

PEMBERDAYAAN PEREMPUAN MELALUI PENINGKATAN KESEHATAN REPRODUKSI, KEHAMILAN DAN KUALITAS HIDUP DI KELURAHAN WONOKROMO

Faridah Umamah¹, R. Khairiyatul Afiah², Dwinanda Djunaedi³, Fritria Dwi Anggraeni⁴

^{1,2}Departemen Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

³Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

⁴Departemen Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

email: umamahfarida@unusa.ac.id

Abstrak

Pemberdayaan (*empowerment*) adalah sebuah konsep yang lahir sebagai bagian dari perkembangan alam pikiran masyarakat dan kebudayaan masyarakat. Tingginya angka kematian ibu di Indonesia disebabkan oleh beberapa faktor, mulai dari fase sebelum hamil, yaitu kondisi wanita subur yang mengalami anemia, kurang kalori, obesitas, adanya penyakit penyerta kehamilan seperti preeklamsia, anemia kehamilan, serta dikarenakan penyakit sistem reproduksi yaitu Ca Serviks. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu memberdayakan perempuan di wilayah Wonokromo melalui peningkatan kesehatan reproduksi, kehamilan dan kualitas hidup, dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya menjaga dan mempertahankan kesehatan reproduksi, tanda bahaya kehamilan, dan peningkatan kualitas hidup bagi perempuan-perempuan yang sudah menderita kanker. Metode yang dilaksanakan dalam membantu masyarakat yaitu dengan melakukan penyuluhan kepada masyarakat di Wilayah Kelurahan Wonokromo Surabaya dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan karena saat ini covid meningkat. Kegiatan ini dilakukan selama dua bulan dan diikuti dengan Mitra yaitu kader kesehatannya dan seluruh perempuan yang berada di Wilayah Kelurahan Wonokromo khususnya RW 08 yang berjumlah 95 peserta. Hasil Pengabdian kepada Masyarakat didapatkan pengetahuan pada kader dan seluruh perempuan di wilayah Wonokromo mengalami peningkatan.

Kata kunci: Pemberdayaan; Perempuan; Kesehatan Reproduksi, Kualitas Hidup

Abstract

Empowerment is a concept that was born as part of the development of people's minds and culture. The high maternal mortality rate in Indonesia is caused by several factors, starting from the pre-pregnancy phase, namely the condition of fertile women who experience anemia, lack of calories, obesity, the presence of accompanying pregnancy diseases such as preeclampsia, pregnancy anemia, and due to reproductive system disease, namely Cervical Ca. The aim of this community service activity is to empower women in the Wonokromo area by improving reproductive health, pregnancy and quality of life, by increasing community knowledge about the importance of maintaining and maintaining reproductive health, danger signs of pregnancy, and improving the quality of life for women who are already suffering from cancer. The method implemented to help the community is by providing education to the community in the Wonokromo Surabaya Subdistrict area while still paying attention to health protocols because currently Covid is increasing. This activity was carried out for two months and was attended by partners, namely health cadres and all women in the Wonokromo Subdistrict area, especially RW 08, totaling 95 participants. As a result of Community Service, it was found that knowledge among cadres and all women in the Wonokromo area had increased.

Keywords: Empowerment; Woman; Reproductive Health, Quality Of Life

PENDAHULUAN

Pemberdayaan (*empowerment*) adalah sebuah konsep yang lahir sebagai bagian dari perkembangan alam pikiran masyarakat dan kebudayaan masyarakat. Permasalahan serius yang dihadapi bangsa Indonesia adalah masih tingginya angka kematian ibu. Tingginya angka kematian ibu di Indonesia disebabkan oleh beberapa faktor, mulai dari fase sebelum hamil, yaitu kondisi wanita subur yang mengalami anemia, kurang kalori, obesitas, adanya penyakit penyerta kehamilan seperti preeklamsia, anemia kehamilan, serta dikarenakan penyakit sistem reproduksi yaitu Ca Serviks.

Kematian ibu di Indonesia disebabkan karena penyebab langsung pada obstetrik dan penyebab tidak langsung. Penyebab langsung yaitu perdarahan, anemia 28%, preeklamsi/eklamsi 24%, infeksi 11%, sedangkan penyebab tidak langsung adalah trauma obstetri 5% dan lain-lain seperti Ca Cerviks

sebesar 11% (Risksdas, 2018). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, diperkirakan kematian ibu sebesar 303.000 jiwa atau sekitar 216/100.000 kelahiran hidup di seluruh dunia. Secara global prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 41,8%. Angka prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2018 mengalami kenaikan berdasarkan data Riskesdas, yaitu 48,9% pada tahun 2018, yang sebelumnya 37,1% di tahun 2013 [2]. Data dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya, prevalensi preeklamsia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, dimana pada tahun 2017 terdapat sebesar 1.704 kasus preeklamsia, tahun 2018 sebesar 1.849 dan tahun 2019 sebesar 2.083 orang (Profil Kesehatan Kota Surabaya, 2019) [3].

Berdasarkan data dari Dinkes Kota Surabaya, angka kasus kanker selama tiga tahun terakhir masih fluktuatif. Data tahun 2018 terdapat 2.379 kasus, 2019 naik menjadi 3.035. Kemudian tahun 2020 menurun dengan 2.619 kasus. Data kasus meninggal karena kanker juga fluktuatif selama tiga tahun terakhir. Di tahun 2018 terjadi 15 kasus meninggal dunia, kemudian meningkat 130 kasus meninggal di tahun 2019, dan tahun 2020 menurun menjadi 109.

Wonokromo merupakan wilayah padat penduduk dimana terdapat 81.878 penduduk di Kelurahan Wonokromo dan sekitar 25334 merupakan pasangan usia subur tinggal di kelurahan ini. Dan jumlah ibu hamil di wilayah ini adalah 43 orang pada tahun 2022, dengan 12 orang ibu hamil yang mengalami preeklamsia dan 25 ibu hamil mengalami anemia. Kasus kanker di Kota Pahlawan ini sendiri tersebar di 31 Kecamatan Surabaya, kecamatan Wonokromo menempati urutan ketiga jumlah pasien kanker terbanyak yaitu 214 kasus.

Masih ada masyarakat yang belum mengetahui tentang pentingnya menjaga Kesehatan reproduksi, tanda bahaya kehamilan dan upaya pencegahan kanker serta bagaimana meningkatkan kualitas hidup bagi perempuan yang sudah menderita kanker. Berdasar permasalahan tersebut diatas dibutuhkan sosialisasi untuk masyarakat agar dapat mengenali pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, tanda bahaya kehamilan serta meningkatkan kualitas hidup bagi perempuan perempuan yang menderita kanker.

Beberapa alasan tersebut menjadi pertimbangan bagi kami untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat di Wilayah Kelurahan Wonokromo Surabaya. Metode yang dilaksanakan dalam membantu masyarakat yaitu dengan melakukan penyuluhan kepada masyarakat di Wilayah Kelurahan Wonokromo Surabaya dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan karena saat ini covid meningkat.

METODE

Permasalahan Kesehatan:

1. Prevalensi preeklamsia dan anemia kehamilan yang cukup tinggi di wilayah RW 08.
2. Pengetahuan masyarakat (perempuan) yang rendah tentang kesehatan reproduksi dan tanda bahaya kehamilan
3. Belum pernah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan tanda bahaya kehamilan.
4. Prevalensi kanker yang cukup tinggi di wilayah kecamatan Wonokromo juga khususnya di kelurahan Wonokromo Surabaya.
5. Belum ada ada kegiatan penyuluhan tentang upaya meningkatkan kualitas hidup pada pasien kanker.
6. Metode pelaksanaan dalam kegiatan peberapan iptek masyarakat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi:

1. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan kegiatan yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Melakukan survey dan koordinasi awal dengan kader kesehatan dan ketua RW;
- b. Mengurus perijinan kepada pihak-pihak terkait;
- c. Melakukan koordinasi dengan kader kesehatan dan ketua RW dan memaparkan rencana kegiatan yang akan dilaksanakan selama pelaksanaan pengabdian masyarakat;
- d. Menyiapkan alat, bahan dan instrumen yang digunakan dalam kegiatan.

2. Tahap pelaksanaan

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini ada 2 jenis kegiatan inti yaitu pendidikan kesehatan tentang deteksi dini, bahaya preeklamsia dan pelatihan deteksi dini preeklamsia.

Adapun kegiatan yang akan dilakukan sebagai berikut:

- a. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi
- b. Pendidikan kesehatan tentang anemia, preeklamsia dan tanda bahaya kehamilan

c. Pendidikan kesehatan tentang upaya-upaya peningkatan kualitas pasien kanker.

3. Tahap Monitoring

Upaya agar program terus berlanjut dan kegiatan ini dapat berjalan secara rutin akan dibuatkan jadwal simulasi secara berkala yang disepakati oleh warga dengan persetujuan dari kader atau ketua RW setempat. Tahapan ini dilakukan dengan melihat capaian kegiatan kapasitas. Tahap ini dilakukan setelah kegiatan pendidikan kesehatan selesai dengan menggunakan kuesioner post test.

4. Tahap evaluasi

Evaluasi pertama pada kegiatan program penyuluhan dan pelatihan akan dilakukan dengan cara penilaian sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan atau pelatihan dengan target adanya peningkatan pengetahuan sebesar 95 % dari total peserta

5. Uraian Partisipasi Mitra

Peran mitra dalam kegiatan ini mengkoordinir peserta dan menyediakan fasilitas untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Selain itu peran mitra berkoordinasi dengan pihak-pihak terkait dalam perijinan.

Hasil dan Diskusi

Berikut hasil pengetahuan kader sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Tabel 1. Hasil pre-test and post-test.

Pengetahuan	Pre test		Post test	
	n	%	n	%
Kurang	45	47	0	0
Cukup	17	18	15	11
Baik	33	35	85	89
Total	95	100	95	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan kader Surabaya hebat dan ibu hamil di Wilayah Kelurahan Wonokromo sebelum diberikan penyuluhan hamper setengah 45 (47%) memiliki pengetahuan kurang sedangkan setelah diberikan penyuluhan hampir seluruhnya 85 (89%) memiliki pengetahuan baik.



Gambar 1 Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Pemberdayaan Perempuan Melalui Peningkatan Kesehatan Reproduksi, Kehamilan Dan Kualitas Hidup Di Kelurahan Wonokromo

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang kegiatan “Pemberdayaan Perempuan Melalui Peningkatan Kesehatan Reproduksi, Kehamilan Dan Kualitas Hidup Di Kelurahan Wonokromo” yang dilaksanakan di Wilayah Kelurahan Wonokromo Surabaya memiliki sasaran seluruh perempuan (kader kesehatan, ibu hamil, remaja putri). Kegiatan pertama akan dilakukan diberikan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, penyuluhan kesehatan tentang preeklamsia dan anemia kehamilan, tanda bahaya kehamilan dan kanker dan upaya untuk meningkatkan kualitas hidup pasien kanker.

Target dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah optimalisasi dari peningkatan pengetahuan seluruh perempuan di wilayah Wonokromo (kader kesehatan, ibu hamil dan remaja putri) tentang pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, penyuluhan kesehatan tentang preeklamsia dan anemia kehamilan, tanda bahaya kehamilan dan kanker dan upaya untuk meningkatkan kualitas hidup pasien kanker.

Kesehatan reproduksi remaja adalah merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi, yang kesiapannya dimulai sejak usia remaja ditandai oleh haid pertama kali pada remaja perempuan atau mimpi basah bagi remaja laki-laki. Kesehatan reproduksi remaja meliputi fungsi, proses, dan sistem reproduksi remaja. Sehat yang dimaksudkan tidak hanya semata-mata bebas dari penyakit atau dari cacat saja, tetapi juga sehat baik fisik, mental maupun social. Usia remaja adalah masa transisi yang ditandai dengan berbagai perubahan emosi, psikis, dan fisik dengan ciri khas yang unik. Penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang tepat tentang kesehatan reproduksi dan berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi.

Sebagai pengenalan terhadap kesehatan reproduksi dasar, remaja harus mengetahui beberapa hal di bawah yaitu pengenalan tentang proses, fungsi, dan sistem alat reproduksi, mengetahui penyakit HIV/AIDS dan penyakit menular seksual lainnya, serta dampaknya pada kondisi kesehatan organ reproduksi, mengetahui dan menghindari kekerasan seksual, mengetahui pengaruh media dan sosial terhadap aktivitas seksual dan mengembangkan kemampuan dalam berkomunikasi, terutama membentuk kepercayaan diri dengan tujuan untuk menghindari perilaku berisiko.

Cara menjaga organ reproduksi, diantaranya:

- a. Pakai handuk yang lembut, kering, bersih, dan tidak berbau atau lembab.
- b. Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat
- c. Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari
- d. Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.
- e. Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis

Preeklampsia dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang dapat mendukung timbulnya preeklampsia, yang pertama, faktor reproduksi yang terdiri dari: usia, paritas, jarak kehamilan, keturunan dan kehamilan ganda. Yang kedua, faktor status kesehatan yang terdiri dari: riwayat hipertensi, riwayat preeklampsia, riwayat penyakit diabetes melitus, status gizi, pengetahuan dan psikologi. Yang ketiga, perilaku sehat diantaranya: antenatal care dan riwayat akseptor KB. Beberapa faktor predisposisi pada ibu yang memicu terjadinya preeklampsia yaitu: usia ibu hamil, paritas, jarak kehamilan, keturunan, status gizi, riwayat hipertensi, riwayat DM dan pengetahuan ibu. Kita perlu lebih waspada akan timbulnya preeklampsia dengan adanya faktor-faktor predisposisi seperti yang telah diuraikan diatas. Walaupun timbulnya pre-eklampsia tidak dapat dicegah sepenuhnya, namun frekuensinya dapat dikurangi dengan pemberian penerangan secukupnya dan pelaksanaan pengawasan yang baik pada wanita hamil, antara lain yaitu: istirahat dan tidur, serta ketenangan. Istirahat tidak selalu berarti berbaring di tempat tidur, namun pekerjaan sehari-hari perlu dikurangi dan dianjurkan lebih banyak duduk dan berbaring, minum 6-8 gelas air sehari, olahraga yang cukup, serta pentingnya mengatur diet rendah garam, lemak, serta karbohidrat dan tinggi protein, hindari makanan yang digoreng dan junkfood, minum alkohol, berkafein, menjaga kenaikan berat badan yang berlebihan, mengkonsumsi multivitamin yang mengandung asam folat dan suplemen nutrisi dan mengkonsumsi makanan berserat.

Sampai saat ini, tidak ada cara pasti untuk mencegah preeklampsia. Pemeriksaan antenatal yang teratur dan bermutu serta teliti dapat menemukan tanda-tanda dini pre-eklampsia lalu diberikan pengobatan yang cukup supaya penyakit tidak menjadi lebih berat dan terapi yang tepat untuk ibu dan janinnya dan dalam waktu itu harus dilakukan penanganan semestinya.

Pengawasan Ante Natal (hamil)

Bila terjadi perubahan perasaan dan gerak janin dalam rahim segera datang ketempat pemeriksaan.

Keadaan yang memerlukan perhatian:

- a. Uji kemungkinan pre-eklampsia:
 1. Pemeriksaan tekanan darah atau kenaikannya
 2. Pemeriksaan pada perut ibu hamil (tinggi fundus uteri)
 3. Pemeriksaan kenaikan berat badan atau edema
 4. Pemeriksaan protein urin

Kalau mungkin dilakukan pemeriksaan fungsi ginjal, fungsi hati, gambaran darah umum dan pemeriksaan retina mata.

Penilaian kondisi janin dalam rahim, dengan pemantauan tinggi fundus uteri dan pemeriksaan janin: gerakan janin dalam rahim, denyut jantung janin, pemantauan air ketuban

Usulkan untuk melakukan pemeriksaan ultrasonografi.

Tanda Bahaya Selama Kehamilan meliputi perdarahan vagina, sakit kepala dan atau penglihatan kabur, sedikit atau tak ada gerakan janin, Ketuban pecah, Nyeri punggung bawah terus-menerus, morning sickness parah, dan kontraksi di awal trimester ketiga.

Secara umum untuk meningkatkan kesehatan pada perempuan-perempuan terutama yang menderita kanker, antara lain adalah tidur cukup dan teratur, menerapkan diet untuk pasien kanker, memenuhi kebutuhan minuman air putih, membiasakan olah raga secara teratur, mengelola stress dengan baik dan meningkatkan kegiatan beribadah.

SIMPULAN

Pengabdian kepada Masyarakat tentang “Pemberdayaan Perempuan Melalui Peningkatan Kesehatan Reproduksi, Kehamilan Dan Kualitas Hidup Di Kelurahan Wonokromo” bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya menjaga dan mempertahankan kesehatan reproduksi, tanda bahaya kehamilan, dan peningkatan kualitas hidup bagi perempuan-perempuan yang sudah menderita kanker, dengan harapan bisa menjadi perempuan-perempuan yang sehat, berdaya serta mampu melakukan upaya-upaya untuk meningkatkan kesehatan dirinya secara optimal sehingga bisa menurunkan angka kematian ibu di Indonesia.

SARAN

Hasil dari pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat mengoptimalkan peran dan pengetahuan seluruh perempuan di Wilayah Wonokromo (Kader Surabaya Hebat dan ibu hamil, remaja putri) dalam rangka meningkatkan kualitas hidup perempuan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada LPPM UNUSA, Kepala Puskesmas Wonokromo, beserta para perempuan hebat di wilayah Kelurahan Wonokromo.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M., & Wirjatmadi, B. (2016). Pengantar Gizi Masyarakat. Penerbit Kencana.
- Bardja, S. (2020). Faktor Risiko Kejadian Preeklampsia Berat / Eklampsia pada Ibu Hamil Risk Factor for The Occurrence of Severe Preeclampsia / Eclampsia in Pregnant Woman. *Jurnal Kebidanan*, 12(January), 18–30.
- Kementerian Kesehatan Republik, I. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. In KEMENKES Indonesia. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>
- Kamaruddin, M., Hasrawati, Usmia, S., Jusni, Misnawaty, & Handayani, I. (2019). Korelasi Antara Status Gizi Dan Kadar Hemoglobin Pada Kejadian Anemia Ibu Hamil Trimester III. *Medika Alkhairaat : Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(3), 82–88. <https://doi.org/10.31970/ma.v1i3.3>
- Sari, N. vita, Muldaniyah, & Asli, K. (2022). hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas bara-baraya makassar. *Journal of Health and Medical Research*, 2, 204–211.