

**PROPOSAL PENGABDIAN MASYARAKAT**  
**ASUHAN KEBIDANAN PADA PRANIKAH DAN PRAKONSEPSI**



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

**Ketua Pelaksana:**

**Riyen Sari, SST., M.KM**

**NIDN. 0313068803**

**Anggota Pelaksana:**

1. Farida Simanjuntak, SST., M.Kes (NIDN.0328018103)
2. Dr. Marni Br Karo, STr.Keb., SKM., M.Kes (NIDN.0323077402)
3. Dr.Tetty Rina A, SST., M.Keb (NIDN.0321097401)
4. Dr. Lenny Irmawaty Sirait, SST., M. Kes (0319017902)
5. Friska Yunita, SST., MKM (NIDN.0329068610)
6. Puri kresnawati, SST., MKM (NIDN.0309049001)
7. Hainun Nisa, SST., M.Kes (NIDN.0328117802)
8. Rupdi, SST., M.Keb (NIDN.0315107501)
9. Reninche, SST., M.Keb (NIDN.0316098604)
10. Dewi R, SST., M.Kes (NIDN. 112806197719)
11. Maslan, SST., M.Kes (NIDN.0315047104)
12. Evi Nur Akhiriyanti, SST.,Mn.Mid
13. Linda K. Telaumbanua, SST.,M.Keb (NIDN.0302028001)
14. Wiwit Desi Intarti, S.Si.T.,M.Keb (NIDN. 0608128203)
15. Nurmah, SST., M.Kes (0315078302)
16. Mahasiswi Program Studi Kebidanan (S1) Kelas B Alih Jenjang Semester 2

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S1) DAN PROFESI BIDAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA**  
**BEKASI 2021/2022**

## HALAMAN PENGESAHAN

### USUL KEGIATAN PENGAMBIAN MASYARAKAT

1. Judul

**“Mempersiapkan Perempuan dalam Menjalani Kehamilan, 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 MK Asuhan Kebidanan Pranikah dan Prakonsepsi
- d. Program Studi : S1 Kebidanan dan Profesi Bidan
- e. Nomor Telepon : 08170050977

3. Personalia

Anggota :

- 1. Farida Simanjuntak, SST., M.Kes (NIDN.0328018103)
- 2. Dr. Marni Br Karo, STr.Keb., SKM., M.Kes (NIDN.0323077402)
- 3. Dr.Tetty Rina A, SST., M.Keb (NIDN.0321097401)
- 4. Dr. Lenny Irmawaty Sirait, SST., M. Kes (0319017902)
- 5. Friska Yunita, SST., MKM (NIDN.0329068610)
- 6. Puri kresnawati, SST., MKM (NIDN.0309049001)
- 7. Hainun NIsa, SST., M.Kes (NIDN.0328117802)
- 8. Rupdi, SST., M.Keb (NIDN.0315107501)
- 9. Dewi R, SST., M.Kes (NIDN. 112806197719)
- 10. Maslan, SST., M.Kes (NIDN.0315047104)
- 11. Reninche, SST., M.Keb (NIDN.0316098604)
- 12. Evi Nur Akhiriyanti, SST.,Mn.Mid
- 13. Linda K. Telaumbanua, SST.,M.Keb (NIDN.0302028001)
- 14. Wiwit Desi Intarti, S.Si.T.,M.Keb (NIDN. 0608128203)
- 15. Nurmah, SST., M.Kes (0315078302)
- 16. Mahasiswi Program Studi Kebidanan (S1) Kelas B Alih Jenjang Semester 2

4. Jangka waktu kegiatan : 6 bulan (Persiapan s/d pelaporan)

5. Bentuk Kegiatan : Pengkajian wilayah, sosialisasi dan edukasi kesehatan
6. Jumlah Peserta : 50-60 Orang
7. Biaya yang diperlukan : Rp 9.000.000,-

Mengetahui,  
Kepala Program Studi Kebidanan (S1)



Farida M. Simanjuntak, SST.,M.Kes  
NIDN. 0328018103

Bekasi, 17 Oktober 2022  
Ketua Pelaksana



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

Menyetujui  
Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian  
Masyarakat



Rotua Suryani, SKM.,M.Kes  
NIDN 0315018401

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Analisis Situasi .....	1
B. Masalah Mitra.....	2
1. Identifikasi Masalah .....	2
2. Rumusan Masalah.....	2
<b>BAB II SOLUSI TARGET DAN LUARAN .....</b>	<b>3</b>
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
<b>BAB III METODE PELAKSANAAN .....</b>	<b>4</b>
A. Solusi yang Ditawarkan.....	4
B. Metode Pendekatan.....	4
C. Partisipasi Mitra.....	4
D. Luaran .....	4
<b>BAB IV RENCANA KEGIATAN .....</b>	<b>6</b>
<b>BAB V PEMBIAYAAN .....</b>	<b>7</b>
<b>SUSUNAN ORGANISASI KEPANITIAAN.....</b>	<b>8</b>
<b>SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) .....</b>	<b>10</b>

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat 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 terima kasih 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. Sinda Ompusunggu, 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. Riyen 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, 17 Oktober 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

- a. Perlunya KIE persiapan prakonsepsi.
- b. Perlunya diberikan pemahaman mengenai persiapan persalinan yang aman dan sehat.
- c. Perlunya diberikan pemahaman tentang tanda-tanda kehamilan yang aman dan sehat.
- d. Perlunya melakukan pemeriksaan kesehatan pada kehamilan.

### 2. Rumusan Masalah

- a. Memberikan pemahaman tentang tujuan KIE prakonsepsi.
- b. Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai persiapan persalinan yang aman dan sehat.
- c. Memberikan pemahaman mengenai tanda-tanda kehamilan yang aman dan sehat.
- d. Memberikan pemahaman mengenai pemeriksaan kesehatan pada kehamilan.

## **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 Kelurahan Pajang, Kecamatan Benda, Kota Tangerang.

##### **2. Tujuan Khusus**

- Memberikan pemahaman tentang tujuan KIE prakonsepsi.
- Memberikan pemahaman dan penjelasan mengenai persiapan persalinan yang aman dan sehat.
- Memberikan pemahaman mengenai tanda-tanda kehamilan yang aman dan sehat.
- Memberikan pemahaman mengenai pemeriksaan kesehatan pada kehamilan.

#### **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 Kelurahan Pajang, Kecamatan Benda, Kota Tangerang 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 wilayah Kelurahan Pajang, Kecamatan Benda, Kota Tangerang.

## **BAB III**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **A. Solusi yang Ditawarkan**

Pengabdian Masyarakat dilakukan dengan metode 2 arah yaitu penyampaian teori dengan PPT dan pembagian leaflet yang diikuti dengan tanya jawab. Penyampaian teori akan dilakukan oleh Mahasiswi STIKes Medistra Indonesia dan didampingi oleh dosen pengampu Ibu Riyaen Sari Manullang, S.ST., M.KM dan tim dosen lainnya. 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 Kelurahan, 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 Kelurahan Pajang, Kecamatan Benda, Kota Tangerang.
2. Berkoordinasi dengan pihak Kelurahan Pajang, Puskesmas dan Kader Kesehatan setempat.
3. Pendekatan ke masyarakat dengan bantuan dari pihak Kelurahan.

Kegiatan pendidikan kesehatan dan pengkajian riwayat kesehatan tentang persiapan calon ibu dalam menjalani kehamilan dan persalinan yg sehat akan dilaksanakan secara luring pada hari Selasa tanggal 01 Desember 2022 dengan metode yang digunakan berupa penyuluhan dan pengkajian tentang **“Mempersiapkan Perempuan dalam Menjalani Kehamilan, 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 Kelurahan, 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 Kelurahan Pajang, Kecamatan Benda, Kota Tangerang. 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	VOLUME	SATUAN	HARGA SATUAN	TOTAL
1	Snack	100	Dus	15.000	1.500.000
2	Makan Siang	100	Dus	25.000	2.500.000
3	Transport Peserta Dan Kader	40	Orang	50.000	2.000.000
4	Cetak Spanduk 2 x 2 M	4	Meter	40.000	160.000
5	Foto Copy Materi (5 Lembar x 45 Orang)	225	Lembar	200	45.000
6	Doorprize	10	Orang	50.000	500.000
7	Jasa Kebersihan	2	Orang	100.000	200.000
8	Aqua Botol 600 ml	5	Dus	60.000	300.000
9	Buah	2	Nampan	200.000	400.000
10	ATK	1	Paket	200.000	200.000
10	Dana Tak Terduga	1		1.195.000	1.195.000
<b>Total</b>					<b>9.000.000</b>

#### B. Jadwal Kegiatan

No	Nama Kegiatan	November s.d Desember 2022							
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	<b>Persiapan</b>								
	a. Menyiapkan proposal pelaksanaan penyuluhan								
	a. Menyebarkan poster penyuluhan melalui social media								
2	<b>Pelaksanaan penyuluhan</b>								
	a. Mendata peserta absensi								
	b. Pelaksanaan penyuluhan								
3	<b>Pelaporan</b>								

	a. Menyiapkan dan menyusun kegiatan akhir								
	b. Menyusun laporan hasil kegiatan yang telah dilakukan								

### C. Susunan Acara

<b>Waktu</b>	<b>Durasi</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Pengisi Acara</b>
08.00 – 09.00	1 jam	Persiapan Panitia	Ketua dan Wakil Ketua Panitia
09.00 – 09.20	20 menit	Pembukaan & Salam Pembukaan Doa	Seksi Acara
09.20 – 10.20	60 menit	Persentasi Materi	Pembaca Materi
10.20 – 10.40	20 menit	Tanya Jawab	Moderator
10.40 – 11.00	20 menit	Doorprize	MC
11.00 – 11.10	10 menit	Penutup & Sesi Dokumentasi	Seksi Dokumentasi

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Pada proposal pengabdian masyarakat, dana yang diperlukan untuk kegiatan ini sebesar Rp. 9.000.000. dengan rincian anggaran biaya terlampir.

Demikian proposal pengabdian masyarakat dengan tema “Mempersiapkan Perempuan dalam Menjalani Kehamilan, 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

Adnani, H., & Citra. (2010). *Motivasi Belajar dan Sumber-Sumber Informasi Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Seksual Remaja di SMUN 2 Banguntapan Bantul*. Jurnal Kesehatan Surya Medika Yogyakarta.

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: RINEKA CIPTA.

Atun, dkk. 2004. *IMS atau Penyakit Kelamin, dalam Kesehatan Reproduksi Remaja, Kerjasama Jaringan Khusus Kesehatan untuk Anak Jalanan Perempuan di Yogyakarta, bersama PKBI-DIY*. Yogyakarta.

Ayu, I. (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: EGC Azinar, M. (2013). Perilaku Seksual Pranikah Beresiko Terhadap Kehamilan Tidak Diinginkan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 8(2); 153- 160.

Azwar, S. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.

Baroroh, N. L. (2013). *Peran Wali Kelas dan Guru Bimbingan Konseling Terhadap Pelayanan Bimbingan Konseling Pada Siswa Kelas VB Sleman*. Skripsi S1 Fakultas Ilmu Tarbiah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Yogyakarta.

Caesarina Ancah. 2009. *Kespro Remaja, disampaikan pada Seminar Nasional Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Remaja di PP. Nuris. Juni 2009*. Jember-Jawa Timur.

Eriyani Linda Dwi. *Kesehatan Reproduksi Remaja: Menyoal Solusi*. 2006, disampaikan pada Seminar Nasional Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Remaja di PP. Nuris, Juni 2009. Jember-Jawa Timur.

Habsjah, dkk. 1995. *Peranan Ayah vis-a-vis Ibu dan Pranata Sosial Lainnya dalam Pendidikan Seks Remaja*. The Population Council and The Atma Jaya Research Centre, Jakarta.

Hapsari, Anindya. (2019). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja*. Malang: Wineka Media

Rahayu, Atikah, dkk. (2017). *Kesehatan Reproduksi Reamaja dan Lansia*. Banjarbaru: Airlangga Univercity Press

Soetjiningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto. Jakarta.

Tim Mitra Inti. 2009. *Mitos Seputar Masalah Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi*, Yayasan Mitra Inti. Jakarta.