

PENINGKATAN KESIAPSIAGAAN IBU HAMIL MELALUI EDUKASI KEHAMILAN NORMAL DI DAERAH PESISIR: Studi Di Pulau Sembilan

**Azuhra Widriyani Panggabean¹, Khairunnisa², Wansyahira³, Ulfa Naswa Pulungan⁴,
Fatimah Az Zahra Lubis⁵, Nofi Susanti⁶**

azuhrawidriyanipanggabean@gmail.co¹, khairunnisak987@gamil.com²,
wansyahiraaja04062018@gmail.com³, ulfanaswapulungan18@gmail.com⁴, rara73341@gmail.com⁵,
nofisusanti@uinsu.ac.id⁶

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRAK

Daerah pesisir sangat rentan terhadap akses terbatas ke layanan kesehatan, termasuk layanan kesehatan ibu. Kondisi ini dapat mempengaruhi kesiapan rendah para ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan persalinan, terutama dalam mengenali tanda bahaya selama kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan serta kesiapan ibu hamil melalui pendidikan kehamilan normal dalam kegiatan Kelas Ibu Hamil di Pulau Sembilan. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan pre-test dan post-test satu kelompok. Subjek penelitian adalah semua ibu hamil yang berpartisipasi dalam kegiatan Kelas Ibu Hamil di Pulau Sembilan pada 22 November 2025, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel total. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang berisi 13 pernyataan yang mencakup pemeriksaan kehamilan, tanda-tanda bahaya selama kehamilan, nutrisi untuk ibu hamil, konsumsi tablet ferro, aktivitas fisik, dan persiapan untuk bersalin. Edukasi diberikan dalam durasi 45 sampai 60 menit. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap positif ibu hamil setelah menerima pendidikan, terlihat dari peningkatan persentase respon yang setuju dan sangat setuju pada hampir semua indikator penilaian. Pendidikan kehamilan normal terbukti efektif dalam meningkatkan kesiapan ibu hamil menghadapi kehamilan dan persalinan, terutama di daerah pesisir yang memiliki layanan kesehatan terbatas.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Edukasi Kehamilan, Kesiapsiagaan, Daerah Pesisir, Kelas Ibu Hamil.

ABSTRACT

Coastal areas are highly vulnerable to limited access to health services, including maternal health services. This condition can affect the low preparedness of pregnant women in facing pregnancy and childbirth, especially in recognising danger signs during pregnancy. This study aims to evaluate the increase in knowledge and preparedness of pregnant women through normal pregnancy education in the Pregnant Women's Class activity on Pulau Sembilan. This study used a pre-experimental design with a pre-test and post-test approach in a single group. The research subjects were all pregnant women who participated in the Pregnant Women's Class on Pulau Sembilan on 22 November 2025, using a total sampling technique. Data collection was conducted using a questionnaire containing 13 statements covering pregnancy check-ups, danger signs during pregnancy, nutrition for pregnant women, ferro tablet consumption, physical activity, and preparation for childbirth. The education was provided for 45 to 60 minutes. The results showed an increase in the knowledge and positive attitudes of pregnant women after receiving education, as seen from the increase in the percentage of responses that agreed and strongly agreed on almost all assessment indicators. Normal pregnancy education proved to be effective in increasing the readiness of pregnant women to face pregnancy and childbirth, especially in coastal areas with limited health services.

Keywords: Pregnant Women, Pregnancy Education, Preparedness, Coastal Areas, Pregnant Women's Classes.

PENDAHULUAN

Daerah pesisir memiliki berbagai potensi sumber daya, termasuk sumber daya biologis seperti terumbu karang, padang lamun, berbagai jenis ikan, udang, dan rumput laut, serta sumber daya non-biologis seperti pasir, air laut, dan mineral yang terdapat di dasar laut. Potensi ini dapat dimanfaatkan untuk beragam kegiatan ekonomi, termasuk pariwisata, industri garam, dan sektor lainnya. Di tengah berbagai potensi dan kekayaan sumber daya regional, daerah pesisir juga sangat rentan terhadap perubahan lingkungan dan bencana akibat lokasi geografis dan posisinya, yang sering kali terpapar pada bencana seperti gempa bumi, tsunami, tanah longsor, banjir, dan lain-lain (Paddu, 2025). Kehamilan adalah hasil dari proses yang dimulai dari pembuahan hingga melahirkan. Durasi kehamilan normal yang umumnya berlangsung adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan dan 7 hari), dihitung sejak hari pertama periode menstruasi terakhir hingga kelahiran bayi. Kehamilan terbagi menjadi tiga trimester: trimester pertama berlangsung dari bulan pertama hingga ketiga, trimester kedua dari bulan keempat hingga keenam, dan trimester ketiga dari bulan ketujuh hingga kesembilan (Herliani, 2024).

Persalinan normal merupakan suatu proses fisiologis yang memerlukan pengawasan teliti dari tenaga kesehatan untuk memastikan keselamatan ibu dan bayi baru lahir, terutama di daerah pesisir di mana akses terhadap layanan kesehatan terbatas, kondisi geografis sulit, dan masyarakat menghadapi tantangan ekonomi dan sosial. Dalam hal ini, kesiapan tenaga kesehatan merupakan faktor penting dalam memantau persalinan normal, mencakup keterampilan klinis, tersedianya fasilitas dan sumber daya, serta kemampuan untuk mendeteksi komplikasi secara dini dan mengambil keputusan rujukan yang tepat dalam layanan kesehatan primer. Tenaga kesehatan, khususnya bidan, memiliki peran penting dalam sistem kesehatan untuk ibu dan anak, karena mereka bertanggung jawab atas kesehatan perempuan selama siklus reproduksinya, termasuk selama masa hamil, melahirkan, dan periode pasca melahirkan, serta kesehatan bayi baru lahir. Kualitas layanan persalinan sangat dipengaruhi oleh kompetensi tenaga kesehatan, yang mencakup pengetahuan, keterampilan teknis, analisis klinis, dan kemampuan dalam pengambilan keputusan, disertai keterampilan non-teknis seperti komunikasi yang efektif dan kerja sama tim (Friani, 2021). Selain kemampuan tenaga kesehatan itu sendiri, kesehatan wanita hamil di daerah pesisir juga dipengaruhi oleh faktor individu dan sosial budaya, seperti tingkat pengetahuan, pola makan, kebiasaan, dan kondisi ekonomi (Firdausi, 2022).

Perawatan kesehatan primer di Indonesia memiliki peranan penting dalam menjamin akses yang adil terhadap layanan kesehatan bagi seluruh masyarakat. Namun, di daerah pesisir, pemanfaatan layanan kesehatan Puskesmas masih rendah, dipengaruhi oleh aksesibilitas yang terbatas, ketersediaan tenaga medis, dan fasilitas layanan yang kurang memadai. Kondisi ini telah menyebabkan perbedaan dalam pencapaian indikator kesehatan antara masyarakat pesisir dengan kawasan perkotaan dan daratan. Kekurangan tenaga kesehatan berpengaruh langsung terhadap pelayanan. Sebagai contoh, banyak puskesmas di daerah pesisir hanya memiliki satu dokter umum dan bahkan tidak punya ahli gizi atau analis laboratorium. Fenomena ini mengakibatkan pelayanan tidak dapat berjalan dengan baik dan berisiko meningkatkan jumlah rujukan ke fasilitas yang lebih tinggi. Pasien sering kali tidak mendapatkan layanan standar karena keterbatasan jumlah atau kemampuan tenaga medis. Wilayah pesisir membutuhkan strategi jangka panjang seperti insentif berbasis daerah, redistribusi tenaga kerja, perekruitmen pegawai negeri dengan kontrak kerja, dan pemanfaatan tenaga kesehatan yang dilatih di daerah secara berkelanjutan. Pemantauan kelahiran yang baik memerlukan tenaga kesehatan untuk secara rutin memeriksa kesehatan ibu dan janin, mengidentifikasi tanda-tanda bahaya lebih awal, dan mengambil tindakan cepat serta sesuai dengan wewenang yang dimiliki. Di daerah pesisir, keterbatasan transportasi dan waktu yang lama untuk mencapai fasilitas rujukan mengharuskan tenaga kesehatan untuk lebih siap

dalam membuat keputusan klinis (Rahman, 2025).

METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan desain pra-eksperimental dengan satu kelompok yang melibatkan pengujian sebelum dan sesudah untuk mengetahui peningkatan pengetahuan wanita hamil setelah mendapatkan pendidikan. Subjek penelitian terdiri dari semua wanita hamil yang ikut serta dalam Kelas Ibu Hamil di Pulau Sembilan pada tanggal 22 November 2025, yang diambil menggunakan metode pengambilan sampel total. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 13 item yang mencakup aspek pemeriksaan kehamilan, tanda-tanda bahaya selama kehamilan, gizi bagi wanita hamil, konsumsi tablet besi, aktivitas fisik, dan persiapan untuk melahirkan. Tahapan penelitian dilakukan melalui pengujian awal, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan edukasi selama 45-60 menit, dan diakhiri dengan pengujian setelah untuk menilai perubahan pada pengetahuan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan skor pra-tes dan pasca-tes untuk melihat peningkatan pengetahuan di kalangan wanita hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian terkait karakteristik responden berdasarkan umur, usia kehamilan, dan wilayah tempat tinggal disajikan dalam tabel.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Umur	Usia Kehamilan	Alamat/Desa
25 tahun	24 minggu	Dusun I Pulau Sembilan
21 tahun	28 minggu	Dusun II Pulau Sembilan
37 tahun	32 minggu	Dusun II Pulau Sembilan
24 tahun	32 minggu	Dusun II Pulau Sembilan
40 tahun	24 minggu	Dusun IV Pulau Sembilan
21 tahun	28 minggu	Dusun IV Pulau Sembilan
32 tahun	17 minggu	Dusun IV Pulau Sembilan
38 tahun	2 minggu	Dusun IV Pulau Sembilan

Dari tabel yang menunjukkan karakteristik responden, dapat diketahui bahwa wanita yang hamil berusia antara 21 dan 40 tahun. Kehamilan mereka berkisar dari hanya 2 minggu hingga 32 minggu, yang menunjukkan bahwa mereka berada dalam berbagai tahap kehamilan, termasuk trimester pertama, kedua, dan ketiga. Sebagian besar wanita tersebut sedang hamil sekitar 24 hingga 32 minggu, yang berarti sebagian besar dari mereka berada pada tahap akhir kehamilan dan membutuhkan pemeriksaan lebih intensif baik untuk kesehatan mereka maupun kesehatan bayi. Namun, masih ada beberapa wanita yang kehamilannya masih sangat dini, misalnya pada usia kehamilan 2 minggu atau 17 minggu. Jika berbicara soal usia, sebagian besar wanita berada dalam rentang usia yang lebih aman untuk memiliki bayi, tetapi ada juga beberapa wanita yang berusia 38 dan 40 tahun, yang dianggap berisiko lebih tinggi dan membutuhkan perhatian lebih. Dilihat dari tempat tinggal mereka, responden berasal dari Dusun I, Dusun II, dan Dusun IV di Desa Pulau Sembilan. Sebagian besar orang berasal dari Dusun II dan Dusun IV, menunjukkan bahwa lebih banyak wanita hamil tinggal di daerah-daerah ini.

Hasil Pre-Test

saya mengetahui pentingnya melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi



Diagram 1 Saya mengetahui pentingnya melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi

Berdasarkan Diagram 1, terhadap pernyataan “Saya memahami pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi,” terlihat bahwa semua responden memiliki pandangan positif mengenai pentingnya pemeriksaan antenatal. Sebanyak 62,5% responden setuju, sementara 37,5% sangat setuju, dan tidak ada responden (0%) yang tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa bahkan sebelum konseling diberikan, para wanita hamil sudah memiliki pemahaman yang baik tentang keuntungan dari pemeriksaan kehamilan secara teratur, seperti memantau kondisi janin, mencegah komplikasi, dan menjaga kesehatan ibu.

Saya merasa perlu rutin memeriksakan kehamilan ke bidan atau puskesmas

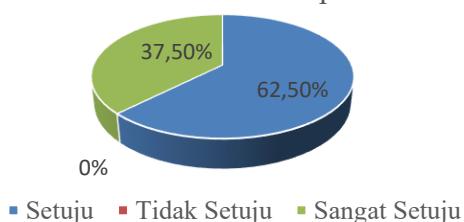


Diagram 2 Saya merasa perlu rutin memeriksakan kehamilan ke bidan atau puskesmas

Berdasarkan Diagram 2, terlihat bahwa semua responden memiliki pandangan positif terhadap pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin dengan bidan atau di puskesmas. Sebanyak 62,5% responden setuju, sedangkan 37,5% lainnya sangat setuju. Tidak ada responden yang tidak setuju dengan pernyataan ini. Hasil ini menunjukkan bahwa kesadaran wanita hamil mengenai pentingnya pemeriksaan kehamilan secara teratur sangat baik, karena seluruh responden mendukung perlunya pemantauan kesehatan ibu dan janin melalui pemeriksaan rutin.

Saya mengenali tanda-tanda bahaya kehamilan misalnya pendarahan atau nyeri perut hebat

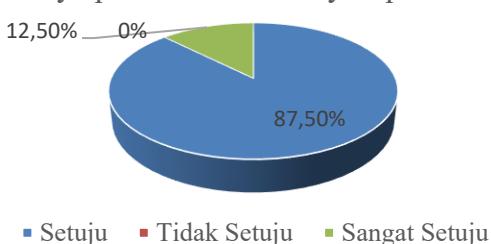


Diagram 3 Saya mengenali tanda-tanda bahaya kehamilan misalnya pendarahan atau nyeri perut hebat

Berdasarkan Diagram 3, terlihat bahwa sebagian besar responden telah menyadari tanda-tanda bahaya pada kehamilan, seperti pendarahan atau nyeri perut yang hebat.

Sebanyak 87,5% responden menyatakan bahwa mereka mengenali tanda-tanda bahaya ini, sementara 12,5% responden sangat setuju. Tidak ada responden yang tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden mengenai tanda-tanda bahaya kehamilan sangat baik, karena semua responden mengklaim mengetahui gejala yang perlu diwaspadai untuk mencegah risiko komplikasi selama kehamilan.



Diagram 4 Jika saya mengalami tanda bahaya kehamilan saya akan segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan

Berdasarkan Diagram 4, 87,5% responden setuju dan 12,5% sangat setuju bahwa mereka akan segera mencari bantuan dari profesional kesehatan jika mereka merasakan gejala komplikasi kehamilan. Tidak ada responden yang tidak setuju. Ini menunjukkan bahwa semua responden sangat siap dan sadar akan pentingnya meminta bantuan medis saat gejala komplikasi kehamilan muncul.

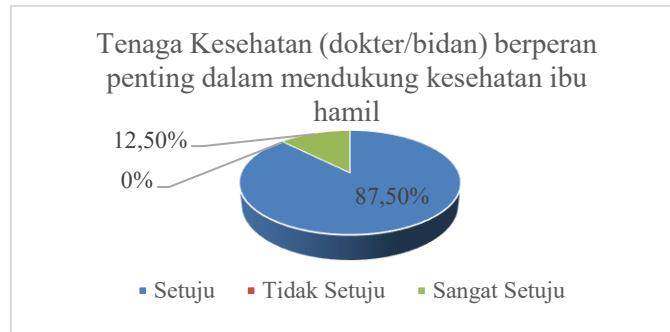


Diagram 5 Tenaga Kesehatan (dokter/bidan) berperan penting dalam mendukung kesehatan ibu hamil

Berdasarkan diagram 5, terlihat bahwa sebagian besar responden menyadari peranan penting tenaga kesehatan dalam mendukung kesehatan ibu hamil. Sebanyak 87,5% responden menyatakan setuju, dan 12,5% menyatakan sangat setuju. Tidak ada responden yang menyatakan tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa semua responden memiliki pandangan positif terhadap kontribusi dokter atau bidan dalam mengawasi dan menjaga kesehatan ibu selama masa kehamilan.



Diagram 6 Saya merasa nyaman berkonsultasi dengan bidan atau dokter selama kehamilan

Berdasarkan diagram 6, Sebagian besar responden mengungkapkan bahwa mereka merasa nyaman berkonsultasi dengan bidan atau dokter selama masa kehamilan. Sebanyak 75% responden setuju dan 25% sangat setuju, Sementara tidak ada yang tidak setuju. Hasil

ini menunjukkan bahwa semua responden memiliki tingkat kenyamanan yang baik dalam berkomunikasi dengan tenaga kesehatan, sehingga interaksi dalam layanan kehamilan dapat berlangsung dengan efektif dan mendukung pemantauan kesehatan ibu yang optimal.



Diagram 7 Saya mengetahui hal-hal penting yang perlu dipersiapkan selama persalinan

Berdasarkan diagram 7, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai hal-hal penting yang perlu dipersiapkan saat melahirkan. Sebanyak 87,5% responden setuju dan 12,5% sangat setuju, sementara tidak ada responden yang tidak setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa semua responden memiliki pemahaman yang baik tentang persiapan yang diperlukan untuk melahirkan, yang diharapkan dapat mendukung proses persalinan yang lebih aman dan terencana.

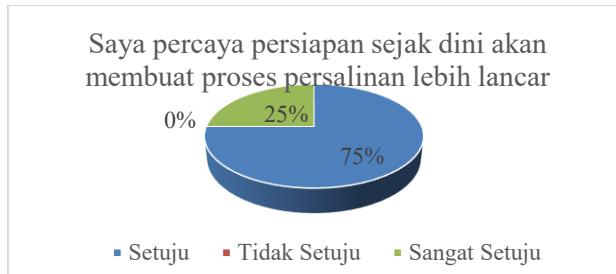


Diagram 8 Saya percaya persiapan sejak dini akan membuat proses persalinan lebih lancar

Berdasarkan diagram 8, sebagian besar responden berpendapat bahwa persiapan awal dapat mempermudah proses pengiriman. Sebanyak 75% responden menyatakan bahwa mereka setuju dan 25% menyatakan bahwa mereka sangat setuju, sementara tidak ada responden yang tidak setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa semua responden memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya persiapan awal dalam mendukung kelancaran dan kesiapan proses pengiriman.

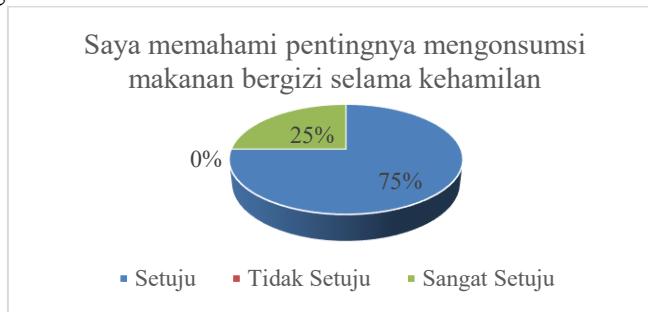
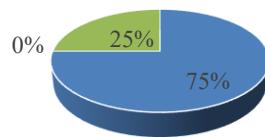


Diagram 9 Saya memahami pentingnya mengonsumsi makanan bergizi selama kehamilan

Berdasarkan diagram 9, seluruh responden menunjukkan pemahaman yang baik mengenai pentingnya mengonsumsi makanan bergizi selama kehamilan. Sebanyak 75% responden setuju dan 25% sangat setuju, sementara tidak ada yang tidak setuju. Hasil ini menggambarkan bahwa responden sangat sadar akan peran nutrisi dalam mendukung kesehatan wanita hamil dan perkembangan janin.

Saya mengerti manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia pada ibu hamil

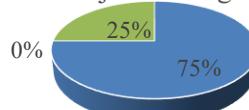


■ Setuju ■ Tidak Setuju ■ Sangat Setuju

Diagram 10 Saya mengerti manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia pada ibu hamil

Berdasarkan diagram 10, seluruh responden memahami keuntungan dari tablet besi dalam mencegah anemia pada wanita hamil. Sebanyak 75% responden setuju dan 25% sangat setuju, tanpa ada responden yang tidak setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden tentang pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah cukup baik, yang diharapkan dapat mendukung upaya pencegahan anemia selama kehamilan.

Saya mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan

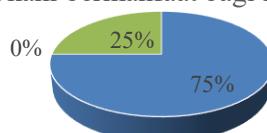


■ Setuju ■ Tidak Setuju ■ Sangat Setuju

Diagram 11 Saya mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan

Berdasarkan diagram 11, semua responden menunjukkan kepatuhan yang baik dalam mengonsumsi tablet besi seperti yang direkomendasikan oleh petugas kesehatan. Sebanyak 75% responden setuju dan 25% sangat setuju, tanpa ada responden yang tidak setuju. Hasil ini mencerminkan bahwa responden memiliki kesadaran tinggi dan komitmen terhadap pentingnya mengonsumsi tablet besi untuk mendukung kesehatan selama kehamilan.

Saya mengetahui bahwa olahraga ringan seperti berjalan kaki bermanfaat bagi ibu hamil



■ Setuju ■ Tidak Setuju ■ Sangat Setuju

Diagram 12 Saya mengetahui bahwa olahraga ringan seperti berjalan kaki bermanfaat bagi ibu hamil

Berdasarkan diagram 12, semua responden memiliki pemahaman yang baik mengenai keuntungan dari olahraga ringan, seperti berjalan, untuk wanita hamil. Sebanyak 75% responden setuju dan 25% sangat setuju, tanpa ada responden yang tidak setuju. Temuan ini menunjukkan bahwa responden menyadari pentingnya aktivitas fisik ringan dalam menjaga kesehatan wanita hamil dan mendukung kehamilan yang lebih sehat dan nyaman.

Saya secara rutin melakukan olahraga ringan (misalnya jalan kaki) selama kehamilan



Diagram 13 Saya secara rutin melakukan olahraga ringan (misalnya jalan kaki) selama kehamilan

Berdasarkan diagram 13, semua responden menunjukkan kebiasaan baik dalam rutin melakukan olahraga ringan selama kehamilan, seperti berjalan kaki. Sebanyak 75% responden setuju dan 25% sangat setuju, sementara tidak ada responden yang tidak setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa responden tidak hanya menyadari manfaat olahraga ringan, tetapi juga menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kesehatan selama kehamilan.

Hasil Post-Test



Diagram 1 saya mengetahui pentingnya melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi

Berdasarkan diagram 1, sebagian besar responden (87,5%) setuju dan 12,5 % sangat setuju bahwa pemeriksaan kehamilan rutin penting untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi, tanpa ada yang menyatakan tidak setuju. Jika dibandingkan dengan hasil pra-uji, di mana 62,5 % setuju dan 37,5 % sangat setuju, terdapat peningkatan pada kategori "setuju" dan sedikit penurunan pada kategori "sangat setuju". Namun, tingkat kesepakatan secara keseluruhan tetap 100 % di kedua tahap tersebut.

Saya merasa perlu rutin memeriksakan kehamilan ke bidan atau puskesmas



Berdasarkan diagram 2, setiap responden (100 %) menyatakan bahwa melakukan pemeriksaan rutin dengan bidan atau di pusat kesehatan selama kehamilan sangat penting. Dibandingkan dengan pra - uji sebelumnya, di mana 62,5% setuju dan 37,5% sangat setuju, terdapat perubahan besar. Ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan berhasil membantu masyarakat memahami mengapa pemeriksaan kesehatan rutin itu penting.



Diagram 3 Saya mengenali tanda-tanda bahaya kehamilan misalnya pendarahan atau nyeri perut hebat

Berdasarkan diagram 3, semua responden (100%) mengakui bahwa mereka mengenali tanda-tanda peringatan kehamilan, termasuk pendarahan atau nyeri perut yang parah. Dibandingkan dengan hasil pra-tes sebelumnya, di mana 87,5% responden setuju dan 12,5% sangat setuju, terdapat peningkatan menjadi 100% responden yang menunjukkan pengenalan terhadap tanda-tanda tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa Penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman peserta tentang tanda-tanda bahaya yang terkait dengan kehamilan.



Diagram 4 Jika saya mengalami tanda bahaya kehamilan saya akan segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan

Berdasarkan diagram 4, semua responden menunjukkan tingkat kesiapan yang tinggi untuk segera berkonsultasi dengan petugas kesehatan jika mengalami tanda - tanda komplikasi kehamilan. Sebanyak 87,5% responden setuju, sementara 12,5% sangat setuju, dan 0% tidak setuju. Jika dibandingkan dengan hasil pretest, yang juga menunjukkan bahwa 87,5 % setuju dan 12,5 % sangat setuju, tidak ada perubahan persentase antara pretest dan posttest. Konsistensi ini menunjukkan bahwa responden sudah sangat menyadari dan siap untuk menangani tanda - tanda komplikasi kehamilan baik sebelum maupun setelah intervensi.

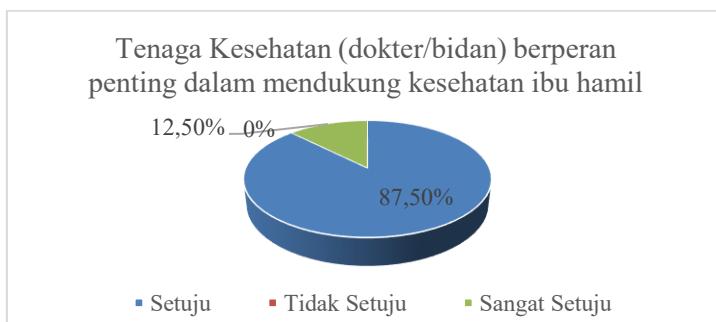


Diagram 5 Tenaga Kesehatan (dokter/bidan) berperan penting dalam mendukung kesehatan ibu hamil

Berdasarkan diagram 5, semua responden secara konsisten menyatakan pandangan yang sangat positif mengenai peran penting tenaga kesehatan (dokter / bidan) dalam mendukung kesehatan ibu hamil. Sebanyak 87,5% responden setuju, sementara 12,5% sangat setuju, dan 0% tidak setuju. Jika dibandingkan dengan hasil pra -uji sebelumnya di mana 87,5 % setuju dan 12,5% sangat setuju dan tidak ada perubahan persentase, yang menunjukkan bahwa persepsi responden tetap positif dan konsisten sejak awal.



Diagram 6 Saya merasa nyaman berkonsultasi dengan bidan atau dokter selama kehamilan

Berdasarkan diagram 6, 87,5 % responden mengatakan mereka merasa nyaman berbicara dengan bidan atau dokter selama kehamilan mereka, dan 12,5 % mengatakan mereka merasa sangat nyaman. Tidak ada yang mengatakan mereka merasa tidak nyaman. Dibandingkan dengan hasil pra - uji sebelumnya, lebih banyak orang merasa nyaman setelah intervensi atau edukasi. Dalam pra -uji, 75% mengatakan mereka merasa nyaman dan 25% merasa sangat nyaman. Persentase yang lebih tinggi pada posttest menunjukkan bahwa perasaan positif masyarakat tentang berkonsultasi dengan bidan atau dokter semakin kuat setelah diberikan edukasi.



Diagram 7 Saya mengetahui hal-hal penting yang perlu dipersiapkan selama persalinan

Berdasarkan hasil post-test pada diagram 7, setiap orang (100%) mengatakan bahwa mereka tahu apa yang penting untuk dipersiapkan sebelum melahirkan, dan tidak ada yang mengatakan tidak setuju atau sangat tidak setuju. Dibandingkan dengan hasil pra -uji, di mana 87,5% setuju dan 12,5% sangat setuju, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan semua orang telah meningkat, dan sekarang semua orang memiliki tingkat pemahaman yang serupa.

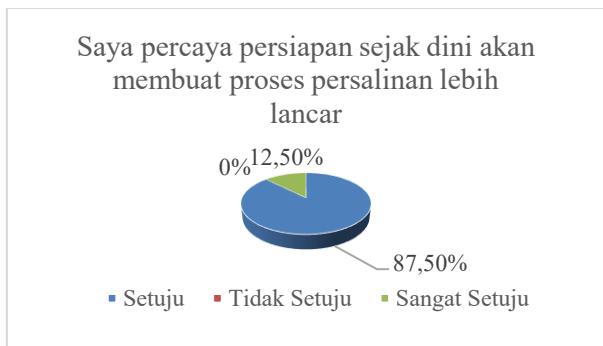


Diagram 8 Saya percaya persiapan sejak dini akan membuat proses persalinan lebih lancar

Berdasarkan hasil post-test pada diagram 8, kita melihat bahwa 87,5 % responden menyatakan setuju dan 12,5 % sangat setuju bahwa persiapan sejak dini dapat mempermudah proses persalinan. Tak satu pun dari mereka yang membantah. Ketika kita membandingkan hasil ini dengan hasil pra - uji, yang memiliki persentase yang sama 75% setuju dan 25% sangat setuju ini menunjukkan bahwa orang - orang sudah memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya persiapan dini sebelum intervensi, dan pemahaman ini tetap sama setelah intervensi.

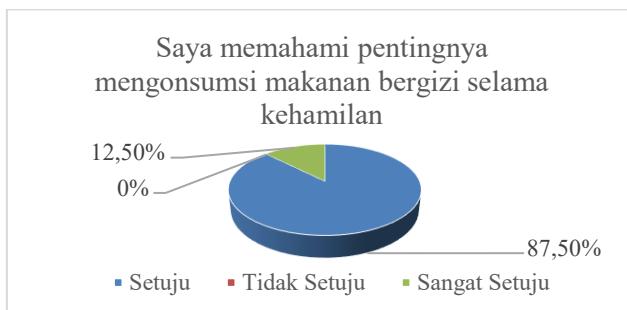


Diagram 9 Saya memahami pentingnya mengonsumsi makanan bergizi selama kehamilan

Berdasarkan diagram 9, dapat dilihat bahwa 87,5 % responden mengatakan mereka setuju dan 12,5 % sangat setuju bahwa mengonsumsi makanan sehat selama kehamilan itu penting. Tak satu pun dari mereka yang membantah. Dibandingkan dengan pra-uji sebelumnya, di mana 75% setuju dan 25% sangat setuju, terdapat kelompok orang yang lebih besar yang setuju pada pasca-uji. Ini berarti pendidikan yang mereka terima membantu mereka lebih memahami mengapa penting untuk makan dengan baik selama kehamilan.

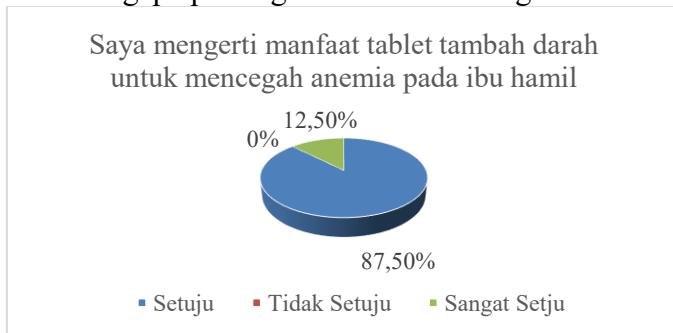


Diagram 10 Saya mengerti manfaat tablet tambah darah untuk mencegah anemia pada ibu hamil

Berdasarkan hasil posttest yang ditunjukkan pada diagram 10, 87,5 % responden menyatakan setuju dan 12,5 % menyatakan sangat setuju bahwa mereka memahami manfaat tablet zat besi dalam mencegah anemia selama kehamilan dan tidak ada responden yang tidak setuju. Jika kita melihat hasil pra -uji sebelumnya, 75% setuju dan 25% sangat setuju. Ini menunjukkan bahwa lebih banyak orang yang setuju dibandingkan sebelumnya, meskipun

jumlah orang yang sangat setuju sedikit menurun. Secara keseluruhan, hasil posttest menunjukkan bahwa semua orang memahami dengan baik mengapa penting untuk mengonsumsi tablet zat besi selama kehamilan.

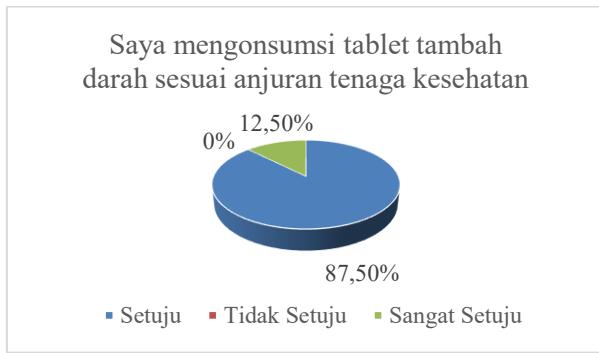


Diagram 11 Saya mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan

Berdasarkan hasil posttest pada diagram 11, semua orang yang terlibat tetap menjalankan praktik yang baik dalam mengonsumsi tablet zat besi sesuai arahan petugas kesehatan. Sebanyak 87,5% dari mereka mengatakan setuju dan 12,5% mengatakan sangat setuju, dan tidak ada yang mengatakan tidak setuju. Jika kita membandingkan ini dengan hasil pra-ujji sebelumnya, di mana 75% setuju dan 25 % sangat setuju, jelas bahwa tingkat kepatuhan tetap tinggi dan tidak menurun. Hanya ada sedikit perubahan dalam cara kesepakatan tersebut disebarluaskan antara kelompok yang setuju dan kelompok yang sangat setuju.

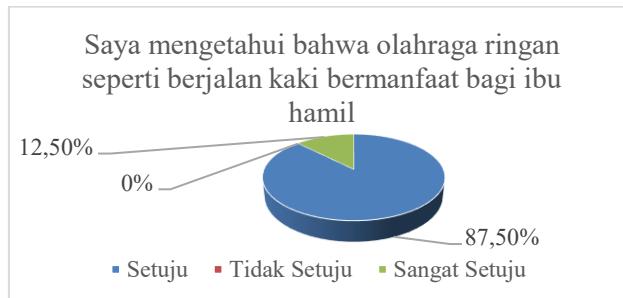


Diagram 12 Saya mengetahui bahwa olahraga ringan seperti berjalan kaki bermanfaat bagi ibu hamil

Berdasarkan diagram 12, semua peserta tetap memahami dengan baik manfaat olahraga ringan, seperti berjalan kaki, bagi ibu hamil. Sebanyak 87,5% dari mereka setuju dan 12,5% sangat setuju, tanpa ada yang tidak setuju. Dibandingkan dengan hasil pra-ujji sebelumnya, di mana 75% setuju dan 25% sangat setuju, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan mereka tetap baik. Namun, terdapat sedikit perubahan dalam jumlah orang yang mengatakan "setuju" dibandingkan dengan "sangat setuju."

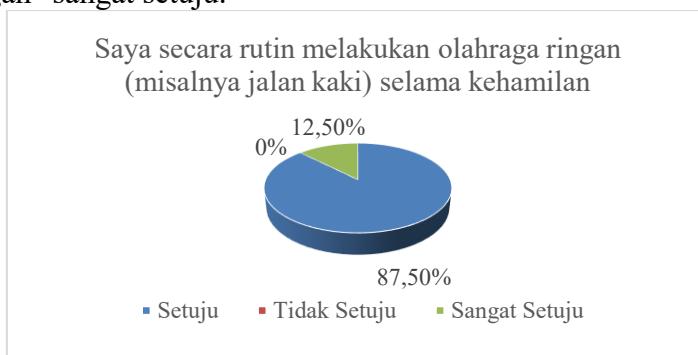


Diagram 13 Saya secara rutin melakukan olahraga ringan (misalnya jalan kaki) selama kehamilan

Berdasarkan diagram 13, semua peserta mempertahankan kebiasaan baik dengan melakukan olahraga ringan secara teratur selama kehamilan mereka, seperti berjalan kaki. Sebanyak 87,5% dari mereka mengatakan setuju dan 12,5% mengatakan sangat setuju, tanpa ada yang mengatakan tidak setuju. Dibandingkan dengan hasil pra - uji sebelumnya, di mana 75% setuju dan 25% sangat setuju, jelas bahwa kelompok tersebut masih mengikuti kebiasaan baik ini secara konsisten. Meskipun jumlah orang yang setuju dan sangat setuju sedikit berubah, tingkat kepatuhan secara keseluruhan tetap baik.

Pembahasan

Pemeriksaan kehamilan secara rutin sangat penting bagi wanita hamil untuk memastikan perkembangan kehamilan berlangsung dengan baik dan janin tetap sehat. Oleh karena itu, pemantauan kesehatan dan pendidikan oleh tenaga kesehatan sangat diperlukan bagi mereka yang sedang hamil. Tenaga kesehatan memberikan informasi mengenai langkah-langkah yang harus diambil selama kehamilan agar janin tetap sehat dan proses melahirkan dapat berjalan dengan normal, pemeriksaan kehamilan secara rutin dapat menurunkan angka kematian ibu dan janin. Namun, masih ada wanita hamil yang enggan mencari perawatan prenatal karena berbagai alasan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya perawatan prenatal dan menjaga kesehatan mereka. Dengan pengetahuan yang tepat, diharapkan ibu akan lebih terdorong untuk mengikuti saran dari tenaga kesehatan agar kehamilan berlangsung lancar dan melahirkan bayi yang sehat (Handayani, 2025).

Perawatan prenatal sangat penting untuk dilakukan secara teratur demi menjaga kesehatan ibu dan bayi. Melalui pemeriksaan ini, tenaga medis dapat mengidentifikasi risiko seperti preeklampsia, anemia, atau diabetes gestasional lebih awal, serta memantau pertumbuhan dan perkembangan janin untuk memastikan sesuai dengan tahap kehamilan. Selain itu, ibu hamil juga mendapatkan edukasi mengenai nutrisi, suplemen penting seperti zat besi dan asam folat, serta informasi tentang tanda-tanda peringatan selama kehamilan. Pemeriksaan yang rutin membantu ibu mempersiapkan diri untuk persalinan yang aman, baik secara fisik maupun mental, serta memberikan dukungan emosional selama masa kehamilan. Berdasarkan rekomendasi dari Kementerian Kesehatan Indonesia dan WHO, pemeriksaan sebaiknya dilakukan minimal 6–8 kali selama kehamilan untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan janin yang sehat, mencegah komplikasi, dan memastikan persalinan yang aman bagi ibu dan bayi. ANC berkontribusi dalam menurunkan tingkat kematian ibu dan janin dengan melakukan pemantauan rutin terhadap ibu hamil dan janin untuk mendeteksi komplikasi lebih awal, memberikan suplemen gizi yang diperlukan, serta mengajarkan ibu tentang tanda-tanda bahaya, gizi, kebersihan, dan persiapan menjelang persalinan (Alya, 2025).

Tanda-tanda bahaya kehamilan merupakan hal yang sangat krusial untuk kesehatan ibu dan janin selama masa hamil. Tanda-tanda ini adalah pertanda awal dari potensi komplikasi yang dapat berakibat fatal jika tidak segera diatasi. Dalam konteks Indonesia, angka kematian maternal (AKM) cukup memprihatinkan, mencapai 305 per 100. 000 kelahiran hidup, yang lebih tinggi dibandingkan dengan angka global yang dilaporkan oleh WHO, yaitu 211 per 100. 000. Dengan mengetahui dan memahami tanda-tanda bahaya ini, diharapkan para wanita hamil dapat mengambil langkah pencegahan. Beberapa tanda bahaya penting yang perlu diperhatikan selama kehamilan mencakup berkurangnya gerakan janin, muntah yang berlebihan, demam tinggi, pembengkakan di area tertentu, dan perdarahan baik di awal maupun akhir kehamilan (Linar, 2025). Adapun macam-macam tanda bahaya selama kehamilan:

1. Pendarahan vagina

Pendarahan vagina selama kehamilan terkadang dianggap normal. Pada awal kehamilan, wanita hamil bisa mengalami bercak atau pendarahan ringan. Namun, jika terjadi

pendarahan yang tidak biasa, seperti pendarahan merah yang deras atau pendarahan disertai rasa sakit, ini bisa menjadi tanda adanya masalah seperti keguguran, mola hidatidosa, atau kehamilan ektopik. Sementara itu, pada akhir kehamilan, pendarahan yang tidak normal (endarahan merah yang berat, kadang-kadang disertai rasa sakit meskipun tidak selalu) bisa menunjukkan kemungkinan adanya plasenta previa atau solusio plasenta.

2. Sakit kepala yang hebat dan terus menerus

Sakit kepala yang sangat parah yang tidak hilang meskipun sudah beristirahat dapat menjadi tanda preeklamsia. Jika kondisi ini tidak ditangani, bisa berlanjut menjadi kejang atau bahkan stroke.

3. Nyeri perut yang parah

Nyeri perut pada wanita hamil yang tidak berhubungan dengan proses persalinan dianggap tidak normal. Rasa sakit ini menjadi perhatian jika sangat parah, bertahan lama, dan tidak mereda setelah beristirahat. Penyebab mungkin termasuk apendisitis, kehamilan di luar rahim, keguguran, penyakit radang panggul, atau gastritis.

4. Mual dan muntah berlebihan

Mual dan muntah yang berlebihan, atau hiperemesis gravidarum, adalah kondisi yang dapat mengakibatkan malnutrisi, dehidrasi, kerusakan hati, dan ketidakseimbangan elektrolit pada ibu, yang bisa meningkatkan kemungkinan persalinan prematur, berat badan lahir rendah, dan gangguan perkembangan (Suhardi, 2025).

Tingkat Kematian Ibu (TKI) di Indonesia masih tergolong tinggi jika dibandingkan dengan negara-negara lain di Asia Tenggara. Berdasarkan data dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, Tingkat Kematian Ibu di Indonesia mencapai 305 per 100.000 kelahiran hidup. Salah satu penyebab utama tingginya Tingkat Kematian Ibu adalah keterlambatan dalam mengenali dan menangani tanda-tanda bahaya selama kehamilan. Terdapat tiga jenis keterlambatan yang sering terjadi, yaitu keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya, keterlambatan dalam mengambil keputusan untuk mencari bantuan, dan keterlambatan dalam mengakses layanan kesehatan yang memadai. Hal ini menyoroti betapa pentingnya program pendidikan dan konseling bagi wanita hamil, terutama di daerah yang memiliki akses terbatas terhadap layanan kesehatan. Selain itu, rendahnya frekuensi pemeriksaan kehamilan secara rutin juga menjadi faktor risiko dalam keterlambatan mendeteksi tanda bahaya selama kehamilan (Linar, 2025).

Petugas kesehatan memiliki peran yang sangat krusial dalam menjaga kesehatan ibu hamil dengan melakukan tindakan pencegahan dan promosi, salah satunya adalah dengan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang tanda-tanda bahaya selama kehamilan. Salah satu cara untuk mencapai hal ini adalah melalui pendekatan sosial berupa pendidikan kesehatan, yang bertujuan untuk menumbuhkan kepercayaan diri ibu hamil dalam mengenali dan menangani tanda-tanda bahaya kehamilan dengan benar. Konseling dari tenaga kesehatan, terutama bidan, terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan praktik kesehatan ibu hamil dengan cara terus menerus memantau keadaan kehamilan mereka. Oleh karena itu, sangat penting untuk memperhatikan kualitas dan konsistensi konseling agar informasi kesehatan yang diberikan dapat dipahami dengan baik dan diterapkan secara konsisten oleh ibu hamil, yang pada gilirannya dapat membantu mencegah komplikasi dan meningkatkan kesiapan ibu untuk melahirkan (Emilda, 2021).

Interaksi antara tenaga medis, khususnya bidan dan ibu hamil, merupakan aspek penting dalam pelayanan perawatan antenatal. Komunikasi yang kurang baik dapat memengaruhi pemahaman dan kepuasan ibu terhadap layanan tersebut (Nurbaity, 2025). Komunikasi yang efektif antara bidan dan ibu hamil sangat vital untuk menyampaikan informasi yang benar, membangun kepercayaan, serta mendukung pengambilan keputusan bersama dalam perawatan kehamilan. Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang baik dapat meningkatkan kepatuhan ibu terhadap saran medis, memperkuat kepercayaan kepada

tenaga kesehatan, dan pada akhirnya meningkatkan kepuasan ibu terhadap pelayanan antenatal (Faozi, 2022). Kurangnya komunikasi yang efektif biasanya disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain beban kerja yang berlebihan, waktu konsultasi yang terbatas, perbedaan pendidikan antara bidan dan pasien, serta minimnya pelatihan khusus dalam komunikasi terapeutik bagi tenaga kesehatan. Faktor-faktor ini dapat mengurangi kualitas interaksi dan menjadi penghalang dalam penyampaian informasi penting selama masa kehamilan. (Yunie, 2022).

Berdasarkan jawaban yang diberikan oleh para responden, jelas terlihat bahwa para ibu mempelajari berbagai hal penting yang perlu mereka persiapkan sebelum melahirkan. Pengetahuan ini sangat membantu mereka saat menghadapi persalinan, karena persiapan persalinan merupakan langkah penting yang membantu menjaga kesehatan ibu dan kesiapannya untuk mulai menyusui setelah bayi lahir. Persiapan persalinan bukan hanya tentang kesiapan fisik, seperti memiliki kesehatan fisik yang baik dan semua hal yang dibutuhkan untuk persalinan , tetapi juga tentang kesiapan mental . Kesiapan mental membantu para ibu mengatasi kekhawatiran, ketakutan, dan stres yang sering muncul sebelum melahirkan. Idealnya, persiapan ini harus dimulai dan dilakukan dengan bantuan keluarga sejak awal kehamilan. Namun, pada kenyataannya, masih banyak ibu hamil yang belum sepenuhnya siap untuk melahirkan, baik secara fisik maupun mental. Hal ini dapat membuat proses persalinan menjadi lebih sulit. Hal ini sesuai dengan enelitian yang menemukan bahwa beberapa wanita hamil belum sepenuhnya siap untuk melahirkan, sehingga mereka membutuhkan pendidikan dan dukungan berkelanjutan sepanjang kehamilan mereka (Hesti, 2022).

Berdasarkan apa yang dikatakan responden, jelas bahwa mereka percaya persiapan lebih awal dapat membantu proses persalinan berjalan lebih lancar. Jadi, kesiapan ibu sangat penting agar proses persalinan berjalan lancar. Persiapan selama kehamilan membantu ibu merasa lebih baik secara fisik dan mental saat tiba waktunya melahirkan. Salah satu bagian penting dari persiapan adalah mampu tetap tenang dan tidak takut selama persalinan Memiliki pola pikir yang positif dan tenang memudahkan seorang ibu untuk menghadapi persalinan dengan lebih terkendali. Selain itu, dukungan dari orang- orang terdekatnya, seperti suami dan keluarganya, sangat penting. Perhatian, nasihat, dan kasih sayang mereka dapat membuat ibu merasa aman dan termotivasi, yang membantu membangun kepercayaan dirinya dan membuatnya lebih siap untuk melahirkan. Hal ini sesuai dengan Penelitian yang dilakukan mengenali pentingnya kesiapan mental dan memiliki dukungan yang baik selama persalinan (Arpen, 2024).

Berdasarkan pernyataan responden yang mengatakan bahwa mereka tahu betapa pentingnya mengonsumsi makanan sehat selama kehamilan, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang nutrisi sangat penting untuk menjaga kesehatan selama kehamilan. Saat seorang ibu hamil, tubuhnya membutuhkan lebih banyak nutrisi untuk menjaga kesehatannya sendiri dan juga membantu bayi tumbuh dan berkembang. Kesehatan bayi sangat berkaitan dengan apa yang dimakan ibu , jadi selama kehamilan , ibu perlu makan lebih banyak daripada wanita yang tidak hamil. Makanan yang dikonsumsi ibu tidak hanya membantu menjaga kesehatannya, tetapi juga memberikan nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh. Jika seorang ibu tidak cukup makan, bayi akan mengambil nutrisi dari tubuh ibu, yang dapat menyebabkan masalah bagi ibu seperti merasa lemah, terlihat pucat, mengalami kerusakan gigi, dan rambut rontok (Baroroh, 2021).

Memenuhi kebutuhan nutrisi ibu hamil sangat berkaitan dengan seberapa banyak pengetahuan mereka tentang nutrisi. Memiliki pengetahuan yang baik membantu para ibu memahami jenis nutrisi apa yang mereka butuhkan, berapa banyak yang harus dikonsumsi, dan manfaat yang diberikan oleh nutrisi tersebut. Pengetahuan ini memungkinkan mereka untuk memilih diet yang sehat dan seimbang. Pengetahuan tentang nutrisi berarti seorang ibu

dapat memahami gagasan, aturan, dan informasi tentang mendapatkan nutrisi yang tepat selama kehamilan. Dengan pengetahuan yang cukup, para ibu seharusnya mampu membuat pilihan makanan yang baik yang mendukung kesehatan mereka sendiri dan perkembangan bayi mereka sebaik mungkin (Prajayanti, 2023).

Tablet tambah darah merupakan suplemen yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil karena setiap tablet mengandung 60 mg besi dan 0,25 mg asam folat. Tablet tambah darah ini berperan dalam proses sintesis hemoglobin, yang bertanggung jawab untuk transportasi oksigen dan karbon dioksida ke seluruh jaringan tubuh. Tingginya kebutuhan akan besi selama kehamilan menjadikan konsumsi tablet tambah darah sangat penting pada masa ini. Ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi setidaknya 90 tablet tambah darah selama masa kehamilan, yang dilanjutkan selama 40 hari setelah melahirkan, dimulai dari pemeriksaan pertama (Tamar, 2025). Selama kehamilan, kebutuhan akan zat besi hampir meningkat tiga kali lipat untuk mendukung pertumbuhan janin serta memenuhi kebutuhan wanita hamil. Anemia yang terjadi selama masa kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan janin, karena dapat menurunkan daya tahan tubuh, yang berpotensi menyebabkan kematian janin, keguguran, cacat bawaan, dan bayi dengan berat lahir rendah (Wulandari, 2025). Anemia dapat menimbulkan masalah saat persalinan, seperti kesulitan dalam kontraksi, kekuatan dorong, fase pertama persalinan yang berkepanjangan, plasenta yang tertahan, dan atoni uterus (Nainggolan, 2025).

Sikap yang dimiliki manusia dapat mendorong atau memicu perilaku tertentu, sehingga seseorang mungkin tidak teratur dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Apabila wanita hamil memahami pentingnya tablet tambah darah selama kehamilan, mereka akan memiliki sikap positif terhadap tablet tambah darah (Fe) selama masa kehamilan mereka, yang akan mengarah pada sikap yang baik untuk terus mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan. Seorang ibu hamil akan lebih optimis jika ia memiliki pengalaman pribadi yang berkesan selama masa kehamilannya. Ia akan lebih banyak belajar, menjaga kesehatan dengan baik, dan memenuhi kebutuhannya selama kehamilan. Oleh karena itu, sangat disarankan agar tenaga kesehatan dan kader berusaha meningkatkan kesadaran wanita hamil melalui penyuluhan tentang cara yang tepat dalam mengonsumsi tablet tambah darah untuk mencapai status gizi yang optimal bagi ibu serta janinnya (Muliani, 2025).

Bagi wanita hamil, berjalan kaki adalah bentuk olahraga yang aman dan disarankan. *American College of Obstetricians and Gynecologists* menyatakan bahwa aktivitas ringan seperti berjalan dapat membantu menurunkan risiko komplikasi selama kehamilan, seperti preeklampsia dan diabetes gestasional. Berjalan juga membantu mengurangi ketidaknyamanan fisik yang umum terjadi selama kehamilan, seperti nyeri punggung bawah dan pembengkakan. Selain manfaat fisik, berjalan kaki dapat meningkatkan suasana hati dan membantu wanita hamil mengatasi stres serta kecemasan yang sering muncul selama kehamilan (Mappanyukki, 2024).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa olahraga ringan seperti berjalan kaki memberikan banyak manfaat bagi wanita hamil. Aktivitas ini telah terbukti aman selama kehamilan normal dan membantu menjaga kebugaran fisik tanpa menimbulkan tekanan berlebihan. Berjalan kaki dapat mengurangi keluhan umum selama kehamilan seperti nyeri punggung, kelelahan, dan ketidaknyamanan fisik, sambil membantu menjaga berat badan yang stabil. Selain itu, berjalan secara rutin terkait dengan hasil persalinan yang lebih baik, termasuk meningkatnya kemungkinan persalinan spontan dan berkurangnya risiko persalinan yang memerlukan intervensi medis (Septiana, 2024).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan dan kesiapan wanita hamil dalam menghadapi proses persalinan di Pulau Sembilan telah meningkat berkat pendidikan dan

penyuluhan tentang kehamilan normal. Materi yang disampaikan dalam kelas antenatal telah memperdalam pemahaman ibu tentang pentingnya pemeriksaan kehamilan yang rutin, tanda-tanda bahaya selama kehamilan, serta persiapan fisik dan mental untuk melahirkan. Peningkatan pemahaman ini berdampak positif pada sikap dan tindakan para ibu, sehingga mengurangi risiko komplikasi dan meningkatkan kemungkinan untuk melahirkan dengan aman dan lancar. Peran aktif petugas kesehatan, terutama bidan, sangat krusial dalam memberikan pendidikan yang berkelanjutan dan komprehensif untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi selama masa kehamilan, persalinan, dan periode pascapersalinan. Oleh karena itu, pendidikan kehamilan yang efektif sangat penting untuk meningkatkan kesiapan wanita hamil di daerah pesisir yang memiliki akses terbatas terhadap layanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alya, RK, Albab, U., & Komarunisa, K. (2025). Pentingnya Pemeriksaan Kehamilan (ANC) di Puskesmas Pasar Rebo: Studi Potong Lintang Deskriptif. *Jurnal Ikatan Dokter Indonesia*, 75 (4), 187-192.
- Arpen, RS, Afnas, NH, Silvia, E., & Ulya, R. (2024). Edukasi Pentingnya Menghadapi Psikologi Ibu Terhadap Kesiapan Fisik Dan Mental Ibu Dalam Mempersiapkan Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1 (2), 15-24.
- Baroroh, I. (2021). Buku Ajar Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. Penerbit NEM.
- Emilda¹, S., & Yuanita, V. Pelaksanaan konseling tanda-tanda bahaya kehamilan menggunakan buku kia di kelurahan talang jambe palembang tahun 2021. *Jurnal pengabdian masyarakat nusantara (jpmn)*, 3, 9-17.
- Faozi, B. F., Rohmatullah, M. R., & Sunarya, U. (2022). Hubungan pelayanan antenatal care (ANC) dengan kepuasan ibu hamil di wilayah kerja puskesmas tanjungkerta. *JIKSA-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(2), 42-47.
- Firdausi, L., & Mulyadi, E. (2022). Hubungan Budaya dan Pengetahuan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Ibu Hamil Trimester I di Daerah Pesisir. *SAKTI BIDADARI (Satuan Bakti Bidan Untuk Negeri)*, 5(2), 64-71.
- Friani, S. R., Turnip, M. S., & Siahaan, A. N. (2021). Peningkatan Kompetensi Bidan Melalui Pelatihan Berbasis Simulasi. *Multidisiplin Paradigma Journal*, 1(1), 16-20.
- Handayani, W., Nisa, S., Armalini, R., Maulina, I., Afnas, N. H., & Sari, Y. K. (2025). Optimalisasi kesehatan ibu hamil melalui penyuluhan dan pemeriksaan. *Jurnal Abdimas Maduma*, 4(2), 40-44.
- Hesti, N., Wildayani, D., & Zulfita, Z. (2022). Edukasi persiapan fisik dan mental serta pendamping persalinan pada kelompok ibu hamil. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdi Terhadap Masyarakat)*, 2(2), 154-159.
- Linar, C., Muammar, M., Wulandari, W., Aulia, N., Lageana, Z., & Al Humaira, F. (2025). Edukasi Tentang Tanda Bahaya Pada Kehamilan di BPM Salabiah Kota Lhokseumawe. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 5(2), 104-110.
- Mappanyukki, A. A., & Jayadilaga, Y. (2024). Manfaat Olahraga Ringan Jalan Kaki Pada Remaja, Ibu Hamil Dan Lansia: Literature Review. *Pustaka Katulistiwa: Karya Tulis Ilmiah Keperawatan*, 5(1), 34-39.
- Muliani, U., & Bertalina, B. (2025). HUBUNGAN PENGETAHUAN & SIKAP DENGAN KEPATUHAN IBU HAMIL MENGONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH DI TIYUH PANARAGAN LAMPUNG. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(2), 65-72.
- Nainggolan, S., Ameliana, Y., & Nurbaiti, M. (2025). Hubungan Antara Konsumsi Tablet Tambah Darah Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *JURNAL KEPERAWATAN RAFLESIA*, 7(2), 71-82.
- Nurbaity, B., Rahmah, S., Agustina, A., & Unaida, R. (2025). Hubungan komunikasi bidan dengan tingkat kepuasan ibu hamil pada pelayanan antenatal care di Puskesmas Sawang, Aceh Utara. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 9(1), 6-11.
- Paddu, V. A. D. K., Wadu, J., Rihi, D. W., & Djaha, A. S. A. (2025). PENGELOLAAN WILAYAH PESISIR PANTAI DI KECAMATAN SABU BARAT KABUPATEN SABU RAIJUA. *Kybernlology Jurnal Ilmu Pemerintahan dan Administrasi Publik*, 3(1), 298-309.

- Prajayanti, H., & Baroroh, I. (2023). Pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya gizi pada masa kehamilan. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 6(1), 1-7.
- Rahman, R. (2025). Aksesibilitas, Ketersediaan Tenaga Kerja, dan Ketersediaan Fasilitas Pemanfaatan Pelayanan Kesehatan Puskesmas di Wilayah Pesisir: Literature Review. *Jurnal Kendari Kesehatan Masyarakat*, 4(3), 136-152.
- Septiana, M., Sapitri, A., & Novita, N. (2024). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Maarif Baturaja*, 9(1), 159-167.
- Suhardi, S., & Irmadani, A. S. (2025). Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan Melalui Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil. *Jurnal Manajemen Bisnis dan Kesehatan*, 1(3), 120-135.
- Tamar, M. (2025). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG TABLET TAMBAH DARAH SEBAGAI PENCEGAH ANEMIA PADA IBU HAMIL. *Masker Medika*, 13(1), 8-17.
- Wulandari, S., Sanjaya, D. M., & Yulastini, F. (2025). Edukasi Kepatuhan Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. *SAMBARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 260-267.
- Yulia Herliani, S. S. T., Keb, M., Rolita Efriani, S., Keb, M., Sujanti, S., Khodijah, U. P., ... & Keb, M. (2024). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. Nuansa Fajar Cemerlang.
- Yunie, C., ST, S., & Ringganis, G. (2022). Komunikasi Konseling Dalam Pelayanan Kebidanan Di Indonesia (Literature Review). *JURNAL KESEHATAN BIDKESMAS RESPATI*, 2(13), 22-28.