

PELATIHAN KADER KESEHATAN PIMPINAN DAERAH 'ASYIYAH SURAKARTA: "MENINGKATKAN KEMAMPUAN SUPPORT SYSTEM KESEHATAN MENTAL IBU HAMIL"

**Endang Sri Wahyuni¹⁾, Aulia Uswatun Khasanah²⁾, Ida Untari³⁾, Maryatun⁴⁾,
Erika Dewi Nooratri⁵⁾, Ai Rahmawati⁶⁾, Raia Anggraini⁷⁾**

¹⁾ Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

²⁾ Prodi Manajemen Retail, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

³⁾ Prodi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah PKU Surakarta

⁴⁾ Prodi Diploma Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

⁵⁾ Prodi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

^{6,7)} Mahasiswa Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
'Aisyiyah Surakarta,

endang@aiska-university.ac.id.

Abstract

Introduction: Mental health of pregnant women is an important aspect in efforts to improve the quality of public health, especially in vulnerable groups such as pregnant women. During pregnancy, women experience various significant physical, emotional, and psychological changes, which have the potential to cause mental health disorders such as stress, anxiety, and depression. Mental health disorders in pregnant women not only impact the mother's well-being, but also affect fetal development, the delivery process, and the quality of childcare in the future. In addition, these psychological disorders are also associated with the emergence of hypertension during pregnancy, preeclampsia, and gestational diabetes. **Objectives:** This Community Service Program is to 1) Increase the knowledge of health cadres regarding the concept of mental health of pregnant women. 2) Provide practical skills to health cadres in conducting early detection of mental health disorders in pregnant women. 3) Improve the ability of health cadres in providing education and psychosocial support to pregnant women. 4) Encourage synergy between the Regional Leadership of 'Aisyiyah Surakarta, educational institutions, and the community in promotional and preventive efforts for the mental health of pregnant women. **Method:** Training of health cadres. The Community Service Program (PKM) will be held in the health cadre class of the Surakarta Aisyiyah Regional Leadership. **Results:** Sixty-five health cadres from the Surakarta Aisyiyah Regional Leadership have participated in the training. Evaluation results show that this training has successfully increased the cadres' understanding of early detection of mental health disorders, as well as their skills in providing psychosocial support. There was an increase in knowledge and skills in the very good category of 22%. **Conclusion:** The Community Service Program (PKM) has successfully provided training participants with a deeper understanding of the concept of mental health for pregnant women, early detection of mental health disorders, and the provision of psychosocial support.

Keywords: *Pelatihan kader, Ibu hamil, Kesehatan mental, Deteksi dini, Dukungan psikososial.*

Abstrak

Pendahuluan: Kesehatan mental ibu hamil merupakan salah satu aspek penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok rentan seperti ibu hamil. Selama masa kehamilan, perempuan mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan psikologis yang signifikan, yang berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, hingga depresi. Gangguan kesehatan mental pada ibu hamil tidak hanya berdampak pada kesejahteraan ibu, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan janin, proses persalinan, dan kualitas pengasuhan anak di masa depan. Selain itu, gangguan psikologis ini juga dikaitkan dengan munculnya hipertensi saat kehamilan, preeklamsia, serta diabetes gestasional. **Tujuan:** PkM ini untuk 1) Meningkatkan pengetahuan kader kesehatan mengenai konsep kesehatan mental ibu hamil. 2) Memberikan keterampilan praktis kepada

kader kesehatan dalam melakukan deteksi dini gangguan kesehatan mental pada ibu hamil. 3) Meningkatkan kemampuan kader kesehatan dalam memberikan edukasi dan dukungan psikososial kepada ibu hamil. 4) Mendorong sinergi antara Pimpinan Daerah ‘Aisyiyah Surakarta, institusi pendidikan, dan masyarakat dalam upaya promotif dan preventif kesehatan mental ibu hamil. Metode: Pelatihan kader kesehatan. Kegiatan PkM akan dilaksanakan di kelas kader kesehatan Pimpinan Daerah Aisyiyah Surakarta. Hasil: Terdapat 65 kader kesehatan dari Pimpinan Daerah ‘Aisyiyah Surakarta telah mengikuti pelatihan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pelatihan ini berhasil meningkatkan pemahaman kader tentang deteksi dini gangguan kesehatan mental, serta keterampilan mereka dalam memberikan dukungan psikososial. Terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kategori sangat baik sebesar 22 %. Simpulan: PkM berhasil memberikan pemahaman yang lebih dalam pada peserta pelatihan mengenai konsep kesehatan mental ibu hamil, deteksi dini gangguan kesehatan mental, dan pemberian dukungan psikososial.

Keywords: Pelatihan kader, Ibu hamil, Kesehatan mental, Deteksi dini, Dukungan psikososial.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental ibu hamil merupakan salah satu aspek penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok rentan seperti ibu hamil. Selama masa kehamilan, perempuan mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan psikologis yang signifikan, yang berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan, hingga depresi. Gangguan kesehatan mental pada ibu hamil tidak hanya berdampak pada kesejahteraan ibu, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan janin, proses persalinan, dan kualitas pengasuhan anak di masa depan. Masa kehamilan adalah saat-saat yang sangat rentan secara psikologis, kesedihan dapat memiliki konsekuensi negatif bagi ibu dan bayinya. Literatur menyebutkan bahwa wanita cenderung melaporkan gejala kecemasan dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Peningkatan kecemasan pada masa prenatal dan gejala depresi akan meningkatkan risiko postpartum depresi, serta infeksi prenatal dan tingkat penyakit (Dashraath et al., 2020; Maulida & Wahyuni, 2020).

Penyelesaian terhadap masalah

kesehatan mental ibu hamil memiliki kontribusi yang sangat besar dalam mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan, terutama dalam menciptakan kehidupan sehat bagi semua kelompok usia, serta mengurangi angka kematian ibu dan anak. Dalam hal ini, peningkatan dukungan psikososial bagi ibu hamil menjadi sangat penting untuk memastikan kesehatan mental mereka tetap terjaga selama kehamilan. Dukungan sosial yang memadai, seperti yang diberikan oleh keluarga, komunitas, dan tenaga kesehatan, dapat secara signifikan mengurangi stres prenatal dan meningkatkan kesejahteraan ibu serta bayi (Bedaso et al., 2021; Firrahmawati et al., 2025). Oleh karena itu, memperkuat sistem dukungan di tingkat komunitas merupakan salah satu solusi yang dapat memberikan dampak besar bagi kesehatan ibu hamil.

Peran support system masyarakat yang terdiri dari keluarga, komunitas, dan kader kesehatan menjadi sangat penting dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Kader kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat memiliki posisi strategis dalam memberikan edukasi, pendampingan, serta deteksi dini gangguan kesehatan mental pada ibu hamil (Abdi et al.,

2022; Al-Mutawtah et al., 2023; Bedaso et al., 2021). Namun, keterbatasan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan dalam mendeteksi serta memberikan dukungan terhadap masalah kesehatan mental ibu hamil masih menjadi tantangan. Pimpinan Daerah 'Aisyiyah Surakarta sebagai organisasi sosial keagamaan memiliki komitmen yang kuat dalam mendukung pemberdayaan perempuan dan kesehatan masyarakat. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan kader kesehatan, diharapkan terjadi peningkatan kapasitas kader dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Pelatihan ini diharapkan mampu membekali kader kesehatan dengan pengetahuan dan keterampilan praktis terkait identifikasi, pencegahan, dan penanganan awal gangguan kesehatan mental pada ibu hamil, sehingga dapat memperkuat support system di tingkat masyarakat.

Oleh karena itu, pelatihan kader kesehatan ini bertujuan untuk mengatasi gap tersebut dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan praktis dalam mendeteksi gangguan kesehatan mental pada ibu hamil, serta meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan dukungan psikososial yang diperlukan. Program ini juga diharapkan dapat memperkuat jaringan dukungan masyarakat, baik melalui keluarga, komunitas, maupun institusi kesehatan, dalam rangka menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi kesehatan mental ibu hamil.

Tujuan dari program pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan mengenai konsep kesehatan mental ibu hamil, deteksi dini gangguan kesehatan mental pada ibu hamil, serta pemberian dukungan psikososial yang efektif. Selain itu, program ini bertujuan untuk

memperkuat kolaborasi antara Pimpinan Daerah 'Aisyiyah (LPPA dan Majelis Kesehatan), institusi pendidikan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, dan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas hidup ibu hamil di Surakarta.

METODE

Metode yang digunakan pada kegiatan PkM sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
 - a. Koordinasi dengan Pimpinan Daerah 'Aisyiyah Surakarta untuk pemetaan kebutuhan kader kesehatan.
 - b. Penyusunan modul pelatihan yang mencakup materi tentang kesehatan mental ibu hamil, deteksi dini, dan dukungan psikososial.
 - c. Penyediaan instrumen deteksi dini seperti kuesioner kesehatan mental.
 - d. Rekrutmen peserta pelatihan dari kader kesehatan yang aktif di wilayah Surakarta.
2. Tahap Pelaksanaan Pelatihan
 - a. Pelaksanaan pelatihan tatap muka yang terdiri dari sesi teori dan praktik.
 - b. Penyampaian materi kesehatan mental ibu hamil secara interaktif.
 - c. Simulasi pemantauan kesehatan secara umum.
3. Tahap Pendampingan dan Implementasi
 - a. Pendampingan kader dalam menerapkan pengetahuan dan

- keterampilan yang telah diperoleh.
 - b. Monitoring implementasi deteksi dini gangguan kesehatan mental di komunitas.
 - c. Konsultasi teknis melalui grup diskusi online.
4. Tahap Evaluasi dan Refleksi
- a. Pengukuran peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader melalui pre-test dan post-test.
 - b. Penyusunan laporan hasil pelaksanaan kegiatan.
5. Tahap Diseminasi dan Publikasi
- a. Sosialisasi hasil kegiatan kepada masyarakat dan stakeholder terkait.
 - b. Publikasi hasil kegiatan dalam bentuk artikel ilmiah dan media sosial.
 - c. Penyampaian rekomendasi tindak lanjut kepada Pimpinan Daerah 'Aisyiyah Surakarta dan institusi terkait.

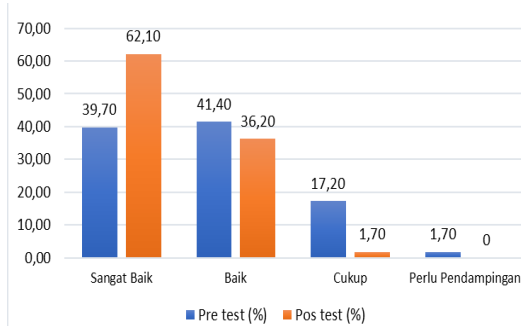
HASIL DAN PEMBAHASAN

Pimpinan Daerah 'Aisyiyah memiliki peran penting dalam mendukung pemberdayaan perempuan dan kesehatan masyarakat. Pimpinan Daerah 'Aisyiyah Surakarta, sebagai organisasi sosial keagamaan, telah berkomitmen untuk mengembangkan program yang mendukung kesehatan mental ibu hamil, terutama melalui pelatihan kader kesehatan yang ada di tingkat masyarakat.

Kegiatan PkM terlaksana berkat kerjasama dari Universitas 'Aisyiyah dengan Pimpinan Daerah 'Aisyiyah

(PDA) Surakarta. Terdapat dua lembaga di bawah naungan PDA yang mendukung penyelenggaraan kegiatan ini yaitu: Lembaga Penelitian dan Pengembangan 'Aisyiyah dan Majelis Kesehatan 'Aisyiyah. Kegiatan PkM terlaksana dengan baik dan lancar berkat sinergi bersama antara penyelenggara dan para peserta, yaitu kader kesehatan 'Aisyiyah se-kota Surakarta. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang dilaksanakan pada tanggal 26 Juli 2025 bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Sebanyak 65 kader kesehatan dari Pimpinan Daerah 'Aisyiyah (PDA) Surakarta terlibat dalam pelatihan ini, yang merupakan langkah awal dalam memperkuat support system kesehatan mental ibu hamil di Surakarta.

Evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader mengenai support sistem kesehatan mental pada ibu hamil. Hasil nilai evaluasi dengan kategori sangat baik pada saat pre-test sebesar 39.70%, sedangkan nilai post-test dengan kategori sangat baik sebesar 62.10%. Kategori Sangat Baik menunjukkan peningkatan yang signifikan sebesar 22.40% dari pre-test ke post-test, yang menunjukkan bahwa peserta yang pada awalnya memiliki skor rendah di kategori ini menunjukkan kemajuan yang sangat baik setelah mengikuti proses belajar atau pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan berhasil meningkatkan kapasitas kader dalam mengidentifikasi gangguan mental dan memberikan support sistem yang tepat (Cameron et al., 2020).



Gambar 1. Perbandingan pengukuran pengetahuan dan ketrampilan sebelum dan sesudah pelatihan kader kesehatan.

Setelah pelatihan, para kader melaporkan peningkatan percaya diri dalam mendeteksi gangguan kesehatan mental pada ibu hamil. Mereka menggunakan instrumen deteksi dini untuk mengidentifikasi kecemasan dan stres, serta memberikan dukungan psikososial. Namun, tantangan yang dihadapi adalah keterbatasan waktu untuk melakukan kunjungan rumah dan kebutuhan akan dukungan lanjutan dari tenaga profesional, seperti psikolog atau psikiater, untuk menangani kasus lebih lanjut (Wahyuni et al., 2023).

Pelatihan ini juga melibatkan kolaborasi dengan Universitas 'Aisyiyah Surakarta dalam pengembangan modul pelatihan serta penyusunan materi edukasi. Pimpinan Daerah 'Aisyiyah memfasilitasi penyebaran informasi kepada kader dan masyarakat. Kolaborasi ini memastikan keberlanjutan dan perluasan program dengan meningkatkan kapasitas kader secara berkelanjutan melalui pelatihan lanjutan dan pendampingan. Hal ini sejalan dengan pentingnya kolaborasi antara organisasi sosial dan institusi pendidikan untuk mengoptimalkan pengembangan kompetensi kader kesehatan (Yuli Kusumawati, 2025). Untuk memastikan keberlanjutan, program ini mendorong pembentukan jaringan kader di tingkat kecamatan dan desa. Selain itu, pemantauan berkala dan pelatihan lanjutan akan membantu

kader terus menerapkan keterampilan yang telah diperoleh dan meningkatkan kualitas dukungan terhadap ibu hamil. Keberlanjutan pelatihan ini juga didukung oleh peran aktif lembaga pendidikan yang terus memperbarui materi pelatihan agar tetap relevan dengan perkembangan kebutuhan masyarakat (Sri Wahyuni et al., 2025).

Program ini diharapkan dapat menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada ibu hamil, mengurangi risiko komplikasi kehamilan, dan meningkatkan kesejahteraan ibu serta bayi. Dukungan sosial yang baik, seperti yang diberikan oleh kader kesehatan, terbukti dapat mengurangi dampak stres prenatal dan mendukung perkembangan bayi yang sehat (Bedaso et al., 2021). Dukungan tersebut sangat penting untuk mengurangi risiko komplikasi selama kehamilan yang seringkali dapat memperburuk kondisi kesehatan ibu dan anak (Maulida & Wahyuni, 2020).

SIMPULAN

Pelatihan kader kesehatan yang dilaksanakan pada tanggal 26 Juli 2025 telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Dengan keterlibatan 65 kader kesehatan dari Pimpinan Daerah 'Aisyiyah Surakarta, kegiatan ini berhasil memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai konsep kesehatan mental ibu hamil, deteksi dini gangguan kesehatan mental, dan pemberian dukungan psikososial.



Gambar 2. Sesi praktikum oleh perwakilan peserta pelatihan kader kesehatan.



Gambar 3. Tim PkM bersama pihak dengan peserta pelatihan kader kesehatan.



Gambar 4. Serah terima alat kesehatan penunjang keterampilan peserta pelatihan kader kesehatan.

Disarankan untuk mengadakan pelatihan lanjutan bagi kader kesehatan secara berkala agar mereka dapat terus meningkatkan keterampilan dan pengetahuan mereka dalam mendukung kesehatan mental ibu hamil. Membangun jejaring antara kader, keluarga, dan tenaga kesehatan profesional untuk mempermudah rujukan dan dukungan lebih lanjut bagi ibu hamil yang membutuhkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah mendanai program PkM ini. Terimakasih kepada Pimpinan Daerah ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memfasilitasi melalui Lembaga Penelitian dan Pengembangan ‘Aisyiyah dan Majelis Kesehatan ‘Aisyiyah Kota Surakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., Faramarzi, M., Bouzari, Z., Chehrazhi, M., & Esfandyari, M. (2022). Association between social support and pregnancy stress: a cross-sectional study of neighbors' interactions. *Journal of the Egyptian Public Health Association*, 97(1). <https://doi.org/10.1186/s42506-022-00113-5>
- Al-Mutawtah, M., Campbell, E., Kubis, H. P., & Erjavec, M. (2023). Women's experiences of social support during pregnancy: a qualitative systematic review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-023-06089-0>
- Bedaso, A., Adams, J., Peng, W., & Sibbritt, D. (2021). The

- relationship between social support and mental health problems during pregnancy: a systematic review and meta-analysis. In *Reproductive Health* (Vol. 18, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01209-5>
- Cameron, E. E., Joyce, K. M., Delaquis, C. P., Reynolds, K., Protudjer, J. L. P., & Roos, L. E. (2020). Maternal psychological distress & mental health service use during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, 276, 765–774. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.081>
- Dashraath, P., Wong, J. L. J., Lim, M. X. K., Lim, L. M., Li, S., Biswas, A., Choolani, M., Mattar, C., & Su, L. L. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic and pregnancy. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 222(6), 521–531. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.03.021>
- Firrahmawati, L., Halimah As Sa'diyah, Yuntafi'atul Mar'ati, Endang Sri Wahyuni, & Apri sulistianingsih. (2025). ANALISIS KECEMASAN PADA IBU HAMIL: SEBUAH STUDI CROSSECTIONAL. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 5(4), 1489–1495. <https://doi.org/10.59894/jpkk.v5i4.994>
- Maulida, L. F., & Wahyuni, E. S. (2020). Hypnobirthing Sebagai Upaya Menurunkan Kecemasan Pada ibu hamil. *Gaster*, 18(1), 98. <https://doi.org/10.30787/gaster.v18i1.541>
- Sri Wahyuni, E., Duwi Handayani, J., Nurul Mahmudah, I., & Rahmawati, A. (2025). PENERAPAN RELAKSASI DZIKIR PADA KELAS IBU HAMIL DI PRAKTIK MANDIRI BIDAN (PMB) SUBIATI DESA MIRI KABUPATEN SRAGEN. *Martabe : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(4), 1489–1495. <https://doi.org/10.31604/jpm.v8i4.1489-1495>
- Wahyuni, E. S., Mahmudah, I. N., Rahmawati, A., Handayani, J. D., Wardani, A. K., & Cahyani, R. F. A. (2023). Dhikr Relaxation Training in Pregnant Women Classes In Purbosari Posyandu Purbayan Village. *Journal of Community Services and Engagement: Voice of Community (VOC)*, 3(1), 21–26. <https://doi.org/10.23917/voc.v3i1.2240>
- Yuli Kusumawati. (2025, August 28). Deteksi Dini Kesehatan Mental Ibu Hamil Masih Terabaikan Artikel ini telah tayang di suaramuhammadiyah.id dengan judul: Prof Yuli Kusumawati: Deteksi Dini Kesehatan Mental Ibu Hamil Masih Terabaikan, <https://suaramuhammadiyah.id/read/prof-yuli-kusumawati-deteksi-dini-kesehatan-mental-ibu-hamil-masih-terabaikan>. *Suara Muhammadiyah* .