitra

Kegiatan ini tidak mungkin berhasil tanpa adanya keterkaitan antar pihak lain. Dalam hal ini pihak Puskesmas dan Kader sebagai pihak yang mempunyai 3 wewenang dimana kegiatan Pengmas (Pengabdian Masyarakat) hendak dilakukan dan memberikan dukungan terhadap kegiatan ini. Selain itu diharapkan akan dapat memberikan dukungan melalui kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan.

D. Luaran

Promosi kesehatan dilakukan dengan penyuluhan pada warga dan masyarakat yang bertujuan untuk membantu masyarakat sekitar Puskesmas Mustika Sari, Bekasi. Khususnya remaja dewasa akhir, wanita yang mempersiapkan kehamilan dan persalinan yang aman dan sehat, serta memperoleh bayi yang sehat.

BAB IV

BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

A. Anggaran Biaya

No	Uraian	Rincian data			Total
		Jumlah	Ket.	Harga	
1.	Konsumsi Panitia dan Dosen	40	Box	Rp20.000	Rp 800.000
2.	Snack peserta	35	Lembar	Rp 5.000	Rp. 175.000
3.	Buah	1	Parcel	Rp 200.000	Rp. 200.000
4.	Aqua Botol	1	Dus	Rp. 30.000	Rp. 30.000
5.	Aqua Gelas	2	Dus	Rp. 25.000	Rp. 50.000
6.	Banner	1	Buah	Rp.150.000	Rp. 150.000
7.	Poster	1	Dus	Rp 30.000	Rp 30.000
8.	Sertifikat	35	Buah	Rp 7.000	Rp 245.000
9.	Bahan Demonstrasi	1	Paket	Rp. 75.000	Rp. 75.000
10.	Stik HB	3	set	Rp 85.000	Rp. 255.000
11.	Alkohol Swab	1	pak	Rp 20.000	Rp 20.000
12.	Timbangan	1	buah	Rp. 100.000	Rp 100.000
13.	Uang untuk Puskesmas	1	Paket	Rp. 200.000	Rp. 200.000
14.	Uang untuk Kader	3	orang	Rp. 100.000	Rp. 300.000
Jumlah					Rp2.630.000

B. Jadwal Kegiatan

No	Nama Kegiatan	Mei s/d Juli 2022										
		Mg 1	Mg 2	Mg 3	Mg 4	Mi 1	Mg 2	Mg 3	Mg 4	Mg 1	Mg 2	Mg 3
1	Persiapan											
	a. Koordinasi dengan sekolah Paud setempat											
	b.membuat surat permohonan untuk kegiatan											
	c. Menyiapkan proposal pelaksanaan penyuluhan											
2	Pelaksanaan penyuluhan											
	a. Mendata peserta absensi											
	b. Pelaksanaan penyuluhan											
3	Pelaporan											
	a. Menyiapkan dan menyusun kegiatan akhir											
	b. Menyusun laporan hasil kegiatan yang telah dilakukan											

C. Susunan Acara

Waktu	Durasi	Kegiatan	Pengisi Acara
09.00 – 10.00	1 jam	Persiapan Panitia	Ketua dan Wakil Ketua Panitia
11.30 – 11.50	20 menit	Pembukaan & Salam Pembukaan Doa	Seksi Acara

11.50 – 12.10	20 menit	Persentasi Materi + Tanya Jawab	Pembaca Materi + Moderator
12.10 – 10.13	3 menit	Penutup & Sesi Dokumentasi	Seksi Dokumentasi

BAB V

PENUTUP

Pada proposal pengabdian masyarakat pentingnya sosialisasi menjauhi pergaulan bebas bagi ibu dan anak di, dana yang diperlukan untuk kegiatan ini sebesar Rp. 2.630.000. dengan rincian anggaran biaya terlampir.

Demikian proposal pengabdian masyarakat dengan tema “Mempersiapkan Perempuan Dalam Menjalani Kehamilan dan Persalinan Yang Sehat dan Selamat Serta Memperoleh Bayi yang Sehat” ini kami buat. Kami berharap bahwa proposal ini disetujui, sehingga proses pengabdian masyarakat dapat segera berjalan. permohonan izin pada STIKes Medistra Indonesia kami ajukan untuk ditindaklanjuti. Kami mengharapkan partisipasi aktif dan dukungan Bapak/Ibu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Semoga kegiatan pengabdian masyarakat yang kami selenggarakan dapat berjalan dengan lancar dan terlaksana seperti yang diharapkan. Atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Novard, M. F. A., Suharti, N., & Rasyid, R. (2019). Gambaran Bakteri Penyebab Infeksi Pada Anak Berdasarkan Jenis Spesimen dan Pola Resistensinya di Laboratorium RSUP Dr. M. Djamil Padang Tahun 2014-2016. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(2S), 26. <https://doi.org/10.25077/jka.v8i2s.955>
- Sulistya Rahma, N. A. (2021). *Bakteri Streptococcus Kian Mengancam Ibu Hamil dan Bayi*. Republika.Co.Id. <https://www.republika.co.id/berita/r24il8463/bakteri-streptococcus-kian-mengancam-ibu-hamil-dan-bayi>
- Kronman MP, Zhou C, Mangione-Smith R. *Bacterial Prevalence and Antimicrobial Prescribing Trends For Acute Respiratory Tract Infections*. *American Academy of Pediatrics*. 2014; 134(4):956-65.
- Flores-Mireles AL, Walker JN, Caparon M, Hultgren SJ. *Urinary Tract Infections: Epidemiology, Mechanisms of Infection and Treatment Options*. *Nat Rev Microbiol*. 2015; 13(5):269–84.
- Provinsi, R. kabupaten bangka barat. (2014). *Macam-Macam Penyakit Menular*. DINAS KESEHATAN Kabupaten Bangka Barat. <https://dinkes.bangkabaratkab.go.id/content/macam-macam-penyakit-menular>
- Nareza, dr. M. (2020). *Berbagai Penyakit yang Disebabkan oleh Bakteri yang Perlu Diwaspadai*. AloDokter. <https://www.alodokter.com/berbagai-penyakit-yang-disebabkan-oleh-bakteri-yang-perlu-diwaspadai>
- Purnama, S. G. (2016). *Buku Ajar Penyakit Berbasis Lingkungan. Ministry of Health of the Republic of Indonesia*, 112.
- Hamil.co.id, R. (2022). *7 Penyakit Pada Ibu Hamil Yang Disebabkan Oleh Virus Paling Berbahaya*. Hamil.Co.Id. <https://hamil.co.id/kehamilan/kesehatan-bumil/penyakit-pada-ibu-hamil-yang-disebabkan-oleh-virus>
- Noya, dr. A. B. I. (2019). *Bunda, Yuk Ketahui Cara Menjaga Kesehatan Ibu dan Anak di Sini*. AloDokter. <https://www.alodokter.com/bunda-yuk-ketahui-cara-menjaga-kesehatan-ibu-dan-anak-di-sini>
- Rahmawati, N. (2021). *PENTINGNYA MENJAGA KEBERSIHAN ALAT REPRODUKSI PADA REMAJA*. STIKes Yarsi Pontianak. <https://stikesyarsi-pontianak.ac.id/pentingnya-menjaga-kebersihan-alat-reproduksi-pada-remaja/>
- Agustin, dr. S. (2022). *Cara Menjaga Kesehatan Reproduksi Wanita*. AloDokter. <https://www.alodokter.com/cara-menjaga-kesehatan-reproduksi-wanita>

