

## Pendidikan Kesehatan Tentang Nyeri Persalinan Kala I di Kelurahan Jempong Baru Kota Mataram

Regina Pricilia Yunika<sup>1</sup>, Yadul Ulya<sup>2</sup>, Siskha Maya Herlina<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Inkes Yarsi Mataram

<sup>3</sup> Prodi Kebidanan Program Sarjana, Inkes Yarsi Mataram

e-mail: [reginapricilia@outlook.com](mailto:reginapricilia@outlook.com), [yadul.ulya90@yahoo.com](mailto:yadul.ulya90@yahoo.com), [siskhamayah22@gmail.com](mailto:siskhamayah22@gmail.com)

---

### Article History

Received: 16 Desember 2025

Revised: 20 Desember 2025

Accepted: 29 Januari 2026

DOI: <https://doi.org/10.58794/jdt.v6i1.1893>

**Keywords:** Health Education, Pain, First Stage of Labor

**Kata Kunci :** Pendidikan Kesehatan, Nyeri, Persalinan kala I

**Abstract** –Pregnancy is a physiological process accompanied by physical and psychological changes, one of which is first-stage labor pain due to uterine contractions and cervical dilation. Unmanaged pain can increase anxiety, fatigue, and the risk of medical intervention. Lack of knowledge of pregnant women affects readiness for childbirth, so health education is needed. This community service activity aims to increase pregnant women's knowledge about first-stage labor pain. The service was carried out on April 25, 2025, in Jempong Baru Village, Mataram City through three stages: a pretest, providing health education using lecture methods and audiovisual media, and a posttest. A total of 28 pregnant women participated in this activity and the results showed an increase in knowledge from 60.7% to 85.7%, so that health education is proven to be effective in improving pregnant women's understanding.

**Abstrak-** Kehamilan adalah proses fisiologis yang disertai perubahan fisik dan psikologis, salah satunya nyeri persalinan kala I akibat kontraksi uterus dan pembukaan serviks. Nyeri yang tidak terkelola dapat meningkatkan kecemasan, kelelahan, serta risiko intervensi medis. Kurangnya pengetahuan ibu hamil memengaruhi kesiapan menghadapi persalinan, sehingga diperlukan pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang nyeri persalinan kala I. Pengabdian dilaksanakan pada 25 April 2025 di Kelurahan Jempong Baru, Kota Mataram melalui tiga tahap, yaitu pretest, pemberian pendidikan kesehatan menggunakan metode ceramah dan media audiovisual, serta posttest. Sebanyak 28 ibu hamil mengikuti kegiatan ini dan hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan baik dari 60,7% menjadi 85,7%, sehingga pendidikan kesehatan terbukti efektif meningkatkan pemahaman ibu hamil.

---

### 1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus di dalam tubuhnya. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya kehamilan mulai dari ovulasi sampai partus/persalinan yaitu kira-kira 280 hari (40 minggu), dan tidak lebih dari 300 hari (43 minggu) [1]. Meskipun persalinan pada umumnya berlangsung secara alamiah, setiap ibu memiliki kondisi kesehatan yang berbeda sehingga tetap diperlukan pemantauan untuk menurunkan risiko komplikasi dan kematian ibu maupun janin [2,3].

Selama kehamilan dan persalinan terjadi berbagai perubahan fisiologis, seperti peningkatan aliran darah, kerja jantung, dan laju pernapasan. Perubahan tersebut dapat memicu kecemasan, ketegangan, dan rasa takut apabila tidak dikelola dengan baik, yang berpotensi memperpanjang proses persalinan [4]. Salah satu dampak yang sering muncul adalah nyeri persalinan, terutama pada kala I, akibat kontraksi uterus dan pembukaan serviks [5].

Persalinan normal merupakan proses fisiologis yang dimulai secara spontan, berisiko rendah, dan berlangsung hingga bayi lahir [6]. Persalinan merupakan proses fisiologis yang dialami oleh ibu hamil dan ditandai dengan adanya kontraksi uterus yang menyebabkan penipisan serta pembukaan serviks, khususnya pada kala I persalinan [7]. Nyeri persalinan pada kala I muncul sebagai respons terhadap kontraksi uterus yang semakin kuat dan teratur serta perubahan pada serviks dan jaringan sekitarnya [8]. Intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh faktor fisik, psikologis, sosial, dan budaya, termasuk tingkat pengetahuan dan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan [9].

Nyeri persalinan mulai timbul pada kala I fase laten dan berlangsung sampai fase aktif. Pada primigravida kala I persalinan bisa berlangsung 20 jam, pada multigravida berlangsung 14 jam. Makin lama nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif. Nyeri persalinan yang tidak dikelola dengan baik dapat meningkatkan kecemasan, kelelahan, dan mengganggu adaptasi ibu selama proses persalinan [10].

Data Persatuan Rumah Sakit Seluruh Indonesia menunjukkan bahwa 21% ibu bersalin mengalami nyeri hebat dan 64% ibu tidak memperoleh informasi yang cukup mengenai cara mengurangi nyeri persalinan [11]. Kurangnya informasi tersebut mendorong sebagian ibu memilih tindakan medis seperti operasi sesar atau anestesi tanpa indikasi yang jelas, yang berpotensi meningkatkan risiko morbiditas ibu dan bayi [12].

Kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai proses persalinan dan manajemen nyeri merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap tingginya kecemasan dan ketidaksiapan ibu saat persalinan [13]. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan selama kehamilan menjadi bagian penting dalam pelayanan kebidanan untuk membantu ibu memahami bahwa nyeri persalinan merupakan proses fisiologis yang dapat dikelola secara aman [14].

Pendidikan kesehatan selama masa kehamilan dan menjelang persalinan merupakan bagian penting dari pelayanan kebidanan untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang nyeri persalinan sebagai proses fisiologis yang dapat dikelola [15]. Pemberian edukasi yang tepat diharapkan mampu membantu ibu mengenali perubahan yang terjadi selama kala I persalinan serta strategi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri.

Pendidikan kesehatan tentang nyeri persalinan kala I menekankan pada penggunaan metode nonfarmakologis, seperti teknik pernapasan, relaksasi, perubahan posisi, pijat, dan dukungan emosional dari tenaga kesehatan maupun keluarga [9]. Metode nonfarmakologis tersebut terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan kenyamanan dan rasa percaya diri ibu selama proses persalinan [16]. Selain itu, edukasi persalinan yang diberikan secara terstruktur dapat membantu ibu bersalin berpartisipasi aktif dalam proses persalinan dan meningkatkan pengalaman persalinan yang positif [17].

Berdasarkan uraian tersebut, pendidikan kesehatan tentang nyeri persalinan kala I sangat penting untuk diberikan sebagai upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kebidanan. Peningkatan pengetahuan dan kesiapan ibu diharapkan dapat membantu ibu mengelola nyeri secara efektif serta mendukung kelancaran proses persalinan yang aman dan nyaman sesuai dengan prinsip asuhan kebidanan berbasis evidence [18].

Berdasarkan hal-hal di atas, tim pengabdian bermaksud mengadakan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang nyeri persalinan kala I.

## 2. METODE PENGABDIAN

Metode pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahap. Tahap pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian kegiatan. Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan di Kelurahan Jempong Baru, Kecamatan Sekarbela, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat yang akan dilakukan oleh tim pengabdian pada bulan April 2025. Selanjutnya tim pengabdian melakukan diskusi untuk penentuan solusi permasalahan.

Tahap Kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui oleh Lurah Kelurahan Jempong Baru, Kecamatan Sekarbela, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 hari, yaitu pemberian pendidikan kesehatan tentang nyeri persalinan kala I. Pelaksanaan program kegiatan ini akan dilaksanakan pada 25 April 2025 di Kelurahan Jempong Baru, Kecamatan Sekarbela, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat.

Kegiatan saat penyuluhan kesehatan juga akan dilaksanakan dalam tiga tahap. Tahap pertama merupakan tahap pretest, di mana tim pengabdian membagikan kuesioner untuk menilai pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Tahap kedua merupakan proses pemberian penyuluhan kesehatan tentang nyeri persalinan kala I. Pemberian materi akan dilaksanakan selama 15 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab

selama 10 menit. Ibu hamil trimester 3 yang menjawab pertanyaan dengan benar diberikan hadiah oleh tim pengabdian.

Metode yang akan digunakan adalah ceramah dengan media audiovisual berupa powerpoint, LCD, laptop, dan leaflet. Powerpoint dan leaflet berisi materi dilengkapi gambar sehingga peserta mudah memahami materi yang disampaikan. Tahap ketiga adalah tahap *posttest*, di mana tim pengabdian membagikan kembali kuesioner untuk menilai pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan.

Pernyataan dalam kuesioner terdiri atas pernyataan positif. Pemberian nilai didasarkan pada jenis pernyataan tersebut. Pada pernyataan jika jawabannya benar diberikan nilai 1 dan jika memilih jawaban salah mendapat nilai 0. Kuesioner yang digunakan telah melalui uji validitas dan reliabilitas serta dinyatakan valid dan reliabel. Pengukuran pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan kesehatan diinterpretasikan dengan skala, yaitu [19]: Baik: 76% - 100%, Cukup: 56% - 75%, dan Kurang: <56%.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan dilakukan selama sehari pada tanggal 25 April 2025, yang dihadiri oleh 28 peserta ibu hamil dengan narasumbernya adalah dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana INKES Yarsi Mataram. Kegiatan penyuluhan Kesehatan ini diawali dengan kegiatan *pretest*. Hasil *pretest* dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan

Kategori	Frekuensi	%
Baik	17	60,7
Cukup	6	21,4
Kurang	5	17,9
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik (60,7%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan yang kurang (17,9%).

Tahap kedua merupakan proses pemberian pendidikan kesehatan tentang masalah persalinan kala I. Pemberian materi dilaksanakan selama 15 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab selama 10 menit. Media yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu power point dan leaflet.



Gambar 1. Penyampaian Materi dan Pengisian Kuesioner

Kegiatan pengabdian berlangsung dengan baik, Para peserta sangat antusias mengikuti kegiatan tersebut, dilihat dari banyaknya peserta yang bertanya dan menjawab ketika diajukan pertanyaan. Dari 28 peserta, 80% peserta angkat tangan ketika diminta mengajukan pertanyaan dan dari 3 pertanyaan yang diajukan tim pengabdian, 95% jawabannya benar. Tahap ketiga adalah tahap *posttest*, di mana tim pengabdian membagikan kembali kuesioner untuk menilai pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil *posttest* dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan

Kategori	Frekuensi	%
Baik	24	85,7
Cukup	4	14,3
Kurang	0	0
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2, sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik (85,7%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan yang kurang (14,3%).

Berdasarkan tabel 1 dan 2, terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang masalah persalinan kala I. Peningkatan dapat dilihat dari data jumlah ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik, dari 60,7% meningkat menjadi 85,7% setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, di mana peningkatannya sebesar 25%. Sementara itu, jumlah ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup dan kurang mengalami penurunan. Persentase penurunan pengetahuan ibu hamil dalam kategori cukup sebesar 7,1% dan tidak ada ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang kurang.

Hasil tersebut didukung oleh artikel penelitian [20], sebagian besar ibu hamil menunjukkan pengetahuan yang memadai, khususnya 16 orang (60%), setelah menerima pendidikan kesehatan melalui pembagian selebaran informasi. Pentingnya mengakui dampak langsung atau jangka pendek dari informasi yang diperoleh melalui pendidikan formal dan non-formal sangatlah penting, karena informasi tersebut memiliki potensi besar untuk mempengaruhi perubahan atau meningkatkan pemahaman. Pendidikan formal, seperti sekolah dan perguruan tinggi, memberikan dasar pengetahuan yang kuat dan sistematis. Sebagai contoh, ibu hamil dapat langsung menerapkan konsep baru yang dipelajari dalam kehidupan sehari-hari mereka, menghasilkan perubahan positif yang terlihat dalam pemahaman mereka tentang berbagai topik. Sementara itu, pendidikan non-formal, seperti pelatihan atau workshop, juga dapat memberikan pengaruh jangka pendek yang signifikan. Partisipan dapat langsung mengaplikasikan keterampilan baru atau informasi yang diperoleh selama sesi pelatihan, menciptakan dampak positif dalam waktu singkat.

Tujuan utama dari pendidikan kesehatan adalah untuk mengidentifikasi masalah dan kebutuhan seseorang, memahami apa yang dapat dilakukan untuk mengatasinya, dan menggunakan sumber daya yang tersedia untuk cara yang paling efektif untuk meningkatkan kesehatan seseorang dan menentukan standar hidup seseorang. Pendidikan kesehatan adalah upaya untuk memberikan informasi kesehatan dan keterampilan kepada individu, kelompok dan masyarakat. Pendidikan kesehatan adalah segala upaya untuk memberikan pendidikan, informasi, pengetahuan dan keterampilan untuk meningkatkan mutu kesehatan baik pada tingkat individu, kelompok maupun masyarakat. Bertujuan untuk masyarakat sehat lingkungan, sehat fisik dan sehat sosial menjadi masyarakat yang peduli dan terdidik [21]. Pendidikan kesehatan akan menambah pengetahuan bagi masyarakat tentang kesehatan. Pengetahuan yang baik akan mengubah pola pikir masyarakat terhadap perilaku kesehatan. Orang memperoleh pengetahuan dengan mengoptimalkan persepsi dan perhatian mereka dan dengan mengatur ingatan mereka tentang informasi secara teratur [22].

Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu faktor informasi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh [23], menunjukkan bahwa ada hubungan antara faktor informasi dengan pengetahuan dengan  $p$  value 0,024 ( $< 0,05$ ). Semakin banyak informasi yang diperoleh, maka akan semakin baik pengetahuan yang diperoleh. Informasi ini dapat diperoleh dengan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dilakukan untuk menanamkan pengetahuan [24]. Pendidikan kesehatan merupakan suatu usaha dalam menyampaikan pesan kepada masyarakat, kelompok, atau individu mengenai kesehatan dengan harapan pengetahuan tentang kesehatan di masyarakat menjadi lebih baik. Dengan demikian, diharapkan hal tersebut akan merubah perilaku yang menunjang kesehatannya [24].

Keberhasilan pendidikan kesehatan didukung oleh beberapa faktor diantaranya metode dan media yang digunakan. Penelitian ini menggabungkan metode ceramah (penyuluhan) dan diskusi (bimbingan) secara individual. Teknik individual akan menjalin hubungan interpersonal yang kuat antara penyuluh dan individu yang berbeda dalam mempelajari perilaku atau ketertarikan yang baru. Pendidikan kesehatan dengan metode individu dapat diberikan kepada sasaran dengan latar belakang pendidikan rendah hingga tinggi. Keberhasilan metode individu dipengaruhi oleh kemampuan pemberi penyuluhan (peneliti) dengan menguasai materi dan mampu menyampaikan materi dengan bahasa yang sesuai dengan sasaran serta mampu melakukan pendekatan yang memberikan ruang intensif bagi responden. Selain itu juga didukung dengan media yang dipergunakan [25].

Media merupakan alat bantu dalam pemberian pendidikan kesehatan sehingga pesan atau informasi sampai ke penerima pesan. Media atau alat bantu lihat (*visual aids*) memberikan kontribusi yang sangat besar dalam perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam aspek informasi. Pancaindra yang banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75%-87%), sedangkan 13%-25% pengetahuan manusia disalurkan melalui pancaindra yang lain sehingga akan memberikan rangsangan yang cukup baik [24].

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan pengabdian yang telah dilakukan terdapat peningkatan pengetahuan antara sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 25%, sehingga disimpulkan pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang nyeri persalinan kala I di Kelurahan Jempong, Kecamatan Sekarbela, Kota Mataram.

#### 5. SARAN

Disarankan agar kegiatan pendidikan kesehatan serupa dilakukan secara berkelanjutan dengan variasi media edukasi dan pendampingan lanjutan sehingga peningkatan pengetahuan ibu hamil dapat dipertahankan dan diterapkan secara optimal.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Institut Yarsi Mataram yang telah memfasilitasi terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dan kepada semua ibu hamil yang telah meluangkan waktunya dalam kegiatan pengabdian ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] I. Kuswanti, *Asuhan kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.
- [2] J. J. Sondakh, *Asuhan kebidanan persalinan dan bayi baru lahir*. Jakarta: Erlangga, 2013.
- [3] R. Lailyana, P. Sari, en Nurhidayah, *Asuhan kebidanan persalinan*. Jakarta: Trans Info Media, 2014.
- [4] Susanti, "Hubungan kecemasan dengan lama persalinan kala I", *J. Kesehat. Masy.*, vol 6, no 1, bll 22–29, 2020.
- [5] Noviyanti en Jasmi, "Hubungan nyeri persalinan dengan gangguan kontraksi uterus pada ibu bersalin kala I", *J. Kesehat. Reproduksi*, vol 13, no 1, bll 45–52, 2022.
- [6] Hamdiah, A. Tanuadike, en Sulfianti, *Asuhan kebidanan persalinan*. Makasar: Alauddin University Press, 2020.
- [7] D. L. Lowdermilk, S. E. Perry, K. Cashion, en K. R. Alden, *Maternity & women's health care (12th ed.)*. St. Louis: Elsevier, 2020.
- [8] R. Mander, *Pain in childbirth: Contemporary issues and management*. London: Routledge, 2021.
- [9] WHO, "WHO recommendations on intrapartum care for a positive childbirth experience", Geneva: WHO.
- [10] S. Prawirohardjo, *Ilmu kebidanan (Edisi ke-5)*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2020.
- [11] Irawati, S. Muliani, en A. Arsyad, "Gambaran nyeri persalinan dan upaya penanganannya pada ibu bersalin", *J. Kebidanan*, vol 9, no 2, bll 85–92, 2019.
- [12] S. Pasongli, M. Rantung, en E. Pesak, "Faktor-faktor yang memengaruhi pemilihan tindakan persalinan", *J. Ilm. Bidan*, vol 2, no 1, bll 30–37, 2014.
- [13] P. Simkin, R. Ancheta, en J. Whalley, "The birth partner: A complete guide to childbirth", Minneapolis: Meadowbrook Press.
- [14] Kemenkes RI, "Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) (Edisi Revisi)", Jakarta: Kemenkes RI.
- [15] Kemenkes RI, "Pedoman pelayanan antenatal terpadu", Jakarta: Kemenkes RI.
- [16] E. Rahmawati en S. Handayani, "Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap penurunan nyeri persalinan kala I", *J. Kebidanan Indones.*, vol 14, no 2, bll 85–92, 2023.
- [17] D. P. Sari en R. Wulandari, "Edukasi persalinan dan manajemen nyeri nonfarmakologis pada ibu bersalin kala I", *J. Kesehat. Ibu dan Anak*, vol 18, no 1, bll 45–53, 2024.
- [18] Yulizawati, Fitriyeni, en Bustami, "Asuhan kebidanan persalinan dan bayi baru lahir berbasis evidence", Padang: Andalas University Press.
- [19] S. Arikunto, "Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik", Jakarta: Rineka Cipta.
- [20] C. A. Hariyanto en F. B. Rahayuningsih, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Pola Hidup Sehat Selama Kehamilan", *J. Kesehat. Tambusai*, vol 4, no 4, bll 5803–5811, 2023, doi: 10.31004/jkt.v4i4.21522.
- [21] M. Nurbaiti, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pada Tingkat Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang Senam Nifas", *Citra Delima Sci. J. Citra Int. Inst.*, vol 7, no 1, bll 45–48, 2023, doi: 10.33862/citradelima.v7i1.354.
- [22] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta, 2018.
- [23] S. N. Bulahari, H. B. Korah, en A. Lontaan, "Faktor-Faktor Yang ng Mempengaruhi Pengetahuan Rema emaja Tentang Kesehatan Reproduksi", *J. Ilm. Bidan*, vol 3, no 2, bll 15–20, 2015.
- [24] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta, 2012.
- [25] K. Linggardini en H. Aprilina, "Pengaruh pendidikan kesehatan pada ibu hamil terhadap pengetahuan tentang preeklamsia di wilayah kerja puskesmas Sokaraja I", *Medisains Ilmu-Ilmu Kesehat.*, 2016.