

---

## **Dari Catin ke Nifas: Pendampingan 7 Sasaran Berbasis Psikologi Perinatal untuk Mewujudkan Kondisi Fisiologis dan Kesejahteraan Ibu di Dusun Joho Sleman**

### ***From Pregnant Women to Postpartum: 7-Goal Perinatal Psychology-Based Assistance to Achieve Physiological Conditions and Maternal Well-Being in Joho Hamlet, Sleman***

**Dwi Ratnaningsih<sup>1\*</sup>, Amalina Tri Susilani<sup>1</sup>, Harpeni Siswatibudi<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Diploma Tiga Kebidanan Politeknik Permata Indonesia Yogyakarta

email: dwi.ratna@permataindonesia.ac.id ,amalina@permataindonesia.ac.id

<sup>2</sup>Diploma Tiga Administrasi Rumah Sakit, Politeknik Kesehatan Permata Indonesia Yogyakarta

email: harpeni@permataindonesia.ac.id

#### **Abstrak**

Kesehatan ibu merupakan indikator penting dalam derajat kesehatan masyarakat, yang mencakup masa prakonsepsi, kehamilan, persalinan, dan nifas. Permasalahan yang sering terjadi adalah kurangnya pendampingan berkelanjutan pada ibu hamil, ibu nifas, dan calon pengantin sehingga berpotensi menimbulkan komplikasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kondisi fisiologis melalui pendampingan komprehensif pada ibu hamil, ibu nifas, dan calon pengantin di Dusun Joho, Condongcatur, Sleman pada tanggal 2–6 Maret 2026. Metode yang digunakan adalah pendampingan langsung melalui edukasi, pemeriksaan, pemantauan, dan konseling. Sasaran kegiatan berjumlah 7 orang, terdiri dari 5 ibu hamil, 1 ibu nifas, dan 1 calon pengantin. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh ibu hamil berada dalam kondisi kehamilan fisiologis, ibu nifas dalam kondisi fisiologis, serta calon pengantin memiliki kesiapan yang baik. Pendampingan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan maternal secara berkelanjutan. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara rutin dengan cakupan sasaran yang lebih luas.

**Kata Kunci:** pendampingan; ibu hamil; ibu nifas; calon pengantin; fisiologis

#### **Abstract**

*Maternal health is an important indicator of public health status, covering preconception, pregnancy, childbirth, and postpartum periods. A common issue is the lack of continuous assistance for pregnant women, postpartum mothers, and pre-marital couples, which may lead to complications. This community service activity aimed to improve physiological conditions through comprehensive assistance for pregnant women, postpartum mothers, and pre-marital couples in Joho Hamlet, Condongcatur, Sleman, on March 2–6, 2026. The method used was direct assistance through education, examination, monitoring, and counseling. The targets consisted of 7 individuals: 5 pregnant women, 1 postpartum mother, and 1 pre-marital couple. The results showed that all pregnant women had physiological pregnancies, the postpartum mother was in a physiological condition, and the pre-marital couple demonstrated good readiness. This assistance proved effective in improving sustainable maternal health. It is recommended that similar activities be conducted regularly with broader coverage.*

**Keywords:** assistance; pregnant women; postpartum; pre-marital; physiological

## PENDAHULUAN

Kesehatan ibu dan anak merupakan salah satu indikator utama dalam pembangunan kesehatan masyarakat yang mencerminkan kualitas pelayanan kesehatan secara menyeluruh. Upaya peningkatan kesehatan ibu tidak hanya difokuskan pada masa kehamilan, tetapi juga harus dimulai sejak masa prakonsepsi hingga periode nifas sebagai suatu kesinambungan pelayanan (*continuum of care*) (Kemenkes RI, 2023). Pendekatan ini bertujuan untuk menurunkan risiko komplikasi serta meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan bayi secara optimal. Calon pengantin (*catin*) merupakan kelompok strategis dalam intervensi kesehatan reproduksi karena berada pada fase awal sebelum terjadinya kehamilan. Edukasi dan pendampingan pada masa prakonsepsi terbukti mampu meningkatkan kesiapan fisik, mental, dan sosial dalam menghadapi kehamilan serta menurunkan risiko komplikasi selama masa kehamilan dan persalinan (Kemenkes RI, 2024). Namun demikian, masih terdapat keterbatasan pengetahuan dan akses informasi kesehatan reproduksi di masyarakat yang menjadi tantangan dalam mewujudkan kehamilan yang sehat. Pendampingan pada ibu hamil

merupakan salah satu bentuk intervensi yang efektif dalam meningkatkan kepatuhan terhadap pelayanan antenatal care (ANC), mendeteksi dini faktor risiko, serta memberikan dukungan psikologis selama kehamilan (Sari & handayani, 2024). Selain itu, pendampingan pada masa nifas juga sangat penting untuk memastikan proses pemulihan berjalan normal serta mencegah terjadinya komplikasi pasca persalinan (Titaley *et al.*, 2021). Kurangnya pemantauan pada masa nifas seringkali menjadi faktor risiko terjadinya masalah kesehatan ibu. Pendekatan pendampingan berbasis komunitas yang melibatkan ibu hamil, ibu nifas, dan calon pengantin secara terintegrasi dapat menjadi solusi dalam meningkatkan derajat kesehatan reproduksi masyarakat. Model pendampingan ini tidak hanya berfokus pada aspek kuratif, tetapi juga promotif dan preventif melalui edukasi, konseling, dan pemantauan berkelanjutan (WHO, 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut, dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendampingan pada 7 sasaran yang terdiri dari 5 ibu hamil, 1 ibu nifas, dan 1 calon pengantin di Dusun Joho, Condongcatur, Sleman pada tanggal 2–6 Maret 2026. Kegiatan ini bertujuan untuk mewujudkan kondisi

fisiologis pada setiap sasaran melalui pendekatan pendampingan berkelanjutan dari masa prakonsepsi hingga nifas.

### **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif yang melibatkan sasaran secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, kemandirian, serta kesiapan sasaran dalam menjaga kesehatan reproduksi secara optimal.

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 2–6 Maret 2026 di Dusun Joho, Condongcatur, Sleman dengan jumlah sasaran sebanyak 7 orang yang terdiri dari 5 ibu hamil, 1 ibu nifas, dan 1 calon pengantin. Metode pelaksanaan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

Tahap pertama adalah **assessment (pengkajian awal)**, yaitu melakukan identifikasi terhadap sasaran melalui wawancara dan observasi langsung. Pengkajian ini meliputi kondisi kesehatan umum, riwayat kehamilan, status kesehatan ibu nifas, serta kesiapan calon pengantin dalam menghadapi kehamilan. Tahap ini bertujuan untuk mengetahui kebutuhan spesifik masing-masing sasaran sehingga intervensi

yang diberikan dapat tepat sasaran.

Tahap kedua adalah **perencanaan**, yaitu penyusunan rencana kegiatan berdasarkan hasil assessment. Pada tahap ini disusun materi edukasi, metode penyampaian, serta strategi pendampingan yang meliputi edukasi kesehatan reproduksi, perawatan kehamilan, perawatan nifas, serta persiapan kehamilan bagi calon pengantin. Selain itu, disiapkan juga alat bantu edukasi seperti leaflet dan media komunikasi sederhana.

Tahap ketiga adalah **pelaksanaan kegiatan**, yang dilakukan melalui beberapa bentuk intervensi, yaitu:

1. **Edukasi kesehatan**, meliputi penyuluhan mengenai kehamilan sehat, tanda bahaya kehamilan, perawatan masa nifas, serta persiapan prakonsepsi.
2. **Konseling**, dilakukan secara individual untuk memberikan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi oleh masing-masing sasaran.
3. **Pemeriksaan sederhana dan pemantauan**, seperti pemantauan kondisi umum ibu hamil dan nifas, serta observasi kesiapan calon pengantin. Pemantauan dilakukan secara berkala selama kegiatan

berlangsung.

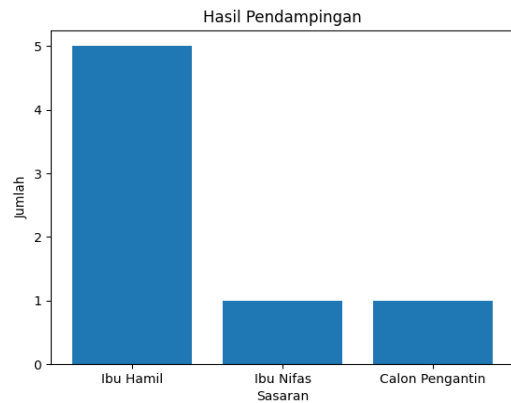
Tahap terakhir adalah **evaluasi**, yaitu penilaian terhadap hasil kegiatan yang dilakukan melalui observasi kondisi sasaran serta peningkatan pemahaman setelah diberikan pendampingan. Evaluasi difokuskan pada tercapainya kondisi fisiologis pada ibu hamil dan ibu nifas, serta kesiapan calon pengantin dalam menghadapi kehamilan.

Melalui tahapan tersebut, diharapkan kegiatan pendampingan dapat berjalan secara sistematis dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan ibu dan kesiapan reproduksi masyarakat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Kegiatan pendampingan yang dilaksanakan pada tanggal 2–6 Maret 2026 di Dusun Joho, Condongcatur, Sleman melibatkan 7 sasaran yang terdiri dari 5 ibu hamil, 1 ibu nifas, dan 1 calon pengantin. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh sasaran berhasil didampingi dengan baik dan mencapai kondisi fisiologis.



### PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan pendampingan secara langsung dan berkelanjutan memberikan dampak positif terhadap kondisi kesehatan ibu dan kesiapan reproduksi. Seluruh ibu hamil yang didampingi berada dalam kondisi fisiologis, yang menunjukkan bahwa edukasi dan pemantauan yang dilakukan mampu membantu ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Pendampingan pada ibu hamil terbukti meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC) serta kemampuan dalam mengenali tanda bahaya kehamilan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa pendampingan dapat meningkatkan kepatuhan ibu dalam menjaga kesehatan kehamilan dan menurunkan risiko komplikasi.

Pada ibu nifas, hasil menunjukkan kondisi fisiologis tanpa komplikasi. Hal ini menunjukkan bahwa pemantauan dan

edukasi terkait perawatan masa nifas sangat penting dalam mendukung proses pemulihan ibu setelah persalinan. Pendampingan juga membantu ibu dalam memahami tanda bahaya nifas sehingga dapat dilakukan deteksi dini.

Sementara itu, pada calon pengantin, pendampingan memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesiapan menghadapi kehamilan. Edukasi prakonsepsi berperan penting dalam mempersiapkan kondisi fisik dan mental sebelum memasuki masa kehamilan.

Secara keseluruhan, pendekatan pendampingan dari masa prakonsepsi hingga nifas terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan reproduksi. Pendampingan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membangun hubungan interpersonal yang mendukung perubahan perilaku kesehatan secara berkelanjutan.

Namun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan yaitu jumlah sasaran yang masih terbatas dan waktu pelaksanaan yang relatif singkat. Oleh karena itu, diperlukan keberlanjutan program serta keterlibatan tenaga kesehatan dan kader untuk memperluas jangkauan pendampingan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pendampingan pada ibu

hamil, ibu nifas, dan calon pengantin di Dusun Joho, Condongcatur, Sleman yang dilaksanakan pada tanggal 2–6 Maret 2026 berjalan dengan baik dan mencapai hasil yang optimal. Seluruh sasaran yang terdiri dari 5 ibu hamil, 1 ibu nifas, dan 1 calon pengantin berhasil didampingi dengan luaran kondisi fisiologis. Pendampingan yang dilakukan melalui edukasi, konseling, serta pemantauan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kesiapan, dan kesadaran sasaran terhadap kesehatan reproduksi. Selain itu, pendekatan berkelanjutan dari masa prakonsepsi hingga nifas mampu mendukung tercapainya kesehatan ibu secara menyeluruh.



Disarankan agar kegiatan pendampingan seperti ini dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dan diperluas cakupannya dengan melibatkan lebih banyak sasaran. Tenaga kesehatan diharapkan dapat

mengintegrasikan program pendampingan ini ke dalam pelayanan rutin di masyarakat. Selain itu, keterlibatan keluarga dan kader kesehatan perlu ditingkatkan guna mendukung keberhasilan program serta menjaga keberlanjutan hasil yang telah dicapai. Penelitian atau kegiatan selanjutnya juga disarankan untuk dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang agar dapat mengukur dampak pendampingan secara lebih komprehensif.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada perangkat Dusun Joho, Condongcatu, Sleman yang telah memberikan izin dan fasilitasi selama kegiatan berlangsung. Terima kasih juga kepada kader kesehatan serta seluruh sasaran kegiatan, yaitu ibu hamil, ibu nifas, dan calon pengantin yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pendampingan ini. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada institusi pendidikan yang telah memberikan dukungan baik secara moral maupun akademik sehingga kegiatan ini dapat terlaksana

dengan baik. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat bagi masyarakat dan menjadi kontribusi dalam peningkatan kesehatan ibu dan anak.

### DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman pelayanan kesehatan masa sebelum hamil (prakonsepsi)*. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Standar Pelayanan Minimal Bidang Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI; 2024.
- Sari IP, Handayani S. Pendampingan ibu hamil sebagai upaya peningkatan kesehatan maternal di masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2024;12(2):45–52.
- Titaley CR, Dibley MJ, Roberts CL. Factors associated with underutilization of antenatal care services in Indonesia. *BMC Public Health*. 2021;21(1):1–10.
- World Health Organization. *Recommendations on postnatal care of the mother and newborn*. Geneva: WHO; 2022.
- World Health Organization. *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. Geneva: WHO; 2022.