



Sosialisasi Kesehatan Mental Ibu Hamil Masa Pandemi C-19 di UPTD Puskesmas Mabelopura Kota Palu

Nurhaya S Patui¹, Sitti Radhiah*¹, Elvaria Mantao¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Tadulako

Author's Email Correspondence (*): Sitiradhiah@gmail.com
(085825021871)

Abstrak

Pada masa remaja, hormon cenderung diproduksi dalam jumlah relatif besar, bahkan terkadang berlebihan yang mempengaruhi perilaku dan emosi remaja secara berlebihan. Mereka juga sangat tertarik untuk mempelajari perubahan fisik yang terjadi pada tubuh mereka (Hurlock, 1980). Pada remaja berkebutuhan khusus (diffable) juga mengalami perubahan fisik dan hormonal seperti yang terjadi pada remaja pada umumnya (Kharisnatika, 2006), namun mereka memiliki keterbatasan intelektual bahkan terkadang fisik dan emosi juga memiliki keterbatasan, maka perlunya bimbingan dan dukungan dari lingkungan sekitar terkait kondisi kesehatan mereka khususnya kesehatan reproduksi (Maunder, 2006; Saadah, 2009). Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk mensosialisasikan Posyandu Remaja pada seluruh lapisan masyarakat remaja termasuk remaja disabilitas di daerah bencana Kota Palu. Manfaat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peserta menjadi mengetahui dan memahami Posyandu Remaja serta manfaatnya dan dapat memanfaatkan Posyandu Remaja demi meningkatkan kesehatan masyarakat di seluruh lapisan masyarakat. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini yaitu 1) metode ceramah, 2) metode visual dan 3) metode games. Peserta dalam kegiatan pengabdian ini adalah remaja termasuk remaja disabilitas di wilayah terdampak bencana Kota Palu yang berjumlah 15 orang. Berdasarkan hasil sosialisasi, remaja memahami dan merasa ingin datang kembali saat pelaksanaan Posyandu Remaja akan dilaksanakan. Timbulnya minat remaja untuk mendatangi Posyandu Remaja dapat membantu remaja memahami masalah terkait kesehatan reproduksi sehingga dapat meningkatkan kesehatan pada generasi muda.

Kata Kunci: Kesehatan Mental; Primigravida; Covid-19

How to Cite:

Patui, N., Radhiah, S., & Mantao, E. (2022). Sosialisasi Kesehatan Mental Ibu Hamil Masa Pandemi C-19 di UPTD Puskesmas Mabelopura Kota Palu. *Jurnal Dedikatif Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 38-43. <https://doi.org/10.22487/dedikatifkesmas.v3i1.559>

Published by:

Tadulako University

Address:

Soekarno Hatta KM 9. Kota Palu, Sulawesi Tengah,
Indonesia.

Phone: +6282131337937

Email: jurnaldedikatifkesmas@gmail.com

Article history:

Received: October 18, 2022

Revised: October 31, 2022

Accepted: October 31, 2022

Available online October 31, 2022

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Abstract

In adolescence, hormones tend to be produced in relatively large amounts, sometimes even excessively, which affects adolescent behavior and emotions excessively. They are also very interested in studying the physical changes that occur in their bodies (Hurlock, 1980). Adolescents with special needs (diffable) also experience physical and hormonal changes as occurs in adolescents in general (Kharisnatika, 2006), but they have intellectual limitations and sometimes even physical and emotional limitations, so the need for guidance and support from the surrounding environment regarding conditions their health, especially reproductive health (Maunder, 2006; Saadah, 2009). The purpose of this service is to socialize the Youth Posyandu to all levels of youth society including youth with disabilities in the Palu City disaster area. The benefit of this community service activity is that participants know and understand the Youth Posyandu and its benefits and can take advantage of the Youth Posyandu to improve public health at all levels of society. The methods used in this service are 1) the lecture method, 2) the visual method and 3) the games method. Participants in this service activity are teenagers, including teenagers with disabilities in the disaster-affected area of Palu City, totaling 15 people. Based on the results of the socialization, adolescents understand and feel like coming back when the implementation of the Youth Posyandu will be carried out. The emergence of youth interest in visiting the Youth Posyandu can help adolescents understand problems related to reproductive health so that they can improve the health of the younger generation.

Keywords: Mental Health; Primigravide; Covid-19

I. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan mental saat ini belum dianggap suatu hal yang penting bahkan belum dianggap sebagai penyakit sebagaimana penyakit fisik lainnya, padahal jika hal tersebut disepelekan maka akan berbahaya bagi kehidupan manusia, data terkait hal tersebut di beberapa negara masih terbatas. Data di Australia menunjukkan depresi kehamilan kurang diakui atau dianggap sebagai hal yang normal (52%), terlebih masih terbatasnya masalah tentang pengetahuan masalah mental kehamilan, masyarakat lebih mengenal depresi *post partum* daripada depresi kehamilan. Data prevalensi anggota keluarga di Indonesia yang mengalami *skizofrenia*, atau psikosis sebesar 7 per 1000 dengan cakupan pengobatan 84,9%. Adapun data pada remaja berusia lebih dari 15 tahun menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional sebesar 9,8%, mengalami peningkatan sebesar 6% pada tahun 2013, data tersebut belum dibedakan menurut golongan tertentu masih terhadap penduduk secara umum. Salah satu kelompok penduduk yang rentan mengalami gangguan mental adalah ibu hamil, karena pada mereka terjadi perubahan fisik dan fungsi hormone yang dapat memicu ketidakstabilan emosi. (Kusumawati and Zulaekah, 2020)

Data dari WHO menunjukkan bahwa gangguan mental depresi secara global pada wanita 4,6% lebih tinggi daripada pria yang hanya 2,6%. Sekitar 10% wanita hamil dan 13% wanita yang baru saja melahirkan di seluruh dunia mengalami gangguan mental terutama depresi. Data ini lebih tinggi di Negara berkembang yakni 15,6% terjadi saat hamil dan 19,8% pada masa nifas. Kondisi kesehatan mental sama dengan

penyakit lainnya karena dapat menjadi parah dan berpengaruh pada aspek lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gangguan emosional ibu berdampak pada bayi antara lain perkembangan janin, kelahiran premature, berat badan lahir rendah (BBLR) serta gangguan emosional anak setelah lahir. (Rahman and Urbayatun, 2021). Gangguan kesehatan mental kehamilan biasanya diawali karena kekhawatiran yang berlebih terhadap keselamatan janin, ancaman kematian dan keterbatasan aktivitas harian atau karena kehamilan yang tidak diinginkan yang dapat memicu terjadinya depresi kehamilan dan persalinan. Penelitian di Negara berpenghasilan rendah diestimasi sebesar 10% hingga 41,2%, dengan prevalensi pada wanita nifas 14% hingga 50%. Data terkini juga menunjukkan bahwa di seluruh dunia wanita hamil mengalami depresi sebanyak 10% dan 13% wanita yang baru saja melahirkan. Data di Indonesia secara umum tanpa pembedaan kelompok tertentu menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan dan depresi sebesar 11,6% dari populasi orang dewasa. (Purwaningsih, n.d.). Hasil Riskesdas, 2018 menunjukkan Sulawesi Tengah sebagai provinsi tertinggi dengan kasus depresi sebesar 12,3%, dengan prevalensi tertinggi depresi pada perempuan (7,4%) lebih tinggi dari pada laki-laki (4,7%), dimana masyarakat yang tidak bekerja memiliki persentase 8,1% lebih tinggi dari pada yang bekerja.

Pasca bencana gempa bumi dan tsunami di Sulawesi Tengah tanggal 28 september 2018, menambah berat kondisi depresi masyarakatnya ditambah dengan adanya pandemic covid-19 dimana masyarakat mengalami pembatasan aktivitas karena kekhawatiran akan resiko penularan penyakit, terlebih pada ibu hamil yang seharusnya secara rutin melakukan kunjungan *ante natal care* (ANC) di fasilitas kesehatan menjadi khawatir untuk melakukan rutinitas tersebut. Saat ini fasilitas kesehatan primer yakni Puskesmas yang telah memiliki layanan konseling kesehatan mental hanya ada 2 dari 13 Puskesmas di Kota Palu, sehingga jangkauan untuk identifikasi adanya gangguan kesehatan mental di sarana kesehatan primer masih sangat terbatas. Hal inilah yang mendorong tim untuk melakukan identifikasi kesehatan mental pada ibu hamil di salah satu Puskesmas yakni Puskesmas Mabelopura Kota Palu.

Rumusan masalah pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah “bagaimana gambaran kesehatan mental pada ibu hamil di UPTD Puskesmas Mabelopura pada masa pandemic C-19.”

II. METODE

Metode yang akan dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian ini meliputi:

1. Penyuluhan terkait materi pentingnya kesehatan mental pada ibu hamil dan bayi yang akan dilahirkannya kelak.
2. Deteksi dini kesehatan mental ibu hamil.

Khalayak sasaran utama kegiatan pengabdian ini adalah ibu hamil yang berdomisili di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mabelopura Kota Palu, selain itu sebagai informasi bagi Bidan di UPTD Puskesmas Mabelopura Kota Palu sebagai sasaran advokasi untuk terus bersemangat mendampingi ibu hamil dalam memeriksakan kesehatannya baik fisik maupun mentalnya agar kelak dapat melahirkan dengan selamat dan sehat serta menjalani perannya sebagai ibu yang bahagia bersama keluarganya.

III. HASIL & PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan Judul “Sosialisasi Kesehatan Mental Ibu Hamil Masa Pandemi Covid-19 Di Uptd Puskesmas Mabelopura Kota Palu ” telah dilaksanakan. Kegiatan dilakukan pada hari Sabtu, 30 Juli 2022 pada pukul 08.30 – selesai. Acara dibuka langsung oleh Ibu Kepala Puseksmas yang di wakili oleh bidan Koordinator Pusekesmas Mabelopura Ibu Nirma Tamara, S.KM., M.Kes dimana sebelumnya kami telah bertemu dan meminta ijin untuk pelaksanaan kegiatan tersebut. Penyuluhan diawal dengan kegiatan perkenalan antar tim PKM dan mahasiswa dari FKM UNTAD dengan peserta dan petugas dari puskesmas yang mendampingi mereka.

Kegiatan penyuluhan diikuti 30 ibu hamil yang berada diwilayah puskesmas Mabelopura kota Palu. Pelaksanaan kegiatan mematuhi protocol kesehatan dimana semua peserta dan tim penyuluh yang hadir pada kegiatan wajib menggunakan masker, semua peserta juga diminta mencuci tangan sebelum masuk ke ruangan.

Pada penyuluhan tentang kesehatan mental ibu hamil kami menegaskan pentingnya menjaga kesehatan mental pada saat hamil. Salah satu cara menjaga kesehatan mental yaitu dengan melakukan konseling dengan petugas kesehatan (bidan). Pada saat kehamilan diperlukan pengawasan atau pemeriksaan secara teratur atau yang lebih dikenal dengan Antenatal Care. Antenatal Care merupakan bagian terpenting dari kehamilan, dengan memeriksakan secara 41 teratur diharapkan dapat mendeteksi lebih dini keadaan-keadaan yang mengandung risiko kehamilan dan atau persalinan,

baik bagi ibu maupun janin. Tujuan konseling dalam antenatal ialah menyiapkan sebaik-baiknya fisik dan mental serta menyelamatkan ibu dan anak dalam kehamilan, persalinan dan masa nifas, sehingga keadaan mereka pada saat post partum sehat dan normal tidak hanya fisik akan tetapi juga mental (Prawirohardjo, 2005).

Konseling dilakukan oleh tenaga kesehatan atau tenaga sosial yang sudah dilatih. Tujuannya adalah: 1) memberi informasi tentang segala hal yang berkaitan dengan keadaan kesehatan klien, meliputi penyebab, gejala, pola penularan, pencegahan penyakit dan lain-lain; 2) memberi dorongan psikologis dan sosial kepada klien dalam menghadapi masalah fisik dan psikologis sehingga pasien dapat menghadapinya secara mandiri; 3) memberi dorongan kepada klien agar menyesuaikan diri dengan keadaannya yang baru, antara lain dengan mengadakan perubahan perilaku.

Pemberian konseling dalam ANC merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan kepada ibu, yaitu dengan membantu memecahkan masalah yang dialami saat itu melalui pengkajian simtoma biologis dan psikologis. Pemberian konseling efektif dalam membantu pembentukan mekanisme koping positif pada ibu sehingga ibu cenderung tidak mengalami depresi. Konseling harus dilakukan oleh seorang tenaga kesehatan yang memiliki pengalaman melakukan konseling lama sehingga lebih mudah untuk menggali permasalahan yang dialami oleh ibu (Kenwa, 2015). Sesi temu wicara atau konseling pada saat pemeriksaan kehamilan penting diberikan, agar ibu hamil mendapatkan informasi dan edukasi terkait perencanaan persalinan, tanda bahaya, dan penanganan komplikasi.

Pada akhir kegiatan penyuluhan peserta dihibau untuk rutin melakukan pelayanan ANC selama masa kehamilannya. Saat menghadapi persalinan ibu primigravida biasanya merasakan kecemasan karena baru pertama kali menghadapi persalinan serta koping ibu hamil yang kurang baik. Konseling dalam ANC merupakan upaya pemberian bantuan pemecahan masalah klien (ibu hamil) melalui wawancara konseling yang dilakukan pada trimester III kehamilan dengan menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok untuk memberikan umpan balik dan pengalaman belajar. Tujuan konseling termasuk sebagai pereda kecemasan, penyembuhan gangguan emosional, pencapaian kebahagiaan dan kepuasan, aktualisasi diri, serta penghapusan koping maladaptif dengan belajar pola-pola tingkah laku adaptif (Novitasari et al., 2013).

Ibu primigravida yang melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur dan mendapatkan

konseling dalam Antenatal care, maka lebih percaya diri dan siap dalam hal masalah ataupun perubahan yang drastis di dalam tubuhnya. Ibu merasa lebih siap dan koping untuk dirinya lebih baik. Konseling adalah metode promosi kesehatan yang bertujuan mendorong perubahan perilaku kearah yang lebih baik (Winarni et al., 2017).

IV. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 30 Juli 2022. Kegiatan penyuluhan diikuti 30 ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Mabelopura kota Palu. Pelaksanaan kegiatan mematuhi protocol kesehatan dimana semua peserta dan tim penyuluh yang hadir pada kegiatan wajib menggunakan masker, semua peserta juga diminta mencuci tangan sebelum masuk ke ruangan. Pada penyuluhan tentang kesehatan mental ibu hamil kami menegaskan pentingnya menjaga kesehatan mental pada saat hamil. Salah satu cara menjaga kesehatan mental yaitu dengan melakukan konseling dengan petugas kesehatan (bidan). Pada akhir kegiatan penyuluhan peserta dihimbau untuk rutin melakukan pelayanan ANC selama masa kehamilannya. Saat menghadapi persalinan ibu primigravida biasanya merasakan kecemasan karena baru pertama kali menghadapi persalinan serta koping ibu hamil yang kurang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Kenwa, P. (2015) Pengaruh Pemberian Konseling Terhadap Depresi Post Partum Di Puskesmas II Dan IV Denpasar Selatan. *COPING (Community of Publishing in Nursing)*, 3 (2).
- Kusumawati, Y., Zulaekah, S., 2020. Pengetahuan Kesehatan Mental Ibu Hamil di Puskesmas Wilayah Kota Surakarta 5.
- Ministry of Health Republic of Indonesia. Riset Kesehatan Dasar 2018 (basic health survey 2018) Report. 2018.
- Novitasari, T. (2013) Keefektivan Konseling Kelompok Pra-persalinan untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Primigravida Menghadapi Persalinan. *Developmental and Clinical Psychology*, 2 (2)
- Prawirohardjo (2005) Ilmu Kandungan, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Purwaningsih, H., n.d. Analisis Masalah Psikologis pada Ibu Hamil Selama Masa Pandemi Covid-19 : Literature Review 7.
- Rahman, A., Urbayatun, S., 2021. Kesehatan Mental Ibu Hamil Sebagai Dampak Pandemi Covid-19 7, 9.
- Winarni, D., Wijayanti, K. & Ngadiyono, N. (2017) Pengaruh Pemberian KIE (Komunikasi Informasi Edukasi) Persiapan Persalinan dan Nifas Terhadap Kejadian Postpartum Blues. *Jurnal Kebidanan*, 6 (14): 1-8.
- World Health Organization. WHO Maternal Health [internet] Mental Health and substance Use. 2018 Available from: <https://www.who.int/teams/mentalhealth-and-substance-use/maternal-mental-health>