

PENYULUHAN TANDA BAHAYA KEHAMILAN TRIMESTER I DI KELURAHAN PULUTAN KOTA SALATIGA

Ana Mufidaturrosida, Silviana Elfan Nicky Matrasari

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ar-Rum

mufidaana@gmail.com/081235190249

ABSTRAK

Kehamilan dapat menghadirkan tantangan atau komplikasi pada tahap apa pun. Sekarang secara luas diakui bahwa setiap tahap kehamilan menimbulkan risiko bagi ibu. Organisasi Kesehatan Dunia memperkirakan bahwa sekitar 15% dari semua wanita hamil akan mengalami komplikasi yang terkait dengan kehamilan mereka, yang mungkin mengancam jiwa. Penyuluhan ini bertujuan untuk menginformasikan kepada ibu hamil di Desa Pulutan, Kota Salatiga, tentang indikasi peringatan kehamilan selama trimester I dan untuk mendorong konsultasi segera dengan profesional kesehatan jika indikator tersebut terjadi. Penyuluhan tentang tanda-tanda bahaya kehamilan selama trimester I dilakukan untuk ibu hamil di Desa Pulutan, Kota Salatiga. Kelompok penyuluhan terdiri dari 10 wanita hamil. Penyuluhan dilakukan melalui ceramah dan format tanya jawab, memanfaatkan presentasi PowerPoint dan pamflet. Sesi penyuluhan mengenai tanda-tanda risiko kehamilan diterima dengan baik; ibu hamil diberitahu tentang tanda-tanda peringatan selama trimester I.

Kata kunci : Tanda bahaya, kehamilan, trimester I

ABSTRACT

Pregnancy may present challenges or complications at any stage. It is now widely acknowledged that every stage of pregnancy poses risks for the mother. The World Health Organisation estimates that approximately 15% of all pregnant women will experience complications associated with their pregnancy, which may be life-threatening. This counselling aims to inform pregnant women in Pulutan Village, Salatiga City, about the warning indications of pregnancy during the first trimester and to encourage prompt consultation with a health professional if such indicators occur. The counselling on the danger signs of pregnancy during the first trimester was conducted for pregnant women in Pulutan Village, Salatiga City. The counselling cohort consisted of 10 pregnant women. The counselling was conducted through lectures and a question-and-answer format, utilising PowerPoint presentations and pamphlet. The counselling session regarding the risk signals of pregnancy was well accepted; expectant ladies were informed about the warning signs during the first trimester.

Keywords : Danger signs, pregnancy, first trimester

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu proses yang terjadi antara pertemuan sel sperma dan ovum di dalam indung telur (ovarium) atau yang disebut dengan konsepsi hingga tumbuh menjadi zigot lalu menempel di dinding rahim, pembentukan plasenta, hingga hasil konsepsi matang dan berkembang hingga janin lahir. Lamanya kehamilan normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari), dihitung dari hari pertama menstruasi

terakhir. Kehamilan dapat menimbulkan komplikasi pada setiap tahapnya. Kini telah diakui secara luas bahwa setiap tahap kehamilan memiliki risiko bagi ibu. WHO (*World Health Organization*) memperkirakan sekitar 15% ibu hamil akan mengalami masalah yang dapat menimbulkan risiko yang mengancam jiwa (Wahyuningsih, 2023). WHO menyebutkan bahwa kematian ibu terjadi sekitar setiap dua menit pada tahun 2020. Sekitar 800 ibu meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan dan

persalinan yang dapat dicegah pada tahun itu. Sistem Notifikasi Kematian Ibu dan Perinatal (MPDN) Kementerian Kesehatan Indonesia melaporkan 4.005 kematian ibu pada tahun 2022 dan 4.129 pada tahun 2023. Keterlambatan identifikasi keadaan darurat pada ibu dan bayi masih menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap kematian ibu. Hal ini dapat dikurangi dengan pemeriksaan prenatal rutin (Kemenkes RI, 2024).

Ibu hamil mengalami berbagai perubahan fisiologis dan dapat menunjukkan indikator potensi bahaya setiap saat. Tantangan yang dihadapi meliputi pendarahan vagina yang membahayakan janin dan ibu hamil, serta muntah terus-menerus yang menyebabkan kelemahan fisik dan nafsu makan berkurang drastis, disertai menggigil hebat dan suhu tubuh meningkat (Devi, 2022).

Indikator potensi bahaya selama kehamilan atau fase antenatal disebut sebagai indikasi bahaya dalam kehamilan. Kegagalan memperhatikan indikator ini dapat mengakibatkan kematian ibu. Perdarahan vagina, cephalalgia hebat, gangguan penglihatan, edema wajah dan tangan, ketidaknyamanan perut akut, aktivitas janin berkurang atau tidak ada, demam, mual hebat, muntah, dan keputihan tiba-tiba merupakan indikasi kemungkinan komplikasi kehamilan (Efrizal, 2021).

Indikator komplikasi potensial selama trimester pertama kehamilan meliputi pendarahan vagina (menunjukkan aborsi, kehamilan ektopik, atau mola hidatidosa), mual dan muntah parah (hiperemesis gravidarum), hipertensi gestasional, dan nyeri perut bagian bawah (Sitawati dkk, 2023).

Abortus merupakan kondisi dimana ibu hamil mengalami keguguran dalam kandungan sebelum usia kehamilan lebih dari 20 minggu. Abortus dibagi menjadi beberapa, yaitu abortus imminens, abortus insipiens, abortus inkomplet, abortus komplet, dan abortus berulang (Sebtalesty, 2021).

Selama trimester pertama, beberapa wanita hamil mengalami mual dan muntah yang parah. Mereka mungkin sering sakit dan tidak dapat mengonsumsi makanan atau minuman, yang dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari mereka. Hiperemesis gravidarum (mual dan muntah hebat) dapat diatasi

melalui beberapa tindakan pencegahan. Konsumsi makanan yang rendah lemak dan tinggi protein, hindari makanan panas dan berminyak, cukupi kebutuhan cairan tubuh untuk mencegah dehidrasi akibat muntah, dan tingkatkan waktu tidur untuk meredakan stres (Kholifah, 2020).

Hipertensi pada kehamilan ditandai dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg atau tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi yang berhubungan dengan kehamilan dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk. Yang pertama adalah hipertensi selama kehamilan. Hipertensi ini adalah jenis yang paling ringan, biasanya muncul setelah 20 minggu pertumbuhan, tanpa melacak protein apa pun dalam urin. Preeklampsia adalah yang kedua. Dibandingkan dengan hipertensi gestasional, preeklampsia adalah bentuk yang lebih parah. Tekanan darah tinggi dan adanya protein dalam urin adalah ciri khas preeklampsia. Eklampsia adalah yang ketiga. Bentuk hipertensi kehamilan yang paling parah adalah eklampsia. Adanya hipertensi, adanya protein pada pemeriksaan urin, dan terjadinya kejang merupakan gejala eklampsia. Kondisi empat adalah hipertensi persisten, yang diperburuk oleh kehamilan (Sembiring, 2022).

Ibu hamil di Kelurahan Pulutan, Kota Salatiga, agar mengetahui indikator bahaya kehamilan pada trimester pertama dan segera memeriksakan diri ke dokter jika mengalaminya.

2. METODE PELAKSANAAN

Di Desa Pulutan, Kota Salatiga, 10 ibu hamil trimester pertama mendapatkan penyuluhan tanda bahaya kehamilan. Penyuluhan kesehatan tentang tanda bahaya kehamilan pada trimester pertama ditujukan untuk membantu ibu hamil mengenali tanda bahaya dan mencari pertolongan medis.

Media PowerPoint dan pamflet digunakan untuk penyuluhan dan tanya jawab. Peserta penyuluhan dapat mengajukan pertanyaan dan menyampaikan keluhan tentang materi penyuluhan. Dalam hal terjadi komplikasi pada ibu hamil terkait materi, yaitu tanda bahaya kehamilan trimester I, kami bekerja sama dengan bidan di wilayah Pulutan untuk memberikan penanganan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang tanda-tanda risiko kehamilan kepada sepuluh ibu hamil di Kelurahan Pulutan, Kota Salatiga berjalan dengan baik. Peserta penyuluhan terlibat aktif dalam penyuluhan dengan menyimak dan bertanya tentang materi yang disampaikan. Evaluasi dilakukan dengan mengajukan pertanyaan tentang materi kepada peserta penyuluhan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta penyuluhan menyadari tanda-tanda bahaya kehamilan pada trimester I dan siap untuk segera menghubungi tenaga kesehatan apabila tanda-tanda tersebut muncul.

Pendidikan kesehatan berdampak pada pengetahuan tanda bahaya kehamilan trimester pertama. Tenaga kesehatan mendorong ibu hamil untuk belajar melalui program kehamilan dan pendidikan kesehatan lainnya. Kesadaran akan gejala bahaya kehamilan membantu ibu hamil memahami bahwa gejala tersebut dapat membahayakan ibu dan janin (Bahriah, 2023).

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang risiko kehamilan. Bagi ibu untuk mengambil langkah pencegahan dini saat gejala bahaya kehamilan muncul (Wati, 2023).

Kesadaran menyeluruh di kalangan ibu hamil mengenai gejala-gejala peringatan kehamilan membantu mengurangi risiko-risiko terkait. Jika ibu hamil memiliki pengetahuan yang memadai, langkah-langkah untuk mengurangi risiko kehamilan dapat dilaksanakan (Nirwana, 2023).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Sesi penyuluhan mengenai tanda-tanda awal kehamilan disambut positif oleh para calon ibu di Kelurahan Pulutan, Kota Salatiga. Para ibu hamil menyadari adanya tanda-tanda peringatan pada trimester pertama dan siap untuk segera menghubungi tenaga kesehatan jika tanda-tanda tersebut muncul.

Sesi penyuluhan kesehatan mengenai tanda-tanda peringatan kehamilan pada trimester pertama di Kelurahan Pulutan, Kota Salatiga, dapat dilakukan secara berkala dan sebaiknya melibatkan ibu hamil dan keluarganya.

5. REFERENSI

- Bahriah, Y., & Mardalena. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tanda Bahaya Kehamilan pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Ilmu Kesehatan Budi Mulia*, 13(1), 24-30.
- Devi, I. (2022). Penyuluhan Tentang Tanda Bahaya pada Kehamilan. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1).
- Efrizal, W. (2021). Asuhan Gizi pada Ibu Hamil dengan Hiperemesis Gravidarum. *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 6(1), 15-27.
- Kemenkes RI. (2024). Utamakan Kesehatan Ibu. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/>
- Kholifah, E., & Juariah, J. (2020). Asuhan Kebidanan Komprehensif pada Ny. U 30 Tahun G3P2A0 di PMB R Kota Bogor (Doktoral dissertation, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung).
- Nirwana, B. S., Nikmah, A. N., Laili, F., Larasati, N. S., & Nggiri, A. S. R. M. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Tanda Bahaya pada Kehamilan terhadap Pengetahuan Pencegahan Resiko Kehamilan. *Jurnal Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan William Booth*, 12(2), 75-79.
- Sebtalesy, C. Y., & Lestari, H. E. P. (2021). Hubungan Umur Ibu Hamil dengan Kejadian Abortus di RSUD Kota Madiun. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 6(2), 49-56.
- Sembiring, A., Gultom, L., Siregar, Y., Suswati, S., & Zuraidah, Z. (2022). Pemeriksaan Ante Natal Xare dan Penyuluhan Deteksi Dini Kehamilan Resiko Tinggi pada Ibu Hamil di Desa Kutalimbaru Kecamatan Kutalimbaru Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(11) 4014-4024.
- Sitawati, dkk. (2023). Asuhan Kebidanan pada Kehamilan untuk Ibu dan Generasi Sehat. Jakarta: Nuansa Fajar Cemerlang.

- Wahyuningsih, E. (2023). Pendampingan Ibu Hamil Tanda Bahaya Kehamilan di Puskesmas Trucuk Klaten. *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2).
- Wati, E., Sari, S. A., & Fitri, N. L. (2023). Penerapan Pendidikan Kesehatan tentang Tanda Bahaya Kehamilan untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 226-234.

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

