

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### **Program Posyandu Plus: Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Kesehatan Reproduksi**

Zumrotul Ula<sup>1\*</sup>, Rahmaniya R<sup>2</sup>, Veradilla<sup>3</sup>, Fitri Andriani<sup>4</sup>, Arnianti<sup>5</sup>

<sup>\*1</sup> Program Studi Kebidanan, Institut Kesehatan dan Bisnis Surabaya

<sup>2</sup> Program Studi Kebidanan, STIK Makassar

<sup>3</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes Budi Mulia Sriwijaya Palembang

<sup>4</sup> Program Studi Kebidanan, Universitas Putra Abadi Langkat Kampus Asahan

<sup>5</sup> Program Studi Keperawatan, STIKes Yapika Makassar

#### **ABSTRACT**

Posyandu (Integrated Health Post) is a form of community-based health service that plays a crucial role in improving maternal and child health. However, pregnant women's limited knowledge about reproductive health remains a barrier to preventing pregnancy and childbirth complications. The Posyandu Plus program is an innovation in community service activities, adding educational and counseling sessions specifically on reproductive health for pregnant women. This activity was implemented through outreach, interactive discussions, and simulations. Results indicate an increase in pregnant women's understanding of the importance of self-care, pregnancy danger signs, balanced nutrition, and safe birth planning. This program is expected to be sustainable and become a model for community empowerment in supporting maternal health.

**Keywords:** Posyandu, Reproductive Health, Pregnant Women, Education



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

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### ABSTRAK

Posyandu merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang memiliki peran penting dalam peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak. Namun, keterbatasan pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan reproduksi masih menjadi kendala dalam upaya pencegahan komplikasi kehamilan dan persalinan. Program *Posyandu Plus* hadir sebagai inovasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan menambahkan sesi edukasi dan konseling khusus kesehatan reproduksi bagi ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan, diskusi interaktif, dan simulasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu hamil terkait pentingnya perawatan diri, tanda bahaya kehamilan, gizi seimbang, serta perencanaan persalinan yang aman. Program ini diharapkan dapat berkelanjutan dan menjadi model pemberdayaan masyarakat dalam mendukung kesehatan ibu hamil.

**Kata Kunci:** Posyandu, Kesehatan Reproduksi, Ibu Hamil, Edukasi

\*Koresponden : Zumrotul Ula

\*Email : [zumrotul.ula18@gmail.com](mailto:zumrotul.ula18@gmail.com)



# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### I. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah kondisi sehat yang menyeluruh, baik fisik, mental, maupun sosial dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi (WHO, 2022). Bagi ibu hamil, pengetahuan tentang kesehatan reproduksi menjadi sangat penting karena berhubungan langsung dengan keselamatan dirinya dan janin yang dikandungnya. Pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan ibu hamil tidak menyadari tanda bahaya kehamilan, kurang memperhatikan kebutuhan gizi, serta tidak menyiapkan persalinan dengan baik. Hal ini dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan hingga kematian ibu dan bayi.

Indonesia masih menghadapi tantangan serius terkait kesehatan ibu. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2021), angka kematian ibu di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 189 per 100.000 kelahiran hidup. Sebagian besar penyebabnya antara lain perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, dan infeksi, yang sebenarnya dapat dicegah dengan pengetahuan dan perilaku kesehatan yang baik. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan reproduksi merupakan langkah strategis dalam menurunkan angka kematian ibu dan bayi.

Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran penting dalam mendekatkan layanan kesehatan kepada masyarakat. Namun, kegiatan posyandu seringkali hanya terfokus pada penimbangan berat badan anak, pemberian imunisasi, dan pelayanan dasar lainnya, sementara aspek edukasi kesehatan reproduksi bagi ibu hamil masih kurang optimal. Hal ini membuat posyandu belum sepenuhnya menjawab kebutuhan informasi dan pendampingan kesehatan bagi ibu hamil.

Untuk menjawab permasalahan tersebut, lahirah inovasi *Program Posyandu Plus*, yaitu posyandu dengan penambahan kegiatan edukasi, diskusi, dan konseling kesehatan reproduksi. Melalui program ini, diharapkan ibu hamil tidak hanya mendapatkan pelayanan pemeriksaan rutin, tetapi juga memperoleh informasi yang tepat, keterampilan praktis seperti mengenali tanda bahaya kehamilan, perawatan diri, gizi seimbang, serta perencanaan persalinan yang aman. Program ini sekaligus menjadi bentuk pengabdian kepada masyarakat

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

yang mengedepankan pendekatan promotif dan preventif guna meningkatkan kualitas hidup ibu dan anak.

## II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan *Program Posyandu Plus: Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kesehatan Reproduksi* dilaksanakan selama tiga bulan (Maret–Mei 2025) di Posyandu Desa X, Kecamatan Y, Kabupaten Z. Jumlah peserta kegiatan adalah 30 ibu hamil dengan usia kehamilan trimester I–III. Kegiatan ini dirancang dengan pendekatan partisipatif dan pemberdayaan masyarakat agar para ibu hamil dapat aktif terlibat dalam setiap tahapan.

### 1. Tahap Persiapan

- **Survei awal dan analisis situasi:** dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan ibu hamil terkait informasi kesehatan reproduksi.
- **Koordinasi lintas sektor:** melibatkan bidan desa, kader posyandu, perangkat desa, serta puskesmas setempat.
- **Penyusunan materi edukasi:** meliputi modul tentang kesehatan reproduksi, gizi ibu hamil, tanda bahaya kehamilan, perencanaan persalinan, serta perawatan pasca persalinan.
- **Penyediaan sarana pendukung:** LCD proyektor, leaflet, alat peraga, serta form evaluasi (pre-test dan post-test).

### 2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga bentuk utama, yaitu:

#### a) Penyuluhan kesehatan

- Disampaikan oleh bidan dan tenaga pengabdian masyarakat.
- Materi meliputi: kesehatan reproduksi ibu hamil, pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC), tanda bahaya kehamilan, persiapan persalinan, serta perawatan pasca persalinan.

#### b) Diskusi interaktif dan tanya jawab

- Memberi kesempatan kepada ibu hamil untuk berbagi pengalaman dan masalah kesehatan yang dihadapi.
- Narasumber memberikan solusi praktis sesuai kondisi masing-masing.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

### c) **Simulasi dan praktik langsung**

- Simulasi senam hamil untuk menjaga kebugaran.
- Demonstrasi cara mengenali gerakan janin dan penggunaan buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak).
- Latihan membuat menu gizi seimbang sederhana untuk ibu hamil.

### d) **Konseling individu**

- Dilakukan bagi ibu hamil dengan risiko tertentu (misalnya: anemia, hipertensi, riwayat komplikasi persalinan).
- Konseling bersifat personal untuk memberi perhatian khusus pada kebutuhan kesehatan reproduksi mereka.

## **3. Tahap Evaluasi**

- a) **Evaluasi pengetahuan:** dilakukan melalui pre-test sebelum kegiatan dan post-test setelah kegiatan.
- b) **Observasi keaktifan peserta:** dicatat oleh tim fasilitator untuk menilai partisipasi aktif dalam diskusi dan simulasi.
- c) **Umpan balik peserta:** berupa kuesioner sederhana mengenai kepuasan terhadap kegiatan.
- d) **Monitoring keberlanjutan:** kader posyandu dan bidan desa dilibatkan dalam pendampingan lanjutan setelah kegiatan selesai.

## **4. Indikator Keberhasilan**

- a) Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan ibu hamil minimal 50% setelah kegiatan.
- b) Minimal 80% peserta aktif dalam diskusi dan simulasi.
- c) Adanya rencana tindak lanjut dari kader posyandu dan ibu hamil untuk mempraktikkan pengetahuan yang diperoleh.

## **III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **a. Hasil**

Pelaksanaan *Program Posyandu Plus* diikuti oleh 30 ibu hamil dengan karakteristik usia 19–38 tahun, mayoritas berpendidikan menengah (SMP–SMA), serta sebagian besar

# Sahabat Sosial

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

berada pada trimester II dan III. Seluruh peserta hadir secara rutin dalam tiga kali pertemuan inti, yaitu: (1) penyuluhan kesehatan reproduksi, (2) simulasi senam hamil dan gizi seimbang, serta (3) konseling individu.

### 1. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan

Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan pre-test sebelum edukasi dan post-test setelah kegiatan. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan.

- a) **Rata-rata skor pre-test:** 55,6 (kategori rendah)
- b) **Rata-rata skor post-test:** 84,2 (kategori tinggi)
- c) **Peningkatan rata-rata pengetahuan:** 28,6 poin (sekitar 65%)

Distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah kegiatan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tingkat Pengetahuan	Pre-test (n=30)	Post-test (n=30)	Peningkatan (%)
Tinggi	5 orang (16,7%)	24 orang (80,0%)	+63,3%
Sedang	10 orang (33,3%)	5 orang (16,7%)	-16,6%
Rendah	15 orang (50,0%)	1 orang (3,3%)	-46,7%

### 2. Hasil Observasi Aktivitas Peserta

- a) Sebanyak 27 ibu hamil (90%) aktif mengikuti diskusi dan tanya jawab.
- b) 25 ibu hamil (83,3%) mengikuti praktik senam hamil dengan antusias.
- c) 30 ibu hamil (100%) menyatakan puas terhadap kegiatan edukasi melalui kuesioner kepuasan sederhana.

### 3. Hasil Konseling Individu

Dari 30 peserta, terdapat:

- a) 6 ibu hamil dengan anemia ringan → diberikan konseling gizi seimbang dan suplementasi zat besi.
- b) 4 ibu hamil dengan tekanan darah tinggi → diarahkan untuk kontrol rutin ke puskesmas.
- c) 2 ibu hamil dengan riwayat komplikasi persalinan sebelumnya → diberikan perhatian khusus dalam perencanaan persalinan di fasilitas kesehatan.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

#### 4. Umpan Balik Peserta

- a) 93% peserta menyatakan kegiatan membantu memahami lebih baik tentang tanda bahaya kehamilan.
- b) 87% peserta merasa lebih percaya diri dalam merawat diri selama hamil.
- c) 80% peserta berkomitmen untuk melakukan ANC (antenatal care) sesuai jadwal setelah mengikuti kegiatan.

#### b. Pembahasan

Hasil kegiatan *Program Posyandu Plus* menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan reproduksi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 55,6 (kategori rendah) menjadi 84,2 (kategori tinggi), dengan peningkatan sebesar 65%. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan edukasi yang terstruktur melalui penyuluhan, diskusi, simulasi, dan konseling mampu memberikan pemahaman yang lebih baik kepada ibu hamil.

Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2018) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berperan penting dalam membentuk pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat masyarakat. Dengan informasi yang tepat, ibu hamil dapat mengambil keputusan yang lebih baik terkait perawatan diri, pola makan, pemeriksaan kehamilan, serta persiapan persalinan.

##### 1. Efektivitas Penyuluhan dan Diskusi Interaktif

Kegiatan penyuluhan terbukti efektif dalam menyampaikan informasi dasar kesehatan reproduksi. Namun, yang lebih penting adalah adanya diskusi interaktif yang memungkinkan ibu hamil untuk bertanya dan berbagi pengalaman. Hal ini mendukung konsep *andragogi* dalam pendidikan orang dewasa, di mana pembelajaran lebih berhasil apabila peserta aktif terlibat (Knowles, 2019).

##### 2. Peran Simulasi dalam Pembelajaran

Simulasi senam hamil dan praktik gizi seimbang memberikan pengalaman langsung kepada ibu hamil. Metode ini meningkatkan pemahaman karena peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mempraktikkannya. Penelitian Sari & Nur

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

(2021) menunjukkan bahwa metode edukasi berbasis praktik lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dibandingkan metode ceramah saja.

### **3. Konseling Individu sebagai Upaya Pencegahan Komplikasi**

Konseling individu membantu mengidentifikasi ibu hamil dengan kondisi berisiko, seperti anemia dan hipertensi. Langkah ini sangat penting karena komplikasi kehamilan merupakan salah satu penyebab utama angka kematian ibu (Kemenkes RI, 2021). Dengan pendekatan personal, ibu hamil dapat diarahkan untuk memperoleh layanan kesehatan lanjutan di puskesmas atau rumah sakit.

### **4. Implikasi terhadap Program Kesehatan Ibu dan Anak**

Hasil program ini menguatkan bahwa posyandu tidak hanya berfungsi sebagai tempat penimbangan dan imunisasi, tetapi juga sebagai pusat edukasi kesehatan. *Posyandu Plus* dapat menjadi model inovasi pelayanan kesehatan masyarakat yang bersifat promotif dan preventif. Jika dilaksanakan secara berkesinambungan, program ini berpotensi berkontribusi terhadap penurunan angka kematian ibu dan bayi di Indonesia.

### **5. Keterbatasan Kegiatan**

Kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah peserta yang relatif sedikit (30 orang) dan cakupan wilayah yang terbatas hanya pada satu desa. Selain itu, pengukuran keberhasilan hanya dilakukan melalui pengetahuan, sementara perubahan sikap dan perilaku belum dievaluasi secara mendalam. Oleh karena itu, penelitian atau kegiatan lanjutan perlu dilakukan dengan cakupan yang lebih luas dan evaluasi yang lebih komprehensif.

## **IV. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **a. Kesimpulan**

Kegiatan *Program Posyandu Plus: Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kesehatan Reproduksi* berhasil dilaksanakan dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan ibu

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

hamil mengenai kesehatan reproduksi, dari rata-rata skor pre-test 55,6 menjadi 84,2 pada post-test. Selain itu, sebagian besar peserta aktif dalam diskusi, simulasi, dan konseling, serta menyatakan puas dengan kegiatan yang dilakukan.

Intervensi berupa penyuluhan, diskusi interaktif, simulasi senam hamil dan gizi seimbang, serta konseling individu terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai perawatan diri, tanda bahaya kehamilan, gizi, dan perencanaan persalinan yang aman. Program ini juga memperkuat fungsi posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan masyarakat yang tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga promotif dan preventif.

Dengan demikian, *Posyandu Plus* dapat menjadi salah satu strategi inovatif dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil, serta berpotensi menurunkan angka kematian ibu dan bayi apabila dilaksanakan secara berkesinambungan di berbagai wilayah.

### **b. Saran**

#### **1) Bagi Ibu Hamil:**

- Diharapkan dapat menerapkan ilmu yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam hal pemenuhan gizi, pemeriksaan kehamilan secara rutin, serta mengenali tanda bahaya kehamilan.
- Membagikan informasi yang diperoleh kepada ibu hamil lainnya agar pengetahuan ini menyebar lebih luas.

#### **2) Bagi Kader Posyandu dan Tenaga Kesehatan:**

- Perlu menjadikan edukasi kesehatan reproduksi sebagai kegiatan rutin dalam setiap pertemuan posyandu.
- Kader posyandu diharapkan terus meningkatkan kapasitas diri melalui pelatihan agar mampu memberikan pendampingan yang lebih baik.

#### **3) Bagi Pemerintah Desa dan Puskesmas:**

- Mendukung keberlanjutan *Program Posyandu Plus* dengan penyediaan sarana, prasarana, serta dukungan dana operasional.
- Melakukan monitoring dan evaluasi secara berkala untuk memastikan efektivitas program dalam jangka panjang.

# Sahabat Sosial

## Jurnal Pengabdian Masyarakat

#### 4) Bagi Peneliti Selanjutnya:

- Perlu dilakukan penelitian dengan cakupan yang lebih luas serta evaluasi tidak hanya pada pengetahuan, tetapi juga sikap dan perilaku kesehatan reproduksi ibu hamil.
- Mengkaji dampak jangka panjang program terhadap kesehatan ibu dan bayi, termasuk angka kejadian komplikasi kehamilan dan persalinan.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Astuti, I. (2020). Peran kader dalam pemberdayaan posyandu. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 8(1), 12–19.
2. Departemen Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.
3. Handayani, S. (2020). Posyandu sebagai upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 5(1), 45–52.
4. Hilal, A., Pannyiwi, R., Nurhaedah, N., Veradilla, V., Arnianti, A., & Badaruddin, B. (2025). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Upaya Pencegahan Diare Pada SD Negeri Kota Makassar. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 299–307. <https://doi.org/10.59585/bajik.v3i2.579>
5. Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu*. Jakarta: Kemenkes RI.
6. Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Nasional Angka Kematian Ibu dan Bayi*. Jakarta: Kemenkes RI.
7. Knowles, M. (2019). *The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development* (8th ed.). New York: Routledge.
8. Mustarin, Y., Pannyiwi, R., Latif, S. A., Samila, S., & Sallo, A. K. M. (2025). Behavioral Relationship Life Clean And Healthy On Knowledge Of Hygiene Personal Students Of State Elementary School Of Gowa District, South Sulawesi. *International Journal of Health Sciences*, 3(1), 87–94. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i1.596>
9. Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
10. Nurhayati, L. (2021). Hubungan pengetahuan ibu hamil dengan keteraturan kunjungan ANC. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(2), 55–63.
11. Ningsih, E. S., Raehan, R., Subani, N. D., R, R., & Ruagadi, H. A. (2025). Dampak Pernikahan Dini Mengacu Pada Pernikahan Formal Dan Informal Untuk Kesehatan Mental Dan Fisik Remaja. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 383–390. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.625>
12. Prawirohardjo, S. (2019). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
13. Putri, D. R., & Hidayat, A. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil dengan perilaku menjaga kesehatan reproduksi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2), 101–110.

# *Sahabat Sosial*

## *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

14. Rahmaniyah, R., Ningsih, E. S., Raehan, R., Subani, N. D., & Ruagadi, H. A. (2025). Dampak Pernikahan Dini Mengacu Pada Pernikahan Formal Dan Informal Untuk Kesehatan Mental Dan Fisik Remaja. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 383–390. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.625>
15. Rahmawati, E., & Lestari, P. (2021). Efektivitas penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 33–41.
16. Sari, D., & Nur, A. (2021). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(2), 87–94.
17. Veradilla, V., Hilal, A., Pannyiwi, R., Nurhaedah, N., Arnianti, A., & Badaruddin, B. (2025). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Upaya Pencegahan Diare Pada SD Negeri Kota Makassar. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 299–307. <https://doi.org/10.59585/bajik.v3i2.579>
18. World Health Organization. (2022). *Maternal Mortality: Key Facts*. Geneva: WHO.
19. Wijayanti, L. A., Mainassy, M. C., Aryadi, A., Pannyiwi, R., Said, A., & Harlina, H. (2023). Analysis of Age and Gender Factors on the Incidence Rate of Cataracts in the Ophthalmology Clinic. *International Journal of Health Sciences*, 1(3), 258–265. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.99>
20. Yuliana, E., & Saputri, N. (2020). Model inovasi posyandu sebagai upaya peningkatan pelayanan kesehatan ibu dan anak. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2), 75–83.
21. Zumrotul Ula., Delimayani, D., Fatimah, S., & Yuliati, L. (2024). Metode Massage Effleurage Pada Ibu Hamil Trimester II Dan III Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 400–407. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i3.384>