

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG TEKNIK MENERAN  
YANG BENAR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATU HORPAK  
TAHUN 2021**

Oleh :

<sup>1</sup>Nur Aliyah Rangkuti, <sup>2</sup>Muhammad Ali Sodikin Rangkuti

<sup>1</sup>Dosen Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan

<sup>2</sup>Dosen Stikes Namira Madina Panyabungan

email: [nuraliyahrangkuti88@gmail.com](mailto:nuraliyahrangkuti88@gmail.com)/082366945115

[rangkutidiky@gmail.com](mailto:rangkutidiky@gmail.com)

**ABSTRAK**

Teknik meneran yang benar akan membantu mendukung proses persalinan menjadi lebih optimal. Meneran merupakan reaksi tidak sadar terhadap tekanan bayi pada dasar panggul, rasa tertekan atau gerakan bayi jauh didalam panggul yang menyebabkan keinginan yang tidak tertahan untuk meneran. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar di wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak tahun 2021. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain *deskriptif*. Pupulasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan sebanyak 76 orang. Sampel dalam penelitian ini seluruh ibu hamil yang berada wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan sebanyak 76 orang. Data dianalisis secara univariat dengan melakukan pengukuran terhadap masing-masing jawaban responden, lalu ditampilkan dalam tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar yaitu berpengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 35 orang (46,1%), pengetahuan cukup sebanyak 30 orang (39,5) dan pengetahuan baik sebanyak 11 orang (14,5%). Kesimpulan diperoleh bahwa pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar berada dalam kategori kurang. Diharapkan kepada Puskesmas perlu melakukan penyuluhan kesehatan khususnya tentang teknik meneran yang benar pada ibu hamil

**Kata Kunci : Pengetahuan, Ibu Hamil, Teknik Meneran**

**ABSTRACT**

*The well pushing will be helpful for labor process optimally. The pushing is one unaware reaction toward the baby's push on pelvic basis, here, a feeling of pushing or movement of the baby deep in the pelvis that causes an irresistible urge to push. The aim of this research is to know the description of mother' knowledge about well technique of pushing in public health center area of Batu Horpak in the year 2021. Type of this research is quantitative research with descriptive design. The population is all of the mothers who in pregnant period on public health center area of Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan, they are about 76 people. The sample is all of the mothers in trimester III of the public health center of Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan, and they are about 76 people. The data is analyzed by univariat with measuring the responses from each respondents. Then, it will be showed into table of frequency distribution. The result of the research shows that mother' knowledge with less-knowledge is about 35 people (46.1%), enough-knowledge is about 30 people (39.5%), and good-knowledge is about 11 people (14.5%). The conclusion, the mother' knowledge about well technique of pushing is categorized into less-knowledge. Therefore, it is expected to public health center to give more education especially in having well technique of pushing for mother' pregnant.*

**Keywords : Knowledge, Mother' Pregnant, Pushing Technique**

## 1. PENDAHULUAN

Teknik meneran memiliki kontribusi yang penting pada setiap kala II persalinan. Meneran dan menahan nafas yang berkepanjangan mengakibatkan penurunan tekanan darah ibu, kandungan oksigen darah dan aliran darah placenta, penurunan kadar oksigen yang tersedia untuk janin (hipoksia dan asidosis janin) (Nora, 2013).

Meneran yang tidak terfokus atau meneran yang tidak mempunyai arah tertentu hanya memberikan sedikit kemajuan dalam persalinan. Meneran seperti ini terjadi ketika mata terpejam kuat-kuat dan berteriak terus menerus. Jika meneran dengan membuka mata dan mengarahkan pandangannya (usaha menerannya) kearah vagina dan berfikir tentang menekan bayi keluar maka akan menghasilkan kemajuan persalinan tanpa terjadi gawat janin atau robekan perineum yang serius (Nora, 2013).

Menurut WHO (2015) Angka Kematian Ibu (AKI) didunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020), sedangkan angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) adalah 28,2 per1000 kelahiran hidup, 81% diakibatkan karena komplikasi kehamilan, komplikasi kehamilan diakibatkan rendahnya kunjungan ibu hamil (*Antenatal Care*) sehingga komplikasi tersebut tidak terdeteksi secara dini. Menurut WHO mayoritas dari semua kematian neonatal (75%) tersebut terjadi selama minggu pertama kehidupan, dan sekitar 1 juta bayi baru lahir meninggal dalam 24 jam pertama.

Angka Kematian Ibu di Amerika Serikat pada Tahun 2015 meningkat dari 17 pada 2010 menjadi 35,8. Bahkan, ketika angka kematian ibu dipecah untuk melihat ras, tingkat kematian ibu lebih

tinggi untuk perempuan Amerika-Afrika daripada perempuan kulit putih di Texas dan di negara tersebut. Angka kematian ibu di ASEAN tergolong paling tinggi di dunia. WHO memperkirakan sementara total AKI dan AKB di ASEAN sekitar 170 ribu dan 1,3 juta per tahun. Sebanyak 98% dari seluruh AKI dan AKB di kawasan ini terjadi di Indonesia, Bangladesh, Nepal, dan Myanmar (WHO, 2015).

Di Indonesia kematian ibu melahirkan masih merupakan masalah utama dalam bidang kesehatan. Sampai saat ini Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia menempati teratas di Negara-negara ASEAN yaitu sebanyak 305 per 100.000 Kelahiran Hidup (SDKI, 2017). Jumlah AKI di Provinsi Sumatera Utara menurut Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2019 sebanyak 85 per100.000 kelahiran hidup. Jumlah AKI di Kota Padangsidempuan menurut Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan tahun 2017 sebanyak 10 per 100.000 kelahiran hidup.

Sarwono (2011) mengemukakan partus Lama adalah fase laten lebih dari 8 jam, persalinan telah berlangsung 12 jam atau lebih bayi belum lahir. Partus lama rata-rata di dunia menyebabkan kematian ibu sebesar 8 % dan di Indonesia sebesar 9 %. Partus lama disebabkan oleh beberapa faktor yaitu Power: kekuatan his dan mengejan (Inersia uteri, his yang tidak terkoordinasi, kelelahan ibu mengejan, salah pimpinan kala II), Passage: jalan lahir (kelainan bentuk panggul, kesempitan panggul, kelainan jalan lahir lunak) dan Passanger: (kelainan bentuk dan besar janin, kelainan pada letak kepala kelainan letak janin).

Teknik meneran yang benar akan membantu mendukung proses persalinan menjadi lebih optimal. Mengejan merupakan reaksi tidak sadar terhadap tekanan bayi pada dasar panggul, rasa

tertekan atau gerakan bayi jauh didalam panggul yang menyebabkan keinginan yang tidak tertahan untuk mengejan merupakan karakteristik dari keinginan mengejan (Simkin, 2016).

Teknik mengejan yang salah dapat menyebabkan salah satunya persalinan lama atau partus lama, jika terjadi partus lama akan menimbulkan keletihan maternal, oedema, infeksi, perdarahan atonia uteri, rupture uteri, disstres janin, dan kematian ibu dan janin (Siti Nuryanti, 2015). Faktor penyebab teknik mengejan yang salah, salah satunya adalah kurangnya pengetahuan atau sumber informasi tentang teknik mengejan yang benar. Informasi yang diperoleh dari berbagai sumber mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang memperoleh banyak informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang luas (Notoatmodjo, 2012).

Ibu hamil diharapkan memiliki pengetahuan yang baik tentang teknik meneran agar persalinan yang dihadapi berjalan dengan baik. Untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan masyarakat terutama pada ibu hamil, pendidikan kesehatan ibu hamil dapat dilakukan pada waktu pengawasan hamil di puskesmas atau bidan pretek swasta saat pelaksanaan posyandu dan saat diadakannya pertemuan kegiatan dilingkungannya dan saat melakukan kunjungan rumah (Manuaba, 2011).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak pada Bulan November tahun 2021 terhadap 10 responden didapatkan hasil yaitu bahwa 3 orang mengetahui tentang teknik meneran yang benar, dan 7 orang tidak mengetahui tentang teknik meneran yang benar Banyak ibu hamil yang belum mengetahui tentang teknik meneran yang benar. Ibu hamil yang mengetahui bagaimana teknik dan waktu yang tepat untuk meneran pada saat proses persalinan, dapat memperkecil jumlah kematian ibu karena kehamilan, persalinan dan kasus-

kasus obstetri seperti robekan jalan lahir, oedema pada vulva, perdarahan bahkan kehabisan tenaga sebelum waktunya.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Teknik Meneran yang Benar di wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak tahun 2021”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar di wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak tahun 2021.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif*. Desain penelitian ini dengan menggunakan *deskriptif* yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar di wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak tahun 2021.

Penelitian ini akan dilaksanakan wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak. pada bulan September tahun 2021 – bulan Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berada wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan sebanyak 76 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2021 sebanyak 76 ibu hamil. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *total sampling* yaitu seluruh populasi dijadikan sampel.

Prosedur penelitian dimulai dari pengumpulan data yaitu pertama peneliti mengajukan izin penelitian kepada kepala Puskesmas Batu Horpak Kecamatan Tano Tombangan Angkola Kabupaten Tapanuli Selatan., kemudian meminta izin untuk melakukan penelitian kepada responden dan menjelaskan tujuan diadakannya penelitian ini serta meminta persetujuan responden. Seluruh responden menandatangani lembar

*informed consent* sebelum pengisian lembar kuesioner. Peneliti dan asisten peneliti menyebarkan kuisisioner kepada responden. Peneliti dan asisten peneliti mengumpulkan kembali lembar kuisisioner setelah responden selesai mengisi. Peneliti memeriksa kelengkapan kuisisioner yang telah diserahkan dan meminta responden melengkapi apabila ada jawaban kuisisioner yang belum lengkap dan mengumpulkannya kembali. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan bantuan komputer melalui tahapan *editing, coding, dan tabulating*.

### 3. HASIL PENELITIAN

#### Karakteristik Sampel

Karakteristik responden	F	%
<b>Usia</b>		
< 20 tahun	15	19.7
20-35 tahun	33	43.4
>35 tahun	28	36.9
<b>Pendidikan</b>		
Tidak Tamat SD	6	7.9
SD	20	26.3
SMP	26	34.2
SMA	18	23.7
Perguruan Tinggi	6	7.9
<b>Pekerjaan</b>		
Petani	38	50,0
Pedagang	12	15.8
IRT	20	26.3
PNS	6	7.9
<b>Paritas</b>		
Primigravida	38	50.0
Skundigravida	31	40.8
Multigravida	7	9.2
<b>Jumlah</b>	<b>76</b>	<b>100</b>

Tabel 1 diketahui bahwa umur responden mayoritas adalah berumur 20-35 tahun yaitu sebanyak 33 orang (43,4%) dan minoritas berumur < 20 tahun sebanyak 15 orang (19,7%). Pendidikan responden

mayoritas SMP yaitu sebanyak 26 orang (34,2%) dan minoritas pendidikan tidak sekolah sebanyak 6 orang (7,9%). Pekerjaan responden mayoritas adalah petani sebanyak 38 orang (50,0%) dan minoritas adalah PNS sebanyak 6 orang (7,9%). Paritas responden mayoritas adalah primigravida sebanyak 38 orang (50,0%) dan minoritas paritas responden adalah multigravida sebanyak 7 orang (9,2%).

**Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Pengetahuan Ibu Hamil tentang Teknik Meneran yang Benar di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak**

Pengetahuan	F	%
Kurang	35	46.0
Cukup	30	39.5
Baik	11	14.5
<b>Jumlah</b>	<b>76</b>	<b>100</b>

Tabel 2 dapat dilihat kategori pengetahuan responden yaitu mayoritas memiliki pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 35 orang (46,0%) dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 11 orang (14,5%).

### 4. PEMBAHASAN

#### Pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar di wilayah kerja puskesmas batu horpak.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 76 responden ditemukan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar yaitu mayoritas memiliki pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 35 orang (46,1%) dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 11 orang (14,5%). Hasil penelitian dilapangan ditemukan bahwa ibu hamil tidak mengetahui tentang Cara meneran yaitu menarik nafas panjang dalam beberapa kali saat kontraksi terjadi lalu menghemuskan nafas secara perlahan (51,3%).

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behaviour) (Wawan dan Dewi, 2011).

Adanya pengetahuan akan menimbulkan kesadaran seseorang yang akhirnya memicunya untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya tersebut. Semakin baik pengetahuan seseorang tentang suatu objek maka akan semakin tinggi kesadarannya untuk melakukan tindakan yang sesuai dengan pengetahuannya tersebut (Notoatmodjo, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zega (2020) menemukan bahwa ibu yang berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (53,3%), cukup 9 responden (30,0%), dan minoritas baik sebanyak 5 responden (16,7%) terhadap tehnik meneran.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Siti (2015) menemukan bahwa hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa gambaran pengetahuan ibu hamil trimester III tentang teknik mengejan yang benar di Puskesmas Jetis II Bantul dari 52 responden diperoleh data, bahwa sebagian besar memiliki pengetahuan dengan kategori cukup yaitu sebanyak 31 responden (59,6%), sedangkan sebagian kecil memiliki pengetahuan dengan kategori kurang yaitu sebanyak 10 responden (19,2%). Hasil penelitian menemukan sebagian besar responden sudah cukup memahami tentang pengetahuan teknik mengejan yang benar.

Menurut asumsi peneliti pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar dalam kategori kurang yaitu sebanyak 46%. Hal ini disebabkan sebagian besar ibu hamil adalah primigravida atau baru pertama kali hamil. Ibu hamil yang pertama belum mempunyai pengalaman hamil

sebelumnya, sehingga belum pernah merasakan persalinan dan tidak mengerti tentang teknik mengejan yang benar. Selain itu kurangnya informasi yang didapatkan oleh ibu hamil tentang teknik meneran yang benar juga menyebabkan pengetahuan ibu berada dalam kategori kurang.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Karakteristik responden mayoritas umur responden 20-35 tahun (43,4%), pendidikan SMP (34,2%), pekerjaan petani (50%) dan paritas primigravida (50%).
2. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang teknik meneran yang benar di Wilayah Kerja Puskesmas Batu Horpak mayoritas berpengetahuan kurang (46,1%).

### Saran

1. Bagi responden perlu meningkatkan pengetahuan tentang teknik meneran yang benar untuk persiapan persalinan.
2. Kepada pihak Puskesmas perlu melakukan penyuluhan kesehatan khususnya tentang teknik meneran yang benar pada ibu hamil.

## 6. REFERENSI

- Depkes RI. 2014. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014. [di akses dari <http://www.depkes.go.id>
- Nora Isa TN. 2013. *Pengaruh Program Kelas Ibu Hamil terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang Teknik Meneran*. Jurnal Kesehatan Volume IV Nomor 2, Oktober 2013.
- Notoatmodjo, S 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka.
- SDKI. 2017 *Laporan pendahuluan bidang pusat statistik*. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Kementerian

- Kesehatan.
- Sarwono Prawirohardjo. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Simkin, P, dkk. (2016). *Kehamilan Melahirkan dan Bayi*. Jakarta : ARCAN
- Siti Nuryanti, 2015. *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Teknik Mengejan Yang Benar Di Puskesmas Jetis II Bantul*.
- Sali S. 2019. Angka Kematian Ibu: Faktor Penyebab Dan Upaya Penanganannya. Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI Vol. XI, No.24/II/Puslit/Desember/2019.
- Manuaba, dkk.2011. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Siti Nuryanti, 2015. *Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Tentang Teknik Mengejan Yang Benar Di Puskesmas Jetis II Bantul*.
- Wawan & Dewi M. 2011. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusi*.Cetakan II. Yogyakarta : Nuha Medika.
- World Health Organization. 2015. *Materna Mortality. In: Reproduction Health and Research*, editor. Geneva: World Health Organization.
- Zega D.F. 2020. Hubungan Pengetahuan Ibu Primigravida Dengan Teknik Meneran Yang Benar Pada Saat Bersalinan di Klinik Masdelima Tahun 2020. *Journal Of Midwifery Senior e- ISSN 2621-2627 Volume 4 Nomor 2: Mei 2021*.