

**PKM KELOMPOK KADER DALAM PAKET PEMBINAAN PADA IBU HAMIL  
TM3 DI DESA BINAAN KECAMATAN SUKARAJA KABUPATEN SELUMA  
PROVINSI BENGKULU**

**Novi Lasmadasari<sup>1\*</sup>, Iin Nilawati<sup>2</sup>**  
**Akademi Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu<sup>1,2</sup>**  
**lanovi.nl@gmail.com, nilawati\_iin@yahoo.com**

**ABSTRAK**

Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pelaksanaan pemberian ASI eksklusif, perawatan mandiri mandiri pasca-melahirkan dan penyediaan MPASI komunitas mandiri di Desa Sidosari, Sumber arum, dan BP 1, Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Seluma, untuk menjadi mandiri. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk panduan komprehensif melalui pelatihan (pendahuluan dan demonstrasi), kemudian materi pelatihan dibuat dalam buku yang dilengkapi dengan lembar kerja yang berlaku yang disebut "INDI MOTHER MODULE" yang merupakan modul ibu independen. Layanan ini bekerja sama dengan sekelompok kader kesehatan lokal yang juga diberikan pelatihan bersama dengan modul untuk memberikan motivasi dan pengawasan kepada setiap wanita hamil sampai periode postpartum sampai memberikan MPASI kepada bayi. Kegiatan ini tidak hanya mengandalkan buku tetapi disertai dengan program pelatihan untuk wanita hamil dari trimester ketiga hingga masa nifas. Hasil dari kegiatan 1) Kepala desa, Ketua Kelompok Kader dan anggotanya, wanita hamil dan bidan desa menyambut kegiatan PKM ini. 2) Pelaksanaan program PKM di Desa Patkes Sapta Bakti Bengkulu pada kelompok kader dan kelompok ibu hamil berjalan dengan baik, ini ditandai dengan antusiasme dan keingintahuan masyarakat (kelompok kader dan ibu hamil) 3) Kegiatan PKM dalam bentuk penyuluhan, pelatihan praktis, pendampingan dan pembinaan mulai dari ibu hamil TM III (persiapan laktasi, persiapan melahirkan), Konseling Ibu setelah melahirkan, persiapan pelatihan untuk MPASI. Dengan materi yang dibuat dalam satu modul Ibu Indi disertai dengan lembar kerja ibu. 4) Kepala desa, kader, bidan berharap kegiatan seperti ini dapat terus dilakukan pada tahun-tahun berikutnya sehingga pengetahuan dan kesehatan masyarakat meningkat.

**Kata Kunci:** ibu hamil, kader, paket pembinaan

**PENDAHULUAN**

Kawasan strategis nasional dalam melaksanakan pengabdian masyarakat sesuai dengan rekomendasi Kementerian Desa salah satunya adalah Kabupaten Seluma yang merupakan bagian dari kecamatan Bengkulu Selatan. Terdapat 3 Desa binaan yaitu Desa Bukit Peninjauan I (BP1), Sidosari dan Sumber Arum adalah bagian dari Kecamatan Sukaraja Kabupaten Seluma yang merupakan Desa Binaan Akademi Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu sejak tahun 2013. Tiga desa binaan ini terletak sekitar 70 km dari

kampus Akademi Kesehatan Sapta Bengkulu (Profil Desa Sidosari, Sumber Arum, BP 1, 2018).

Saat ini ketiga desa tersebut termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Cahaya Negeri. Penduduk di tiga desa tersebut sebagian besar merupakan usia produktif dengan jumlah penduduk 3606 jiwa. Pasangan usia subur (PUS) di tiga desa adalah 633 PUS yang berpotensi untuk hamil. Rata-rata terdapat 10 hingga 15 ibu hamil pertahun di tiga desa tersebut. Tingkat pendidikan penduduk di tiga desa tersebut mayoritas adalah tamat

SD/ sederajat dan sebagian kecil tidak tamat SD. Di tiga desa tersebut masing-masing memiliki satu bidan, dan 10 kader kesehatan. Akses kesehatan yang bisa diperoleh ibu hamil adalah pemeriksaan di bidan, dan Puskesmas Cahaya Negeri (Profil Desa Sidosari, Sumber Arum, BP 1, 2018).

Ibu hamil, ibu menyusui dan ibu nifas di tiga desa sering terpapar informasi kesehatan dari bidan, puskesmas serta akademi mahasiswa dan dosen akademi kesehatan Sapta Bakti selama beberapa tahun. Tetapi peningkatan pengetahuan tersebut tidak membawa dampak bermakna perubahan perilaku dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif dan kemandirian ibu (Profil Desa Sidosari, Sumber Arum, BP 1, 2018).

Permasalahan yang dihadapi oleh kader, bidan, puskesmas dan ibu hamil di BP1, Sidosari, dan Sumber Arum adalah Ibu bidan, puskesmas serta akademi mahasiswa dan dosen akademi kesehatan Sapta Bakti selama beberapa tahun. Tetapi peningkatan pengetahuan tersebut tidak membawa dampak bermakna perubahan perilaku dalam upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif dan kemandirian ibu hamil, ibu menyusui dan ibu nifas, Ibu bersalin mengalami ruptur perineum atau robekan jalan lahir, dan mengeluh nyeri pada daerah luka jahitan, cemas dan takut BAB dan BAK, belum bisa melakukan perawatan luka perineum sehingga mengalami infeksi, Puskesmas, Bidan dan kader ingin meningkatkan cakupan ASI eksklusif namun belum tahu strategi mana yang harus digalakkan untuk mencapai cakupan program ASI eksklusif.

## **METODE**

Metode yang akan diterapkan untuk merealisasikan program PKM ini adalah dalam bentuk pelatihan dan pengawasan.

### **a. Kegiatan Pelatihan**

Kegiatan ini diberikan pada kelompok kader dan kelompok/kelas ibu hamil di 3 desa binaan (Desa BPI, Sidosari dan Sumber Arum) yang berjumlah 32

orang. Peserta diberikan pelatihan secara komprehensif. Materi pelatihan ini dibuat dalam satu buku yang disertai lembar kerja ibu dalam melaksanakan kegiatan dari pelatihan tersebut. Sehingga ibu dapat mereview ulang dengan membaca kembali materi pelatihan pada buku dan melaksanakan kegiatan dengan mengisi lembar kerja pada buku yang sama. Adapun isi dari pelatihan ini adalah tentang:

### **1. Pembinaan Ibu Hamil Trimester 3 (TM3):**

#### **a) Persiapan Laktasi/Menyusui meliputi**

- 1) Pelatihan menyusui menu harian
- 2) Pelatihan pembuatan “Nabeez Kurma” sebagai booster ASI
- 3) Pelatihan stimulasi emosi ibu yakin mampu untuk melahirkan secara normal dan menyusui
- 4) Pelatihan pijat oksitosin dan perawatan payudara sebagai pemicu pengeluaran ASI
- 5) Pelatihan Deteksi penyulit laktasi dan cara mengatasi penyulit laktasi
- 6) Pelatihan teknik menyusui yang baik dan benar
- 7) Pelatihan pembuatan apotek keluarga sebagai sumber menu ibu hamil, menyusui dan menu MPASI

#### **b) Persiapan persalinan**

- 1) Pelatihan pijat perineum untuk mencegah ruptur/robekan perineum (jalan lahir)
- 2) Pelatihan pembuatan menu persiapan persalinan
- 3) Pelatihan teknik manajemen nyeri persalinan
- 4) Pelatihan teknik mengejan yang benar dan efektif
- 5) Pelatihan teknik inisiasi menyusui dini (IMD)

- 6) Pelatihan teknik mempercepat proses involusi dan mencegah perdarahan
2. Pembinaan Ibu Masa Nifas
  - a) Pelatihan menyusun menu ibu nifas dan menyusui dengan memanfaatkan apotek keluarga
  - b) Pelatihan senam nifas
  - c) Pelatihan perawatan luka perineum dengan air rebusan asam kandis
  - d) Perawatan tali pusat
3. Pembinaan Persiapan MPASI
  - a) Pelatihan memilih bahan makanan bergizi untuk MPASI
  - b) Pelatihan menyusun menu MPASI berdasarkan usia bayi
  - c) Pelatihan mengolah dan menyiapkan menu MPASI
  - d)

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian diawali dengan pengurusan surat perizinan. Kami sebagai TIM PKM Akademi kesehatan sapta Bakti Bengkulu sebelum melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlebih dahulu meminta izin kepada kepala desa dan bidan Desa dengan tujuan legalitas dari kegiatan ini. Awalnya sebelum kegiatan penyuluhan, pelatihan, praktik dan pendampingan terlebih dahulu dilakukan survey terhadap sasaran yang akan mendapatkan Program PKM ini. Hasil survey menunjukkan Kelompok kader dan ibu hamil yang tergabung dalam kelas ibu hamil yang layak mendapatkan pengabdian adalah tiga desa Binaan Akademi Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu di Desa Sidosari, Sumber arum dan BP 1 kecamatan Sukaraja kabupaten Seluma.

Kelompok kader di tiga desa binaan memiliki permasalahan yaitu pertama Ibu bidan, puskesmas serta akademi mahasiswa dan dosen akademi kesehatan Sapta Bakti selama beberapa tahun. Tetapi peningkatan pengetahuan tersebut tidak membawa dampak bermakna perubahan perilaku dalam upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif dan kemandirian

ibu hamil, ibu menyusui dan ibu nifas. Kedua Ibu bersalin mengalami ruptur perenium atau robekan jalan lahir, dan mengeluh nyeri pada daerah luka jahitan, cemas dan takut BAB dan BAK, belum bisa melakukan perawatan luka perenium sehingga mengalami infeksi. Ketiga Puskesmas, Bidan dan kader ingin meningkatkan cakupan ASI eksklusif namun belum tahu strategi mana yang harus digalakkan untuk mencapai cakupan program ASI eksklusif. Hal ini alasan yang kami gunakan dalam memilih tempat pengabdian selain itu tiga desa tersebut sudah menjadi wilayah binaan Akademi kesehatan sapta Bakti Bengkulu yang didasari oleh MoU dengan Kabupaten Seluma bahwa tiga Desa tersebut dijadikan sebagai laboratorium Kesehatan Masyarakat Akademi Kesehatan sapta Bakti Bengkulu selama 5 tahun.

Sebelum melakukan kegiatan PKM berupa penyuluhan, Pelatihan, praktik, pendampingan dan Pengawasan kami terlebih dahulu mendatangi kepala Desa, Bidan desa dan Ketua Kader untuk mengkoordinasikan jadwal pelaksanaan dan kegiatan pengabdian ini agar nanti kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Tanggapan mereka tentang kegiatan pengabdian PKM ini sangat baik dengan alasan kegiatan ini akan mendatangkan manfaat berupa ilmu dan keterampilan terutama tentang Kesehatan Ibu hamil, bersalin, Nifas, Bayi baru lahir, dan peningkatan cakupan ASI eksklusif.

Kegiatan pembinaan ibu hamil Trimester III, persiapan ibu nifas, persiapan MPASI. Kegiatan pembinaan ini dimulai dari Desa Sidosari karena Jaraknya yang Paling jauh sedangkan untuk di Desa BP1 dan Sumber Arum belum dilakukan karena jaraknya lebih dekat dan kedua Desa tersebut berdekatan, dalam kegiatan ini terdiri dari pembinaan, pelatihan persiapan laktasi dan persiapan persalinan diberikan kepada kelompok kader dan ibu hamil sebanyak 25 orang. Sasaran Melebihi target karena antusiasme dari warga masyarakat dan kader. Media

yang digunakan dalam paket pembinaan ini adalah LCD, Modul Ibu Indi, dan panthom, serta alat peraga.

Dalam kegiatan pembinaan ini di dalamnya terdapat kegiatan pelatihan dan praktik serta demonstrasi langsung menyusun menu harian, praktik membuat nabeez kurma sebagai booster ASI, pelatihan stimulasi emosi ibu yakin mampu melahirkan secara normal, praktik pijat oksitosin dan cara mengatasi penyulit laktasi., praktik teknik menyusui yang baik dan benar. Pelatihan dan demonstrasi pijat perenium, pelatihan pembuatan menu persiapan persalinan, tehknik mengejan yang benar dan efektif, teknik IMD, mempercepat involusi dan mencegah perdarahan. Pelatihan senam nifas, perawatan luka perenium dan menyusun menu.

Sebelum kegiatan praktik terlebih dahulu peserta diberi pembekalan berupa pengarahan untuk memandu pelaksanaan kegiatan praktik. Semua dilakukan agar mendapatkan hasil pelaksanaan praktik yang teratur dan tercapai targetnya. Peserta dibekali dengan modul Ibu Indi yang berisi materi pembinaan. Kondisi peserta saat pelatihan dan praktik ini terlihat antusias dan semangat yang tinggi. Hal ini terlihat dari kedatangan peserta ke lokasi tepat waktu, kader dan ibu ibu hamil melontarkan berbagai pertanyaan sampai terkadang lupa waktu bahkan meminta waktu tambahan untuk berdiskusi dan bertanya. Hal ini yang membuat tim pengabdian bersemangat dalam memberikan pengabdian. Dan ingin kegiatan ini sering dilakukan.

Pelaksanaan kegiatan pendampingan, pelatihan, penyuluhan dan praktik dilaksanakan pada hari Selasa pukul 14.00-17.00 WIB sesuai dengan kesepakatan dengan peserta. Semua kegiatan pendampingan, pelatihan dan praktik berjalan dengan lancar. Kegiatan praktik dilakukan dengan mengharuskan semua peserta mencoba praktik dari pembuatan Nabeez kurma, pijat oksitosin, teknik menyusui yang baik dan benar,

menyusun menu, IMD, teknik mengejan, pijat perenium perawatan tali pusat, persiapan laktasi.

Berikut ini doumentasi kegiatan pengabdian:



Pelatihan (penyuluhan) dan Praktik persiapan persalinan manajemen nyeri persalinan



Praktik Pijat oksitosin dan Perawatan luka perawatan tali pusat



Praktik Pijat oksitosin ,  
Praktik menyusui dan Pembuatan Nabezz

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat sudah dilakukan. Kepala Desa, Bidan Desa, Ketua Kader serta anggota dan kelompok ibu hamil menyambut baik kegiatan PKM, Pelaksanaan program PKM di Desa Sidosari pada kelompok kader dan ibu hamil berjalan baik, hal ini ditunjukkan sikap antusiasme dan rasa ingin tahu kader dan ibu hamil dalam kegiatan ini. Kegiatan PKM berupa pelatihan, penyuluhan, pendampingan, praktik menyusun menu harian, pembuatan Nabezz kurma, stimulasi emosi, pijat oksitosin, pijat perenium, teknik manajemen nyeri, IMD, involusi, senam nifas berjalan lancar. Kader dan ibu hamil menginginkan kegiatan semacam ini untuk tahun berikutnya agar derajat kesehatan masyarakat khususnya kesehatan ibu dan anak meningkat.

Kelompok sasaran bertambah wawasan dan ketrampilan menjadi ibu mandiri dalam masa hamil, menjelang persalinan, saat persalinan, masa nifas, menyusui dan memberi makan pendamping ASI Kelompok sasaran menjadi ibu hamil yang sehat dengan menjaga gizi dan aktivitas, menjadi ibu hamil yang siap dengan persalinan normal,

ibu hamil yang siap untuk melakukan inisiasi dini dan memberikan ASI eksklusif bagi bayinya, ibu yang siap dalam masa nifas serta memberikan MPASI pada anaknya. Kelompok sasaran memiliki wawasan dan ketrampilan untuk memberikan contoh dan memotivasi calon ibu lainnya untuk menjadi ibu mandiri.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi dalam hal ini sebagai pemberi dana atas terlaksananya PKM-M ini. Dan ucapan terimakasih juga kamiaturkan kepada Akademi Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu yang telah mendukung kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Profil. Desa Sidosari. Tahun 2018  
 Profil Desa BP 1. Tahun 2018  
 Profil Desa Sumber Arum. Tahun 2018  
 Inong S, Mudasir, Hasballah. 2017. *Faktor budayadalam perawatan ibu nifas*. Jurnal Ilmu Keperawatan.36-49.  
 Suryawati C. 2007. *Faktor Sosial Budaya dalam Praktik Perawatan Kehamilan, Persalinan,dan Pasca Persalinan*. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia 2, 21-31  
 Aprillia, Y. 2010. *Analisis Sosialisasi Program Inisiasi Menyusu Dini Dan Asi Eksklusif Kepada Bidan Di Kabupaten Klaten*. Magister, Universitas Dioneoro  
 Semenic, S., Loiselle, C. & Gottlieb, L. 2008. Predictors of the Duration of Exclusive Breastfeeding among First-Time Mothers. *Research in Nursing & Health*, 31, 428-441  
 Woods, A., Dykes, F. & Bramwell, R. 2002. An Intervention Study Using a Breastfeeding Positioning and Attachment Tool. *Clinical Effectiveness in Nursing*, 6, 134-142.  
 Oxorn. H., R. Forte. W. 2010. *Ilmu Kebidanan : Patologi & Fisiologi Persalinan*Yogyakarta: C.V Andi Offset.

- Sulistyawati,Ari.2009.*Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada ibu nifas*.Jogjakarta: Andi Offset
- Sumarah. 2008. *Perawatan Ibu Bersalin. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta : Penerbit Fitramaya.
- Jamaan, Taufik. *Seri Ibu Sehat Panduan Praktis Kehamilan Sehat*.2013. Jakarta: Onbloss Creative Mandiri