

Peran Edukasi Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Tanda Bahaya dan Gizi Kehamilan Trimester III

Gita Fitrya¹, Risma Aliviani Putri²

¹Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, gitafitrya31@gmail.com

²Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, putriendera@gmail.com

Korespondensi Email : gitafitrya31@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2026-05-17

Accepted, 2026-05-22

Published, 2026-06-24

Keywords: *Third Trimester Pregnancy, Danger Signs Of Pregnancy, Maternal Nutrition, Health Education, Community Midwifery Care*

Kata Kunci: Kehamilan trimester III, Tanda Bahaya Kehamilan, Gizi Ibu Hamil, Edukasi Kesehatan, Asuhan Kebidanan Komunitas

Abstract

The third trimester of pregnancy is a critical period that requires special attention due to the increased risk of complications for both the mother and the fetus. Limited understanding of pregnancy danger signs and adequate nutritional requirements may increase the risk of anemia, preterm birth, and low birth weight. This community midwifery care activity aimed to improve pregnant women's understanding of danger signs during the third trimester and nutritional needs during pregnancy. The activity was conducted with Mrs. S, a 33-year-old pregnant woman with an obstetric history of G4P3A0 at 28 weeks of gestation, residing in RT 05 Tanjung Tengah, Penajam. The methods used included interviews, observation, a pre-test, health education using leaflet media, and a post-test for evaluation. The results showed an increase in the knowledge score from 80 to 100 after the intervention. These findings indicate that health education was effective in improving the mother's knowledge regarding pregnancy danger signs and nutritional requirements during pregnancy. It is recommended that health education interventions be carried out routinely by healthcare providers as part of antenatal care services to enhance maternal knowledge and reduce the risk of complications during pregnancy.

Abstrak

Kehamilan trimester III merupakan periode yang memerlukan perhatian khusus karena meningkatnya risiko komplikasi pada ibu dan janin. Kurangnya pemahaman mengenai tanda bahaya kehamilan dan pemenuhan gizi yang adekuat dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia, persalinan prematur, serta bayi berat lahir rendah. Kegiatan asuhan kebidanan komunitas ini bertujuan meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan trimester III dan kebutuhan gizi selama kehamilan. Kegiatan dilakukan pada Ny. S usia 33 tahun dengan status obstetri G4P3A0 pada usia kehamilan 28 minggu di RT 05 Tanjung Tengah, Penajam. Metode yang digunakan meliputi wawancara, observasi, pre-test,

pemberian penyuluhan menggunakan media leaflet, dan post-test sebagai evaluasi. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari 80 menjadi 100 setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai tanda bahaya dan kebutuhan gizi selama kehamilan. Disarankan agar intervensi edukasi kesehatan dilakukan secara rutin oleh tenaga kesehatan sebagai bagian dari pelayanan antenatal guna meningkatkan pengetahuan ibu serta menurunkan risiko komplikasi selama kehamilan.

Pendahuluan

Angka kematian ibu dan angka kematian bayi masih digunakan sebagai indikator utama sebagai penilaian derajat kesehatan masyarakat. Menurut *World Health Organization* (WHO), kematian ibu merupakan kematian yang terjadi selama masa kehamilan, persalinan, atau dalam kurun waktu 42 hari setelah berakhirnya kehamilan yang berhubungan dengan proses tersebut. Pada tahun 2020, diperkirakan sekitar 800 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan dan persalinan yang sebenarnya dapat dicegah, dengan rasio kematian ibu secara global mencapai 223 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2025).

Pemerintah Indonesia selalu berupaya menurunkan angka kematian ibu dan angka kematian bayi dengan cara peningkatan akses serta mutu pelayanan kesehatan bagi ibu dan bayi. Upaya tersebut mencakup pelayanan pemeriksaan kehamilan (*antenatal*), pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan yang kompeten, pelayanan masa nifas, perawatan bayi baru lahir, serta penyediaan layanan keluarga berencana (Kemenkes RI, 2021).

Di Provinsi Kalimantan Timur, angka kematian ibu dan bayi masih menjadi fokus utama perhatian pemerintah daerah. Penyebab kematian ibu sebagian besar masih didominasi oleh hipertensi dalam kehamilan, perdarahan obstetrik, infeksi, anemia, dan juga keterlambatan dalam penanganan kegawatdaruratan maternal (Dinkes Kaltim, 2025). Anemia pada masa kehamilan adalah salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi dan berpotensi meningkatkan risiko komplikasi baik selama kehamilan maupun persalinan. Berdasarkan data yang ada di RT 05 kelurahan Tanjung Tengah, Kecamatan Penajam, Kabupaten Penajam Paser Utara, menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil ada satu orang. Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap keluarga Tn. F khususnya Ny. S memiliki pengetahuan yang kurang tentang tanda-tanda bahaya kehamilan khususnya kehamilan trimester III dimana saat ini usia kehamilan baru memasuki trimester ke III, hal ini peneliti ketahui dari wawancara langsung, dimana Ny. S mengatakan tidak mengetahui tentang tanda-tanda bahaya kehamilan trimester III dan gizi ibu hamil.

Pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya pada kehamilan sangat diperlukan karena dapat membantu menurunkan angka kematian ibu tetapi kurangnya deteksi dini ibu hamil dalam mengenali tanda-tanda bahaya kehamilan dapat mengakibatkan kurangnya antisipasi yang cepat pada saat kehamilan sampai proses persalinan sehingga dapat menimbulkan resiko besar terjadinya kematian ibu maupun bayi. Oleh karena itu, untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil perlu dilakukan asuhan kebidanan komunitas (Notoatmodjo, 2020). Berdasarkan uraian diatas dapat dilihat bahwa pengetahuan keluarga tentang tanda-tanda bahaya kehamilan trimester III di RT 05 Kelurahan Tanjung Tengah masih kurang, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan komunitas pada keluarga Tn. F khususnya Ny. S dengan masalah kurangnya pengetahuan tentang tanda-tanda bahaya kehamilan trimester III dan gizi ibu hamil di di RT 05 kelurahan Tanjung Tengah, Kecamatan Penajam, Kabupaten Penajam Paser Utara.

Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* pada satu subjek (Ny. S) dengan intervensi edukasi kesehatan menggunakan leaflet. Melalui beberapa tahapan, yaitu pengkajian awal, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Pengkajian awal dilakukan melalui wawancara mendalam dan observasi langsung untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan, kondisi kesehatan, serta kebutuhan ibu hamil. Selanjutnya, dilakukan *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu mengenai tanda bahaya kehamilan trimester III dan kebutuhan gizi selama kehamilan.

Tahap intervensi dilakukan melalui penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media leaflet yang dirancang secara informatif dan mudah dipahami. Materi yang disampaikan mencakup tanda-tanda bahaya pada kehamilan trimester III, seperti perdarahan, nyeri kepala hebat, pembengkakan ekstremitas, penurunan gerakan janin, serta pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi ibu hamil guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta mencegah komplikasi seperti anemia dan bayi berat lahir rendah. Setelah penyuluhan selesai, dilakukan evaluasi melalui *post-test* untuk menilai tingkat pemahaman ibu setelah diberikan edukasi. Tahapan ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas intervensi yang telah dilakukan serta mengukur peningkatan pengetahuan ibu hamil secara objektif. Dengan pendekatan yang sistematis ini, diharapkan edukasi yang diberikan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu hamil dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil pengkajian awal menunjukkan bahwa Ny. S belum memiliki pemahaman yang optimal terkait tanda bahaya kehamilan trimester III serta pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan. Hal ini terlihat dari keterbatasan ibu dalam mengidentifikasi tanda-tanda yang berpotensi membahayakan kehamilan serta kurangnya pengetahuan mengenai pola konsumsi gizi seimbang yang diperlukan untuk mendukung kesehatan ibu dan pertumbuhan janin.

Setelah dilakukan intervensi berupa edukasi kesehatan melalui penyuluhan menggunakan media leaflet, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Ibu mampu menyebutkan kembali beberapa tanda bahaya kehamilan trimester III, seperti perdarahan pervaginam, nyeri kepala hebat, penurunan gerakan janin, ketuban pecah sebelum waktunya, serta demam tinggi. Selain itu, ibu juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah, serta pentingnya melakukan kunjungan *antenatal care* (ANC) secara rutin.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan dari 80 pada *pre-test* menjadi 100 pada *post-test*. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait tanda bahaya kehamilan dan upaya pencegahan komplikasi (Ningsih, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian Ariescha et al., (2025) yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi mengenai tanda bahaya kehamilan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. Edukasi yang diberikan melalui media pembelajaran terbukti membantu ibu mengenali tanda bahaya kehamilan secara lebih baik sehingga dapat mendukung deteksi dini komplikasi kehamilan. Selain itu, peningkatan pengetahuan ibu juga berkaitan erat dengan kemampuan dalam menjaga status gizi selama kehamilan yang berpengaruh terhadap kondisi kesehatan ibu dan janin. Secara teoritis, peningkatan pengetahuan ibu hamil dapat mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik, seperti kepatuhan dalam melakukan kunjungan ANC dan kemampuan dalam mengenali tanda bahaya secara dini.

Hal ini sejalan dengan penelitian Widiyanti & Fitriahadi (2023), yang menyatakan bahwa kondisi kesehatan ibu, termasuk status gizi dan anemia, berpengaruh terhadap risiko terjadinya bayi berat lahir rendah (BBLR), sehingga diperlukan upaya preventif melalui peningkatan pengetahuan ibu hamil. Dengan demikian, edukasi kesehatan berbasis komunitas merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan, khususnya dalam upaya promotif dan preventif.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan edukasi kesehatan secara langsung melalui pendekatan komunitas mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan serta berpotensi memberikan dampak positif terhadap kesehatan ibu dan janin.

Simpulan dan Saran

Edukasi kesehatan berbasis komunitas efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil trimester III mengenai tanda bahaya kehamilan dan pemenuhan gizi, ditunjukkan oleh peningkatan skor dari 80 menjadi 100. Intervensi ini berpotensi mendukung pencegahan komplikasi kehamilan dan peningkatan kepatuhan ANC.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Ida Sofiyanti, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Program Studi Profesi Kebidanan yang telah memberikan dukungan, arahan, serta kesempatan kepada penulis dalam melaksanakan kegiatan praktik komunitas dan penyusunan artikel ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Risma Aliviani Putri, S.SiT., M.PH selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya dalam memberikan bimbingan, masukan, serta arahan yang konstruktif selama proses pelaksanaan praktik hingga penyusunan artikel ini.

Selain itu, penulis juga mengapresiasi seluruh pihak yang telah berkontribusi secara langsung maupun tidak langsung dalam kelancaran kegiatan ini, sehingga penulisan artikel dapat terselesaikan dengan baik.

Daftar Pustaka

- Ariescha, Y., Ariani, P., Kartika, S., Institut kesehatan, P., Husada, D., & Tua, D. (2025). *Pengaruh Edukasi Berbasis Lembar Balik Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan*. Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat, 6(2), 106–112. Available at: <https://doi.org/10.36656/JIKM.V7I1.2757>. (Accessed: June 15, 2026).
- Dinkes Kaltim. (2025, June 8). *Darurat Kematian Ibu di Kaltim: 26 Nyawa Melayang di Kukar dan Samarinda*. IDN Times Kaltim. (Accessed: May 17, 2026).
- Kemkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia*. Available at: https://www.kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/Profil-Kesehatan-Indonesia-2021.pdf. (Accessed: May 17, 2026).
- Ningsih, E. S. (2024). *Pengaruh Pemberian Konseling Terhadap Pengetahuan dan Sikap ibu Hamil Tentang Perawatan Maternal*. Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran. Available at: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>. (Accessed: May 18, 2026).
- Notoatmodjo, S., 2020. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- WHO. (2025). *Global and regional causes of maternal deaths 2009–20: a WHO systematic analysis*. The Lancet Global Health, 13(4), e626–e634. Available at: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(24\)00560-6](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(24)00560-6). (Accessed: May 18, 2026).

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Widianti, E., & Fitriahadi, E. (2023). *Anemia Pada Ibu Hamil Sebagai Faktor Risiko Kejadian BBLR*. Indonesian Journal of Professional Nursing, 4(1), 6. Available at: <https://doi.org/10.30587/ijpn.v4i1.5617>. (Accessed: May 18, 2026)