

## EDUKASI BIRTH PLAN UNTUK MENGOPTIMALKAN KESEJAHTERAAN IBU DAN JANIN SELAMA PROSES PERSALINAN

Ika Yulianti<sup>1</sup>, Nurul Hidayatun Jalilah<sup>2</sup>, Rahmi Padlilah<sup>3</sup>, Cut Wilda Safitri<sup>4</sup>, Nuranita<sup>5</sup>  
<sup>1,2,3,4,5</sup> Jurusan Kebidanan, Universitas Borneo Tarakan

---

**\*Corresponding Author**  
**(Ika Yulianti)**

Email: ikatamaevan@gmail.com  
Alamat: Jurusan Kebidanan  
Universitas Borneo Tarakan  
Jl. Amal Lama No 1 Kota Tarakan

**History Artikel**

**Received:** 12-07-2024

**Accepted:** 08-01-2025

**Published:** 27-02-2025

**Abstrak.**

Angka kesakitan ibu selama proses persalinan dapat dikurangi dengan melakukan perencanaan persalinan yang tepat. Salah satu indicator keberhasilan birth plan kesehatan ibu dan janin dalam proses persalinan terpantau baik, seperti DJJ Terpantau normal, ibu tidak stress, nyeri persalinan terkelola dengan baik. Ibu dan keluarga yang siap dapat meningkatkan Kesehatan ibu dan janin. Salah satu upaya yang dilakukan melalui pemberian pendidikan Kesehatan tentang birth plan. Tujuan dilakukannya kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan informasi dan pengetahuan kepada ibu hamil, suami serta keluarga terkait pentingnya birth plan atau perencanaan dalam persalinan. Kegiatan ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa Kebidanan Universitas Borneo Tarakan dan kadar dalam mengumpulkan para ibu hamil yang tinggal di Selumit Pantai Kota Tarakan. Kegiatan ini dilaksanakan pada 26 April 2024. Tahapan dimulai dengan penjelasan mengenai birth plan, kemudian dilakukan sharing session bersama ibu hamil oleh mahasiswa Kebidanan Universitas Borneo Tarakan.

Kata Kunci: *Birth Plan*, Kesejahteraan Ibu dan Janin

**Abstract**

*Maternal morbidity during the birth process can be reduced by planning the right birth. One indicator of the success of the birth plan is that the well-being of the mother and fetus during the delivery process is well monitored, such as normal FHR monitored, the mother is not stressed, labor pain is well managed. Mothers and families who are ready can improve maternal and fetal health. One of the efforts made is through providing health education about birth plans. The aim of carrying out this service activity is to provide information and knowledge to pregnant women, husbands and families regarding the importance of birth plans or planning during childbirth. This activity was carried out by Midwifery lecturers and students at the University of Borneo Tarakan and gathered pregnant women who live in Selumit Beach, Tarakan City. This activity was carried out on April 26 2024. The stages began with an explanation of the birth plan, then a sharing session was held with pregnant women by Midwifery students at the University of Borneo Tarakan*

*Keywords: birth plan, maternal and fetal welfare*

---

**Pendahuluan**

Ketidaksiapan ibu dalam menghadapi persalinan merupakan salah satu faktor penyebab angka kematian ibu (AKI). Untuk

itu dilakukan mendukung upaya pengurangan AKI. Birth Plan merupakan hal penting yang harus ditingkatkan. persiapan untuk melahirkan dapat dilakukan dengan berbagai persiapan mulai dari

peningkatan pengetahuan ibu, mempersiapkan biaya, donor darah, pemilihan tempat persalinan dan tenaga penolong persalinan, persiapan pendamping persalinan. Selain itu melalui kunjungan Antenatal Care persiapan persalinan juga dapat dilakukan, dimana dengan mengikuti kelas ibu hamil wanita ibu bisa mendapatkan lengkap, jelas, dan informasi tentang struktur perawatan kehamilan, persalinan, nifas, dan perawatan bayi baru lahir (Yuliana et al., 2019).

Salah satu program pemerintah meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang cara mempersiapkan persalinan, yaitu program Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi (P4K). Dalam P4K salah satu bagian yang diutamakan yaitu perencanaan persalinan dan pencegahan komplikasi. Salah satu upaya mencegah komplikasi yaitu dengan rutin melakukan Kunjungan ANC (minimal 6x selama hamil).

Dalam setiap keluarga harmonis kelahiran merupakan suatu anugerah, oleh karena itu persalinan perlu disiapkan dengan sebaik-baiknya, agar proses persalinan dapat berlangsung dengan aman. Setiap rencana persalinan mencakup aspek yang berbeda tetapi keduanya bertujuan membantu dalam pendidikan ibu hamil, benar-benar keputusan sebelum, selama, emosional, tenaga dan memiliki kelahiran sesuai dengan yang diinginkan. Sebuah rencana kelahiran dapat bermanfaat bagi klien dan pasangannya, dan sering membuktikan tak ternilai harganya pada harinya. Rencana persalinan akan membantu klien dan pasangannya siap untuk proses melahirkan. Ini memberi klien kesempatan untuk mendiskusikan apa yang klien inginkan untuk diri sendiri dan bayinya (Puspita Ahti & Kusumawati, 2018).

Mempersiapkan rencana persalinan juga akan membantu untuk membiasakan klien dengan prosedur yang klien akan ikuti ketika hari spesial itu tiba. Hal ini pasti membantu mengurangi stress dalam menghadapi persalinan. Selain itu peran Bidan untuk mengoptimalkan pemanfaatan buku KIA saat kunjungan ANC sebagai bentuk dan dukungan informasi pada ibu hamil, mengaktifkan kelas ibu

hamil dan melibatkan suami dalam kegiatan kelas hamil tersebut, melakukan konseling persiapan persalinan kepada ibu hamil (Hesti, Novria Zulfita, 2022).

Kelurahan Selumit Pantai merupakan salah satu Wilayah Kerja Puskesmas Sebengkok, Kota Tarakan. Berdasarkan wawancara dengan bidan di Puskesmas diperoleh informasi jumlah ibu hamil yang memeriksakan diri sebanyak 68 orang ibu pada bulan Maret 2024. Beberapa permasalahan ibu hamil yang disampaikan oleh bidan diantaranya masih ada ibu hamil yang belum memiliki kartu jaminan Kesehatan, belum teratur ANC dan hasil wawancara dengan beberapa ibu hamil yang dijumpai periksa ke Puskesmas dapat disimpulkan ibu hamil belum memiliki perencanaan persalinan dan belum mengetahui apa saja yang diperlukan untuk menjaga Kesehatan ibu dan janin selama kehamilan dan persalinan.

Hasil pengamatan di Puskesmas Sebengkok terlihat banyak media promosi tentang birth plan seperti stiker P4K di buku ANC ibu hamil, pemberian konseling persiapan persalinan oleh bidan, sedangkan hasil pengamatan di kelurahan Selumit Pantai ibu hamil banyak yang belum melakukan Birth Plan disebabkan karena ibu fokus bekerja, ibu merupakan pendatang baru, sehingga persiapan persalinan dan pemantauan kesejahteraan janin belum optimal dilakukan ibu hamil.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan oleh tim pengabdian masyarakat, maka dilakukanlah pengabdian masyarakat dengan tema "Edukasi Birth Plan Untuk Mengoptimalkan Kesejahteraan Ibu Dan Bayi Di Selumit Pantai.

## Metode

Metode pendekatan yang digunakan pada program pengabdian masyarakat untuk menyelesaikan permasalahan Mitra. Kegiatan masyarakat dilakukan selama 1 minggu, kegiatan dilaksanakan di kelurahan selumit Pantai di bantu oleh mahasiswa, dan Kader. Kegiatan pengabdian ini di bagi 3 tahap yaitu:

### 1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilaksanakan beberapa kegiatan diantaranya pembatan

- proposal, perencanaan dan merancang Panduan Praktis Birth Plan
2. Tahap Pelaksanaan  
Tahap ini dilaksanakan pada tanggal 2 April 2024, beberapa kegiatan yang dilakukan antara lain pengisian pretest, edukasi birth Plan, pengembangan media promosi (leaflet).
  3. Tahap Evaluasi  
Pada tahap ini kegiatan yang dilaksanakan untuk melihat perkembangan kegiatan yang sudah dilakukan. Kegiatan yang dilakukan antara lain posttest, penilaian terhadap proses pelaksanaan kegiatan dan capaian akhir yang dituju.

### Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 26 April 2024 di Kelurahan selumit pantai yang diikuti oleh 48 ibu hamil dan keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh Dosen dan mahasiswa Jurusan Kebidanan Universitas Borneo Tarakan.

#### Karakteristik

Tabel 1 Karakteristik sasaran

Karakteristik	Frekuensi	%
<b>Umur</b>		
<20 tahun	5	10,42
20-35 tahun	30	62,50
>35 tahun	13	27,08
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	12	25,00
Tidak Bekerja	36	75,00
Total	48	100,00

Berdasarkan table 1. Di atas menunjukkan bahwa mayoritas sasaran berumur 20-35 tahun sebanyak 30 orang (62,5%) dan Sebagian besar ibu bekerja sebanyak 36 orang (75%).

Tabel 2. Hasil Pretest dan Postest Pemberian Edukasi Birth Plan

No	Pengetahuan	Hasil		
		Min	Max	Rata-rata
1		30	67	60
2		45	80	78

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil nilai terendah pretest 30 dan nilai maximal yang dicapai 67 dan rerata yang diperoleh 60. Hasil evaluasi setelah diberikan edukasi tentang *Birth Plan* diperoleh hasil *posttest* dengan nilai minimal yang dicapai 45, nilai *maximal* 80, dan nilai rerata 78. Hasil perhitungan dapat disimpulkan terdapat kenaikan nilai ibu hamil dari sebelum diberikan materi dengan setelah penyampaian materi dengan kenaikan nilai sebesar 18 (26,67%).

Ibu hamil yang telah menerima edukasi diharapkan dapat menjaga kehamilannya sehingga Kesehatan ibu dan janin dapat terjaga selama kehamilan sampai persalinan. Dengan adanya kegiatan ini sasaran yang sebelumnya hanya mengetahui persiapan persalinan hanya terbatas pada perlengkapan ibu dan bayi serta biaya untuk bersalin, dengan adanya kegiatan ini sasaran dapat menambah pengetahuannya tentang *birth plan* sehingga sasaran dapat menyiapkan semua keperluan persalinan dengan tepat seperti persiapan fisik, dan mental ibu.

Setelah dilakukan edukasi terdapat peningkatan skor sikap setelah dilakukan edukasi dimana pasangan suami istri akan menyiapkan persiapan persalinan baik secara fisik, psikologi dan finansial. Selain persiapan fisik dan finansial persiapan psikologis sangat diperlukan dalam menghadapi persalinan dengan adanya edukasi *birth plan* ini kecemasan, rasa takut dan perasaan lainnya yang memuat ibu tidak nyaman dapat diatasi dengan baik. hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan (Agustina & Utami, 2017). Dukungan yang diberikan pada ibu hamil dapat dilakukan dalam bentuk dukungan emotional, instrumental, penghargaan dan informationa. Dukungan sosial yang diterima oleh ibu diharapkan akan mempengaruhi kesejahteraan ibu janin. Ibu yang Bahagia selama kehamilannya dapat meningkatkan Kesehatan ibu dan janin, menurunkan risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan.

Untuk itu diharapkan suami dapat memberikan dukungan moril dan materil kepada ibu hamil karena dukungan tersebut memberikan manfaat kepada ibu dalam menjalani kehamilan dan persalinan.

Dukungan oleh tenaga kesehatan khususnya bidan juga dapat dimanfaatkan dalam mengoptimalkan pemanfaatan buku KIA saat kunjungan ANC sebagai bentuk dukungan informasi pada ibu hamil serta alat untuk memantau kesejahteraan ibu dan janin selama kehamilan.

### Kesimpulan

Hasil pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa dengan edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap dari ibu hamil dalam membuat birth plan secara optimal, dengan adanya pengetahuan tentang birth plan kesejahteraan ibu dan janin selama kehamilan diharapkan menjadi lebih baik dan persiapan persalinan menjadi lebih optimal.

### Daftar Pustaka

- Agustina, R., & Utami, F. S. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan persalinan pada ibu hamil di Puskesmas Kasihan 1 Kabupaten Bantul Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Ahmadpour, P., Mosavi, S., Mohammad., A., C.. S & Miirghafourvand, M. 2020. Evaluation of the birth plan implementation: a parallel convergent mixed study. *Reproductive Health*, 17, 1-9
- Darwis, M. (2022). Profil Praktek Mandiri Bidan Mariani Darwis Kota Padang.
- Dewi, N., & ZA, R. N. 2017. Faktor-faktor yang berhubungan dengan persiapan ibu hamil Trimester III Menjelang Persalinan di Bidan Praktek Mandiri Yuniar Desa Cot Nambak Kecamatan Blang Bintang. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 68-78.
- Hesti, Novria Zulfita, R. R. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil di Kelurahan Anduring (pp. 831–836). *Jurnal Ilmiah Universitas Batang Hari Jambi*. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.1963>
- Kemenkes, RI. 2020. Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan BBL di Era Adaptasi Baru. Jakarta: Kemenkes RI
- Lundgren, I., Berg, M., & Lindmark, G. 2023. Is the childbirth experience improved by a birth plan?. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 48(5), 322-328
- Puspita Ahti, R., & Kusumawati, Y. (2018). Birth Planning and Complication Prevention Attitude Among Pregnant Women in Boyolali, Central Java. *April*, 206–206. <https://doi.org/10.26911/mid.icph.2018.03.42>
- Santoso, H. Y. (2020). The Birth Preparedness And Complication Readiness Counseling To Improve Husband Preparedness. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 1–11. <https://doi.org/10.47560/keb.v9i2.244>
- Yuliana, A., Murti, B., & Prasetya, H. (2019). Factors Affecting Maternal Birth Preparedness: Evidence from Salatiga, Cental Java. *Journal of Maternal and Child Health*, 04(01), 55–61. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2019.04.01.08>