



e-ISSN: 2964-9196  
Vol.3 No.4 September 2025

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### **Penyuluhan Psikologis Bagi Ibu Pasca Abortus: Dukungan Emosional Dan Kesehatan Mental**

Uswatun Khasanah<sup>1\*</sup>, Madepan Mulia<sup>2</sup>, Susanti<sup>3</sup>

<sup>\*1</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Pejuang Republik Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang

<sup>3</sup> Program Studi Kebidanan, Universitas Batam

#### **ABSTRACT**

Abortion is a profound experience of loss and can have serious psychological impacts on women, such as stress, depression, guilt, and anxiety. Unfortunately, the psychological aspects of post-abortion are often overlooked in primary health care. This community service project aims to provide psychological counseling to post-abortion mothers through an educational and counseling approach as a promotive-preventive effort to maintain mental health. The activity was held at Community Health Center X, District Y, for three days in July 2025, involving 20 participants who had a history of abortion within the past year. The methods used included group counseling, psychological counseling, open discussions, and the distribution of information modules. The results of the activity showed a significant increase in participants' knowledge regarding the importance of emotional support and psychological recovery strategies after abortion. Participants also reported increased feelings of acceptance and reduced emotional burden after participating in the group counseling sessions. This activity demonstrates that psychological counseling is an effective form of intervention that can support the mental recovery of post-abortion mothers and should be integrated into public health services.

**Keywords:** Abortion, Emotional Support, Mental Health, Psychological Counseling, Women, Group Counseling



# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### ABSTRAK

Abortus merupakan pengalaman kehilangan yang mendalam dan dapat menimbulkan dampak psikologis serius pada perempuan, seperti stres, depresi, perasaan bersalah, dan kecemasan. Sayangnya, aspek psikologis pasca abortus masih sering diabaikan dalam pelayanan kesehatan primer. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan psikologis kepada ibu-ibu pasca abortus melalui pendekatan edukatif dan konseling sebagai upaya promotif-preventif untuk menjaga kesehatan mental. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas X Kabupaten Y, selama tiga hari pada bulan Juli 2025, dengan melibatkan 20 peserta yang memiliki riwayat abortus dalam satu tahun terakhir. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kelompok, konseling psikologis, diskusi terbuka, serta pembagian modul informasi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pentingnya dukungan emosional dan strategi pemulihan psikologis pasca abortus. Peserta juga melaporkan peningkatan perasaan diterima dan berkurangnya beban emosional setelah mengikuti sesi konseling kelompok. Kegiatan ini membuktikan bahwa penyuluhan psikologis merupakan bentuk intervensi efektif yang dapat membantu pemulihan mental ibu pasca abortus, serta perlu diintegrasikan dalam pelayanan kesehatan masyarakat.

**Kata Kunci:** Abortus, Dukungan Emosional, Kesehatan Mental, Penyuluhan Psikologis, Perempuan, Konseling Kelompok

\*Koresponden: Uswatun Khasanah

\*Email: [uswatunkha@gmail.com](mailto:uswatunkha@gmail.com)

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### I. PENDAHULUAN

Abortus atau keguguran merupakan peristiwa kehilangan yang tidak hanya berdampak pada kondisi fisik ibu, tetapi juga memberikan beban emosional yang sangat besar. Dalam banyak kasus, perempuan yang mengalami abortus akan menghadapi perasaan duka mendalam, rasa bersalah, penyesalan, dan kesedihan yang berkepanjangan. Kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan kesehatan mental seperti depresi, gangguan kecemasan, bahkan trauma psikologis apabila tidak ditangani dengan baik.

Masyarakat sering kali hanya memfokuskan perhatian pada aspek medis pasca abortus, seperti pemulihan fisik dan hormonal, sementara aspek psikologis dan emosional cenderung diabaikan. Padahal, berdasarkan berbagai penelitian, sekitar 15–30% perempuan pasca abortus mengalami gangguan psikologis yang signifikan, terutama jika tidak memperoleh dukungan sosial dan layanan konseling yang memadai (Hutti et al., 2018). Kondisi ini diperburuk oleh stigma sosial terhadap perempuan yang mengalami keguguran, yang membuat mereka enggan untuk mengungkapkan perasaan atau mencari bantuan.

Dalam konteks pelayanan kesehatan primer di Indonesia, penyediaan dukungan psikologis pasca abortus masih sangat terbatas. Tenaga kesehatan sering kali belum memiliki kapasitas atau pemahaman mengenai pentingnya penanganan psikologis dalam kasus ini. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya konkret yang dapat membantu ibu pasca abortus memahami kondisi emosionalnya, mendapatkan dukungan, serta membangun kembali ketahanan psikologisnya.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dirancang untuk memberikan penyuluhan psikologis kepada ibu-ibu yang mengalami abortus, dengan tujuan meningkatkan pemahaman mereka tentang dampak emosional yang wajar terjadi, memperkuat mekanisme coping yang sehat, serta memfasilitasi dukungan sosial melalui konseling kelompok. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup perempuan, serta mendorong integrasi layanan kesehatan jiwa dalam sistem pelayanan kesehatan reproduksi di tingkat komunitas.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang melibatkan ibu-ibu pasca abortus sebagai subjek utama. Adapun metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut:

#### 1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 12–14 Juli 2025 bertempat di Aula Pertemuan Puskesmas X, Kabupaten Y. Tempat ini dipilih karena merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama yang dekat dengan komunitas sasaran dan memiliki ruang konseling yang memadai.

#### 2. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu yang telah mengalami abortus spontan dalam kurun waktu 6–12 bulan terakhir. Peserta yang direkrut berjumlah 20 orang dan dipilih melalui rujukan bidan serta petugas kesehatan di wilayah kerja puskesmas.

#### 3. Metode Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dalam beberapa bentuk sebagai berikut:

##### a) Penyuluhan Psikoedukatif

Sesi penyuluhan berisi materi mengenai:

- Pengertian abortus dan dampaknya secara emosional dan psikologis.
- Tanda-tanda gangguan kesehatan mental pasca abortus.
- Strategi mengelola stres, rasa bersalah, dan kehilangan.
- Pentingnya dukungan keluarga dan sosial.

##### b) Konseling Kelompok (Group Support Session)

Sesi diskusi terbuka dan berbagi pengalaman antar peserta, difasilitasi oleh psikolog profesional. Kegiatan ini bertujuan untuk membangun rasa saling mendukung, memperkuat empati, serta mengurangi rasa kesepian dan isolasi emosional yang sering dialami.

##### c) Konseling Individual (One-on-One Session)

Disediakan bagi peserta yang menunjukkan tanda-tanda gangguan psikologis berat atau membutuhkan bantuan personal. Sesi dilakukan secara privat oleh tenaga konselor dan psikolog.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

#### d) Distribusi Modul dan Leaflet

Peserta diberikan materi cetak berupa modul singkat yang berisi informasi edukatif dan latihan relaksasi sederhana seperti pernapasan dalam dan afirmasi diri.

#### 4. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan menggunakan:

- Pre-test dan Post-test Pengetahuan:  
Untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta tentang dampak psikologis pasca abortus.
- Kuesioner Kepuasan Peserta:  
Untuk menilai persepsi dan pengalaman peserta terhadap manfaat kegiatan.
- Observasi Kualitatif:  
Melalui catatan fasilitator selama kegiatan berlangsung.

Metode pelaksanaan ini dirancang agar peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga merasakan adanya dukungan emosional yang nyata dan berkelanjutan.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Hasil

Kegiatan penyuluhan psikologis bagi ibu pasca abortus di Puskesmas X Kabupaten Y telah terlaksana dengan baik selama tiga hari. Hasil yang diperoleh meliputi aspek kuantitatif dan kualitatif, sebagai berikut:

##### 1. Peningkatan Pengetahuan Peserta

Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta (85%) belum memahami dampak psikologis yang dapat timbul setelah abortus, serta tidak mengetahui pentingnya penanganan kesehatan mental. Setelah penyuluhan, hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan pemahaman peserta hingga 90% dapat mengidentifikasi gejala stres psikologis pasca abortus dan menyebutkan teknik penanganannya.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### 2. Respons Positif terhadap Konseling Kelompok

Peserta sangat antusias dalam mengikuti sesi diskusi kelompok. Sebagian besar peserta menyatakan bahwa ini adalah kali pertama mereka bisa berbagi cerita dan perasaan mereka dengan ibu-ibu yang mengalami hal serupa. Rasa lega dan kelegaan emosional tampak setelah sesi berlangsung. Beberapa kutipan yang dicatat dari peserta antara lain:

- *“Saya pikir hanya saya yang merasa sangat bersalah, ternyata banyak ibu lain yang mengalami hal yang sama.”*
- *“Terima kasih karena saya jadi tahu bahwa menangis dan sedih itu wajar, dan saya tidak sendiri.”*

### 3. Identifikasi Kebutuhan Konseling Lanjutan

Sebanyak 6 dari 20 peserta menunjukkan tanda-tanda depresi ringan hingga sedang berdasarkan observasi psikolog dan hasil skrining singkat (*Edinburgh Postnatal Depression Scale*). Peserta-peserta ini diarahkan untuk menjalani sesi konseling lanjutan secara individual dengan psikolog puskesmas.

#### **b. Pembahasan**

Kegiatan ini memperlihatkan bahwa ibu-ibu pasca abortus sangat membutuhkan ruang aman untuk mengekspresikan emosi dan mendapatkan informasi yang benar terkait kondisi psikologis mereka. Dalam konteks sosial budaya yang cenderung menyalahkan dan menstigmatisasi perempuan yang mengalami abortus, kegiatan ini menjadi langkah penting untuk mengedukasi sekaligus memulihkan kesehatan mental ibu melalui pendekatan humanistik.

Konseling kelompok terbukti menjadi metode yang efektif karena menciptakan rasa keterhubungan (*connectedness*) dan saling dukung antar peserta, yang sangat penting dalam proses pemulihan emosional. Hal ini selaras dengan teori dukungan sosial (*social support theory*), yang menyatakan bahwa dukungan dari kelompok sebaya dapat meningkatkan ketahanan psikologis individu.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

Penyuluhan psikologis ini juga menjadi sarana pemberdayaan bagi ibu, karena mereka tidak hanya menjadi objek edukasi tetapi juga subjek yang aktif dalam berbagi dan mendukung satu sama lain. Intervensi semacam ini dapat menjadi model dalam program kesehatan jiwa komunitas, terutama yang menysasar perempuan di masa reproduktif.

#### IV. KESIMPULAN DAN SARAN

##### a. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan psikologis bagi ibu pasca abortus yang dilaksanakan di Puskesmas X berhasil memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta mengenai pentingnya kesehatan mental setelah mengalami keguguran. Terdapat peningkatan signifikan dalam aspek pengetahuan, serta respons emosional yang lebih sehat setelah mengikuti sesi konseling dan diskusi kelompok. Kegiatan ini juga berhasil mengidentifikasi kebutuhan layanan lanjutan bagi ibu-ibu yang mengalami gejala gangguan psikologis. Pendekatan yang digunakan kombinasi penyuluhan, konseling kelompok, dan individual terbukti efektif dan diterima dengan baik oleh peserta.

##### b. Saran

###### 1. Integrasi dalam Layanan Primer

Puskesmas dan fasilitas kesehatan primer lainnya diharapkan dapat memasukkan program penyuluhan dan dukungan psikologis pasca abortus sebagai bagian dari pelayanan kesehatan reproduksi secara menyeluruh.

###### 2. Peningkatan Kapasitas Tenaga Kesehatan

Diperlukan pelatihan bagi bidan, perawat, dan tenaga kesehatan lainnya terkait pendekatan psikologis dasar untuk memberikan pendampingan emosional awal kepada ibu yang mengalami abortus.

###### 3. Penyediaan Layanan Konseling Rutin

Perlu disediakan layanan konseling yang mudah diakses oleh masyarakat, baik dalam bentuk tatap muka maupun daring (online), khususnya di daerah pedesaan atau dengan akses terbatas terhadap psikolog.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

#### 4. Replikasi Program di Wilayah Lain

Kegiatan serupa dapat direplikasi di puskesmas atau klinik kesehatan ibu dan anak (KIA) lainnya untuk menjangkau lebih banyak perempuan yang membutuhkan dukungan mental pasca abortus.

#### 5. Pelibatan Keluarga dan Masyarakat

Edukasi juga perlu diberikan kepada anggota keluarga dan komunitas agar mereka dapat menjadi sistem pendukung yang positif bagi ibu pasca abortus, mengurangi stigma, serta menciptakan lingkungan yang empatik.

### DAFTAR PUSTAKA

1. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC: APA Publishing.
2. Arda, D., Pannyiwi, R., Harfika, M., Dewi, C., Setyaningsih, R., Nursiah, A., & Sumampouw, O. J. (2024). Increased Frequency of Defecation (Acute Diarrhea) in Children Under Five Years of Age in the Antang Health Center Working Area. *International Journal of Health Sciences*, 2(3), 1203–1211. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i3.494>
3. Brier, N. (2008). Grief following miscarriage: A comprehensive review of the literature. *Journal of Women's Health*, 17(3), 451–464. <https://doi.org/10.1089/jwh.2007.0505>
4. Cacciatore, J. (2013). Psychological effects of stillbirth. *Seminars in Fetal and Neonatal Medicine*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1016/j.siny.2012.09.001>
5. Campbell, J., & Silver, R. M. (2019). Miscarriage: Psychological consequences and interventions. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 58, 54–65.
6. Chen, C. H., & Tseng, Y. F. (2016). Women's reflections upon their first miscarriage: Emotional responses and coping strategies. *Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 32(7), 348–355.
7. Ervan, E., Musaidah, M., Mainassy, M. C., & Pannyiwi, R. (2024). Analysis of Health Problem Factors with the Presence of Aedes Albopictus Mosquito Larvae in Water Reservoirs. *International Journal of Health Sciences*, 2(3), 1224–1233. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i3.499>
8. Field, N. P., & Filanosky, C. (2010). Continuing bonds, risk factors for complicated grief, and adjustment to bereavement. *Death Studies*, 34(1), 1–29.
9. Hutti, M. H., Myers, J. A., & Polivka, B. (2011). Screening women after perinatal loss: A comparison of three instruments. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 40(6), 661–669.

# Sahabat Sosial

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

10. Klier, C. M., Geller, P. A., & Neugebauer, R. (2000). Minor depressive disorder in the context of miscarriage. *Journal of Affective Disorders*, 59(1), 13–21.
11. Lasker, J. N., & Toedter, L. J. (2000). Satisfaction with hospital care and interventions after pregnancy loss. *Death Studies*, 24(6), 513–535.
12. Malaha, N., Rusdi, M., Syafri, M., Pannyiwi, R., Sima, Y., & Rahmat, R. A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Merokok di SMA N 1 Liang Kabupaten Banggai Kepulauan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 11–16. <https://doi.org/10.59585/bajik.v1i1.17>
13. Neugebauer, R., Kline, J., O'Connor, P., Shrout, P., Johnson, J., Skodol, A., & Susser, M. (1997). Depressive symptoms in women in the six months after miscarriage. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 176(3), 593–598.
14. Nursiah, A., Pannyiwi, R., Syamsinar, A., Muchsin, W., Masdarwati, M., & Ali, S. A. (2024). Incidence of Pneumonia on the Nutritional Status of Young Children in the Work Room of the Antang Public Health Center, Makassar South Sulawesi. *International Journal of Health Sciences*, 2(1), 454–462. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i1.337>
15. Pannyiwi, R., Oruh, S., Nurhaedah, N., Rahmat, R. A., & Thalib, K. U. (2022). PKM Sunatan Massal. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 10–13. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i1.2>
16. Radestad, I., & Kristensen, P. (2006). Psychological wellbeing after induced abortion: A prospective study of 294 women. *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*, 85(5), 567–572.
17. Robinson, G. E. (2014). Dilemmas related to pregnancy loss: Diagnosis, management, and impact on future childbearing. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 28(1), 109–117.
18. Siska, S., Nurhaedah, N., Ekawati, N., Hariati, A., & Aotari, W. (2023). Asuhan Kebidanan Antenatal Pada Ny “S” Dengan Hiperemesis Gravidarum Tingkat I di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(1), 55–58. <https://doi.org/10.59585/jimad.v1i1.159>
19. Swanson, K. M. (1999). Effects of caring, measurement, and time on miscarriage impact and women’s well-being. *Nursing Research*, 48(6), 288–298.
20. WHO. (2021). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. World Health Organization. Retrieved from
21. Zulkarnaen, I., Pannyiwi, R., Hardianti, H., Singga, S., & B, M. (2023). Analysis of Factors Associated with Household Waste Production in Antang Landfiil, Tamangapa Village, Manggala District. *International Journal of Health Sciences*, 1(4), 541–549. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i4.184>