

PEMBENTUKAN “KEPOKMILI” (KELOMPOK IBU HAMIL PEDULI) SEBAGAI UPAYA DETEKSI DAN PEMANTAUAN HYPERTENSI KEHAMILAN

Linda Yanti^{1*}, Feti Kumala Dewi², Surtiningsih³, Fauziah Hanum Nur Adriyani⁴, Arlyana Hikmanti⁵, Rosi Kurnia Sugiharti⁶

¹⁻⁵Universitas Harapan Bangsa

⁶Universitas Medika Suherman Cikarang

Email Korespondensi: lindayanti@uhb.ac.id

Disubmit: 27 Januari 2023

Diterima: 20 Februari 2023

Diterbitkan: 01 Mei 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i5.9125>

ABSTRAK

Hypertensi kehamilan masih menjadi penyebab utama dari angka kmatian ibu (AKI). Di Indonesia sebanyak 1.077 kasus ibu meninggal karena mengalami hipertensi kehamilan, di Jawa Tengah sebanyak 156 ibu meninggal karena hipertensi kehamilan dan kabupaten banyumas sebanyak 29 kasus kematian terjadi saat hamil. Permasalahannya adalah terdapat 2 kasus kematian tersebut berada di kecamatan kembaran. Di Desa Bantarwuni terdapat 5 ibu hamil yang mengalami hipertensi, belum ada kelompok ibu hamil yang terbentuk sehingga banyak informasi penting yang tidak diketahui oleh ibu hamil. Kegiatan ini bertujuan untuk membentuk KEPOKMILI (Kelompok Ibu Hamil Peduli), ibu hamil juga mampu memberdayakan diri, peningkatan pengetahuan, meningkatkan partisipasi dan minat untuk deteksi dini, pemantauan, dan pencegahan hipertensi serta komplikasi kehamilan. Metode kegiatan ini dengan ceramah, tanya jawab, diskusi pembentukan kelompok ibu hamil peduli, edukasi, deteksi dini dan pemantauan hipertensi kehamilan pemberian informasi dan pemberdayaan diri. Khalayak sasaran yang dipilih adalah ibu hamil dan tempat yang dipilih adalah di Desa Bantarwuni. Hasil kegiatannya yang diikuti oleh 28 peserta penetapan fasilitator, pembentukan KEPOKMILI, pretest, pemberian informasi, posttest, deteksi hipertensi ibu hamil dengan pemeriksaan *cold pressor test (CPT)*, pemantauan tekanan darah. Kesimpulan: terbentuknya KEPOKMILI, terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah kegiatan, terdapat 4 ibu hamil yang berisiko hipertensi, pemantauan tekanan darah dilakukan intensif selama 1 minggu sekali. Saran: Diharapkan ibu hamil yang baru dapat bergabung dengan komunitas KEPOKMILI, deteksi hipertensi ibu hamil dapat dilakukan dengan pemeriksaan *CPT*, pemantauan tekanan darah ibu hamil harus dilakukan setiap 1 minggu sekali untuk semua ibu hamil.

Kata Kunci: Hypertensi, KEPOKMILI (Kelompok Ibu Hamil Peduli), *Cold Pressor Test (CPT)*

ABSTRACT

Pregnancy hypertension is still the main cause of maternal mortality (MMR). In Indonesia, 1,077 cases of mothers died due to pregnancy hypertension, in Central Java, 156 mothers died due to gestational hypertension, and in Banyumas district, 29 cases of death occurred during pregnancy. The problem is that there were 2 cases of death in the Twin District. In Bantarwuni Village

there are 5 pregnant women who experience hypertension, no groups of pregnant women have been formed so that there is a lot of important information that pregnant women do not know. This activity aims to form KEPOKMILI (Caring Pregnant Women Group), pregnant women are also able to empower themselves, increase knowledge, increase participation and interest in early detection, monitoring, and prevention of hypertension and complications of pregnancy. The method of this activity is with lectures, questions and answers, discussions on forming groups of caring pregnant women, education, early detection and monitoring of pregnancy hypertension, providing information and self-empowerment. The selected target audience is pregnant women and the chosen place is in Bantarwuni Village. The results of the activities which were attended by 28 participants were the appointment of facilitators, formation of KEPOKMILI, pretest, provision of information, posttest, detection of hypertension in pregnant women by examining the cold pressor test (CPT), monitoring of blood pressure. Conclusion: the formation of KEPOKMILI, there was an increase in the knowledge of pregnant women before and after the activity, there were 4 pregnant women who were at risk of hypertension, blood pressure monitoring was carried out intensively once a week. Suggestion: It is expected that new pregnant women can join the KEPOKMILI community, detection of hypertension in pregnant women can be done by CPT examination, monitoring of blood pressure in pregnant women must be done once every 1 week for all pregnant women.

Keywords: Hypertension, KEPOK MILI (Concerned Pregnant Women Group), Cold Pressor Test (CPT)

1. PENDAHULUAN

Munculnya komplikasi selama kehamilan, persalinan dan nifas saat ini masih menjadi tantangan signifikan yang berkontribusi terhadap morbiditas dan mortalitas ibu, sehingga mempengaruhi semua sistem kesehatan di seluruh dunia (Sultana et al., 2019).

Secara umum terjadi penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) periode 1991- 2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. Walaupun terjadi penurunan akan tetapi belum berhasil mencapai target MDGs yang harus dicapai yaitu sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Saat ini Target Sustainable Development Goals (SDGs) pada tahun 2024 AKI diharapkan turun menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup dan tahun 2030 kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup. Target yang ingin dicapai pada tahun 2024 memerlukan pengurangan minimal 5,5% per tahun, oleh karena itu keadaan ini memerlukan perhatian khusus. Salah satu sasaran strategis kementerian kesehatan adalah menurunkan angka kematian ibu dengan peningkatan kesehatan masyarakat melalui pendekatan siklus hidup (meningkatkan kesehatan ibu dan anak) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Di Indonesia Pada tahun 2020 AKI sebanyak 4.627 kematian sedangkan tahun 2021 sebanyak 7.389. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang disebabkan terinfeksi Covid-19 sebanyak 2.982 kasus, perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.077 kasus, penyakit jantung sebanyak 335 kasus, infeksi sebanyak 207 kasus, gangguan metabolic sebanyak 80 kasus, gangguan system peredaran darah sebanyak

65 kasus, abortus sebanyak 14 kasus dan lain- lain sebanyak 1.309 kasus (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Di Provinsi Jawa Tengah AKI pada tahun 2020 sebanyak 502 kasus dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 976 kasus yang disebabkan karena perdarahan sebanyak 96 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 156 kasus, infeksi sebanyak 15 kasus, abortus sebanyak 3 kasus, gangguan system peredaran darah sebanyak 2 kasus, gangguan metabolic sebanyak 4 kasus, penyakit jantung sebanyak 44, covid-19 sebanyak 539 kasus dan lain-lain sebanyak 117 kasus (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Dikabupaten Banyumas jumlah kematian ibu dari tahun 2017 hingga 2020 sebagian besar terjadi saat kehamilan yaitu sebanyak 29 kasus, bersalin sebanyak 1 kasus dan nifas sebanyak 14 kasus. Data tersebut menunjukkan kematian ibu paling banyak terjadi pada kehamilan (Dinas Komunikasi Dan Informasi Kabupaten Banyumas, 2022).

Dari berbagai macam penyebab AKI, saat ini masih menjadi prioritas utama adalah hipertensi pada kehamilan. Gangguan hipertensi dalam kehamilan dapat menimbulkan pre-eklamsia/eklamsia yang dapat menimbulkan komplikasi berupa *HELLP syndrome* seperti peningkatan enzim hati, trombosit rendah (*HELLP*) yang dapat menimbulkan risiko morbiditas yang signifikan untuk baik ibu maupun janin (Braunthal & Brateanu, 2019; Luger RK, 2022).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan upaya promotive dan preventif dengan melibatkan masyarakat, kader dan ibu hamil itu sendiri yang dilakukan secara intensif dan konsisten. Strategi yang dilakukan adalah dengan membentuk kelompok ibu hamil peduli atau disebut dengan "Kepokmili". Kepokmili ini merupakan sebuah komunitas ibu hamil yang didampingi juga oleh kader dan dalam bimbingan tenaga kesehatan/ bidan untuk meningkatkan kepedulian ibu hamil dalam upaya mendeteksi dan melakukan pemantauan hipertensi kehamilan agar tidak menimbulkan komplikasi yang serius.

Pembentukan kelompok dan pendekatan utamanya pada ibu hamil sebagai pusatnya dengan fokus memberdayakan diri, melibatkan ibu hamil, saling memotivasi, meningkatkan partisipasi dan minat untuk deteksi dini, pemantauan, peningkatan informasi dan pencegahan hipertensi serta komplikasi kehamilan. Selain itu, sesama ibu hamil saling memberikan dukungan dan pengalaman positif selama kehamilan. Pembentukan kelompok dalam perawatan prenatal merupakan pendekatan yang inovatif dan berharga sebagai salah alternative alternative untuk mencegah komplikasi kehamilan (Andrade-Romo et al., 2019). Perawatan prenatal dini dalam kelompok sangat penting untuk mencegah komplikasi yang buruk selama kehamilan, dapat meningkatkan pengetahuan kehamilan dan kesadaran dalam penggunaan layanan kontrasepsi pada masa nifas (Fowler JR, Mahdy H, 2022). Semua ibu hamil yang tergabung dalam *grup prenatal care* menyatakan bahwa kegiatanyang terdapat di grup tersebut sangat berguna bagi mereka dalam mengurangi komplikasi selama kehamilan (Sultana et al., 2019).

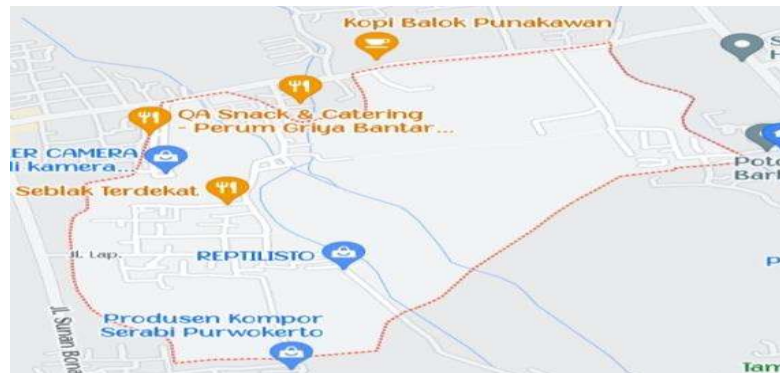
2. MASALAH DAN PERUMUSAN PERTANYAAN

Masalah yang terjadi pada ibu hamil adalah masih tingginya kasus hipertensi dalam kehamilan yang memicu angka kematian ibu hamil. Di wilayah kecamatan kembaran terdapat 2 ibu yang meninggal karena kehamilan dan nifas. Di desa bantarwuni terdapat 5 ibu hamil yang mengalami hipertensi kehamilan, belum ada kelompok ibu hamil yang terbentuk sehingga banyak informasi penting yang tidak diketahui oleh ibu hamil di desa tersebut.

Rumusan pertanyaan dilakukannya kegiatan pengabdian ini adalah apakah terbentuknya Kepokmili dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam upaya mendeteksi dan memantau hipertensi kehamilan?

Tujuan pengabdian ini adalah terbentuknya KEPOKMILI (Kelompok Ibu Hamil Peduli), ibu hamil juga mampu memberdayakan diri, peningkatan pengetahuan, meningkatkan partisipasi dan minat untuk deteksi dini, pemantauan, dan pencegahan hipertensi serta komplikasi kehamilan.

Lokasi yang dipilih untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Desa Bantarwuni, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah.



Gambar 1 Peta Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

Definisi sebelumnya Hipertensi kehamilan sebagai tekanan darah sistolik >140 mmHg atau tekanan darah diastolik >90 mmHg, tanpa proteinuria. Setelah usia kehamilan 20 minggu saat ibu hamil mengalami hipertensi maka dapat dikategorikan sebagai preeklamsia (The American College of Obstetricians and Gynecology, 2013). Saat ini dalam teori yang terbaru hipertensi kehamilan didefinisikan sebagai peningkatan tekanan 130-139/80-89 mmHg atau lebih dari itu dan setelah usia kehamilan lebih dari 20 minggu beresiko mengalami gangguan hipertensi pada kehamilan dan preeklampsia (Porcelli et al., 2020).

Hipertensi Gestasional atau hipertensi kehamilan merupakan suatu kondisi mengalami tekanan darah tinggi, tidak memiliki protein dalam urine atau masalah jantung atau ginjal lainnya yang didiagnosis setelah usia kehamilan 20 minggu atau mendekati persalinan. Hipertensi gestasional biasanya hilang setelah pasien melahirkan. Namun, beberapa wanita dengan hipertensi gestasional memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami hipertensi kronis di masa mendatang (Aronow & S, 2017; The American College of Obstetricians and Gynecology, 2013).

Ibu hamil yang mengalami hipertensi dapat beresiko mengalami preeklampsia, yaitu suatu kondisi ibu hamil mengalami hipertensi setelah 20 minggu kehamilan dengan proteinuria lebih dari 300 mg dalam pengumpulan urin 24 jam atau rasio protein/kreatinin urin $\geq 0,3$. Pasien yang mengalami preeklampsia tidak menutup kemungkinan akan mengalami eklampsia (kejang). Preeklampsia yang parah dapat menimbulkan gangguan diberbagai organ seperti trombositopenia, insufisiensi ginjal, gangguan fungsi hati, edema paru, dan gejala serebral atau visual (The American College of Obstetricians and Gynecology, 2013).

Komplikasi tekanan darah tinggi pada kehamilan dapat membahayakan kondisi ibu dan bayinya. Pada ibu dapat menimbulkan preeklampsia, eklampsia, stroke, kebutuhan induksi persalinan, solusio plasenta, kerusakan otak bagian oksipital yang dapat menyebabkan kebutaan, perdarahan intrakranial akibat kejang berulang, gagal ginjal akut dan sindrom HELLP (Callaghan et al., 2012; Creanga et al., 2014; The American College of Obstetricians and Gynecology, 2013). Sedangkan pada bayi dapat menimbulkan kelahiran premature, berat badan lahir rendah, risiko masalah jangka panjang yang berhubungan dengan kelahiran prematur, seperti gangguan belajar, cerebral palsy, epilepsy, tuli, dan kebutaan. Tekanan darah ibu yang tinggi dapat mempersulit persalinan bayi untuk mendapatkan oksigen dan nutrisi yang cukup untuk tumbuh, sehingga bayi harus dilahirkan lebih awal. Komplikasi preeklampsia bersama dengan sindrom HELLP juga dapat menyebabkan bayi lahir mati, di mana biasanya terjadi jika plasenta terpisah dari rahim sebelum bayi lahir yang menyebabkan perdarahan hebat pada ibu (Macdonald-Wallis et al., 2014; The American College of Obstetricians and Gynecology, 2013). Permasalahan hipertensi pada kehamilan juga ditemukan di salah satu desa Kecamatan Kembaran, ditambah lagi adanya kasus kematian ibu hamil di tempat tersebut.

Salah satu cara deteksi adanya kemungkinan hipertensi dimasa mendatang adalah dengan pemeriksaan *cold pressor test* (CPT). Studi menunjukkan bahwa saraf simpatis memainkan peran penting dalam hipertensi akibat peningkatan saraf simpatis aktivitas. Aktivitas simpatis diuji menggunakan uji tekan. *cold pressor test* dilakukan dengan mengukur darah respons tekanan terhadap rangsangan dingin yang diberikan selama percobaan. Tes ini digunakan untuk mendeteksi hipertensi lebih awal. Respons hiperreaksi selama CPT dapat memprediksi risiko hipertensi (Hada et al., 2016). Peningkatan tekanan darah selama *cold pressor test* dapat disebabkan oleh beberapa hal faktor, termasuk peningkatan saraf simpatis aktivitas sistem, vasokonstriksi, dan perasaan rasa sakit saat berendam di air es. Tekanan darah dipengaruhi oleh dua faktor yaitu aliran darah dan tekanan pembuluh darah perifer. Aliran darah tubuh dipengaruhi oleh curah jantung, denyut jantung, dan darah volume itu sendiri. Stimulasi dingin pada tangan dicelupkan dalam air es menciptakan rangsangan pada jantung saraf simpatis yang menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah. Vasokonstriksi vaskuler menyebabkan peningkatan nilai tekanan darah (Silverthorn et al., 2013). Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan pemeriksaan *cold pressor test*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *cold pressor test* dapat digunakan sebagai acuan untuk memprediksi hipertensi dalam kehamilan (Yanti & Ulfah, 2020b, 2020a).

Pembentukan kelompok atau komunitas ibu hamil juga menjadi bagian yang sangat penting, karena mereka dapat berdiskusi dan bertukar pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh dan sistematis. Sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap, dapat mempraktikkan pencegahan resiko dan komplikasi kehamilan serta pemeriksaan kehamilannya menjadi lebih intensif (Rofi'ah et al., 2020; Suryanti & Nurana, 2022).

Metode yang dipilih dalam kegiatan ini adalah edukasi, deteksi dini, pemberian informasi dan pemberdayaan diri. Peran aktif mitra tentunya akan sangat mendukung keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Materi yang dipilih juga disesuaikan dengan permasalahan mitra.

4. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ceramah, tanya jawab, diskusi pembentukan kelompok ibu hamil perduli, edukasi, deteksi dini dan pemantauan hipertensi kehamilan pemberian informasi dan pemberdayaan diri. Peserta pada kegiatan ini adalah semua ibu hamil yang terdapat di Desa Bantarwuni, Kecamatan Kembaran sebanyak 28 peserta dan kader sebanyak 5 peserta.

Kegiatan ini dimulai dengan persiapan dan koordinasi yang dilakukan dengan metode survey lapangan untuk mengidentifikasi kondisi dan situasi dilapangan agar tepat dalam menetapkan strategi pendekatan yang digunakan. Tahap kedua adalah pembentukan KEPOKMILI (Kelompok ibu hamil perduli). Tahap ketiga adalah edukasi kepada kader dan deteksi dini hipertensi kehamilan dengan pemeriksaan *cold pressor test*. Tahap ketiga adalah pemberian kuesioner *pretest*, dilanjutkan dengan edukasi tentang pemberdayaan diri ibu hamil, pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologi ibu hamil, ketidaknyamanan ibu hamil berdasarkan trimesternya beserta penanganannya, mengenal dan mendeteksi dini komplikasi pada kehamilan, persiapan persalinan. Peserta juga diberikan buku saku yang dilengkapi dengan lembar pemantauan tekanan darah untuk memudahkan mereka memahami materi dan memantau tekanan darah setiap minggu selama empat bulan berturut-turut. Tahap keempat adalah pemberian kuesioner *posttest*.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema Pembentukan "KEPOKMILI" (kelompok ibu hamil peduli) sebagai upaya deteksi dan pemantauan hipertensi kehamilan ini mulai dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2022 dalam bentuk ceramah, tanya jawab, diskusi pembentukan kelompok ibu hamil perduli, edukasi, deteksi dini dan pemantauan hipertensi kehamilan pemberian informasi dan pemberdayaan diri.

Setelah melakukan serangkaian koordinasi dan survey lapangan maka langkah berikutnya adalah penetapan fasilitator. Fasilitatornya adalah kader yang ada di Desa bantarwuni berjumlah 5 orang. Kader tersebut dipilih dengan beberapa kriteria seperti peran aktif dalam setiap kegiatan posyandu dan keterampilan dan pengetahuan yang baik tentang berbagai permasalahan ibu dan bayi. Setelah kader ditetapkan,

langkah selanjutnya adalah pembentukan KEPOKMILI (kelompok ibu hamil peduli) yang diawali dengan pendataan ibu hamil, penyusunan struktur organisasi, sosialisasi tentang tujuan pembentukan KEPOKMILI, penyusunan berbagai rencana kegiatan di KEPOKMILI, pendataan peralatan yang dibutuhkan untuk kegiatan KEPOKMILI dan pengenalan kepada warga sekitar tentang adanya KEPOKMILI (kelompok ibu hamil peduli) di desa mereka.

Setelah terbentuk kelompok maka peserta diberikan kuesioner *pretest* dan dilanjutkan dengan edukasi tentang pemberdayaan diri ibu hamil, pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologi ibu hamil, ketidaknyamanan ibu hamil pada trimester I, trimester II dan trimester III beserta penanganannya, mengenal dan mendeteksi dini komplikasi pada kehamilan, persiapan persalinan. Diakhir sesi tersebut peserta diberikan kusioner *posttest*. Semua informasi tersebut terdapat pada buku saku yang dibagikan kepada seluruh peserta untuk memudahkan mereka dalam memahami setiap informasi. Dalam buku saku tersebut juga dilengkapi dengan lembar pemantauan tekanan darah ibu hamil yang dilakukan setiap 1 minggu sekali selama 4 bulan berturut-turut. Pada lembar tersebut akan dituliskan waktu ibu hamil harus melakukan pemantauan tekanan darah. Ibu hamil dituntut untuk memberdayakan dirinya dan peduli dengan kesehatannya dan juga mengingatkan rekannya yang hamil untuk mengecek tekanan darahnya. Hasil pengukuran tekanan darah akan dituliskan di lembar pemantauan tekanan darah. Pemantauan tekanan darah dapat dilakukan oleh bidan ataupun kader dengan menggunakan tensimeter digital. Berikut ini adalah gambar pada rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 2 Pembentukan “KEPOKMILI” (Kelompok Ibu Hamil Peduli)





Gambar 3 kegiatan Deteksi Dan Pemantauan Hypertensi Kehamilan

Hasil pengukuran pengetahuan *pretest* dan *posttest* dapat terlihat pada tabel berikut.

Tabel 1 Pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian masyarakat

Kategori	Pengetahuan Pre			Pengetahuan Post		
	Frekuensi	%	Mean	Frekuensi	%	Mean
Baik	2	7,14	52,14	21	75	78,93
Cukup	6	21,42		4	14,28	
Kurang	22	78,57		3	10,71	
Total	28	100		28	100	

Pada tabel.1 menunjukkan sebelum kegiatan pengabdian masyarakat sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan adalah kurang sebanyak 22 (78,57%) dengan rerata 52,14 dan setelah dilakukan kegiatan sebagian besar pengetahuannya baik 21 (75%) dengan rerata 78,93. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah peserta diberikan berbagai informasi kesehatan terkait dengan kehamilan.

Tabel 2 Deteksi Hypertensi Ibu Hamil Dengan Pemeriksaan *Cold Pressor Test (CPT)*

Kategori	Frekuensi	%
Tidak CPT	5	17,8
Hiperreaktor	4	14,28
Hiporeaktor	19	67,85
Total	28	100

Pada tabel.2 menunjukkan bahwa dari total 28 ibu hamil, yang dilakukan pendeteksian hipertensi ibu hamil dengan pemeriksaan *cold pressor test (CPT)* sebanyak 24 peserta sedangkan 5 peserta tidak dilakukan pemeriksaan ini. Hal tersebut dikarenakan 5 ibu hamil tersebut sudah terdiagnosa mengalami hipertensi kehamilan, karena tujuan Pemeriksaan *CPT* adalah untuk mendeteksi resiko hipertensi pada masa mendatang. Hasil pemeriksaan *CPT* sebanyak 19 (67,85%) dalam kategori hiporeaktor (tidak beresiko hipertensi) dan sebanyak 4 (14,28%) hiperreaktor (berisiko mengalami hipertensi).

Tabel 3 Pemanataun Tekanan Darah Ibu Hamil

Bulan	Rerata Tekanan Darah Sistole (mmHg)	Rerata Tekanan Darah Diastole (mmHg)
September	111	84
Oktober	113	86
November	114	86
Desember	115	89

Pada tabel 3 menunjukkan pada pemantauan tekanan darah ibu hamil yang dilakukan tiap 1 minggu sekali selama 4 bulan berturut-turut. Rerata tekanan darah ibu hamil pada bulan September adalah 111/84 mmHg, pada bulan oktober 113/86 mmHg, pada bulan 114/86 mmHg dan pada bulan oktober 115/89 mmHg. Hingga akhir bulan desember jumlah total ibu hamil yang diperiksa sebanyak 10, sedangkan 18 lainnya sudah melahirkan.

b. Pembahasan

Pengabdian masyarakat tentang Pembentukan “KEPOKMILI” (Kelompok Ibu Hamil Peduli) Sebagai Upaya Deteksi Dan Pemantauan Hypertensi Kehamilan yang dilaksanakan di Desa Bantarwuni, kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah diwalai dengan penetapan fasilitator. Fasilitator yang ditentukan adalah 5 kader dengan kriteria yang sudah ditentukan. Tahap berikutnya adalah pembentukan KEPOKMILI (kelompok ibu hamil peduli) dimulai dengan pendataan jumlah ibu hamil yang didampingi oleh Bidan Desa. Kemudian penyusunan struktur organisasi KEPOKMILI. Sosialisasi tentang tujuan dan berbagai rencana dibentuknya KEPOKMILI adalah:

- 1) Ibu hamil mempunyai pengetahuan yang baik tentang kehamilan
- 2) Ibu hamil mampu memberdayakan diri dan peduli dengan kesehatannya dan bayinya
- 3) Ibu hamil tergabung dalam komunitas yang memiliki visi misi yang sama yaitu memberdayakan diri dan peduli dengan kesehatan. Selain itu ibu hamil akan saling mengingatkan satu dengan yang lain jika ada informasi kesehatan yang didapatkan sementara rekan lainnya belum dapat.
- 4) Ibu dapat menjali kehamilannya dengan sehat, saat bersalin juga dapat meminimalisasi komplikasi serta bayi yang dilahirkan juga sehat.
- 5) Para kader melakukan monitoring terkait kesehatan ibu hamil dengan memantau tekanan darah secara rutin setiap satu minggu sekali
- 6) Ibu hamil yang terdiagnosa hipertensi kehamilan tidak memiliki komplikasi serius misalnya seperti eklamsi.

Setelah sosialisasi tentang tujuan dan berbagai rencana sudah ditentukan dan dipaparkan kemudian melakukan pendataan tentang kebutuhan peralatan yang dibutuhkan untuk melakukan pemantauan tekanan darah setiap minggu seperti tensimeter yang digital. Kami memilih tensimeter digital agar fasilitator dapat menggunakan dengan baik tanpa harus belajar lebih lama dan sangat efektif untuk digunakan. Tahapan terakhir dari pembentukan KEPOKMILI ini adalah pengenalan ke warga sekitar bahwa ada komunitas yang disebut KEPOKMILI atau kelompok ibu hamil peduli tentang kesehatannya dan bayinya. Jadi warga sekitar juga diminta untuk berpartisipasi dan saling mengingatkan

jika terdapat ibu hamil baru yang belum bergabung dikelompok tersebut atau ibu hamil yang lupa untuk selalu memeriksakan tekanan darahnya.

Setelah pembentukan KEPOKMILI tahap lanjutannya adalah pretest. Hasil dari pretest tersebut menunjukkan sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan kurang yang disebabkan karena hampir tidak pernah terpapar informasi tentang pemberdayaan diri ibu hamil, pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologi ibu hamil, ketidaknyamanan ibu hamil pada trimester I, trimester II dan trimester III beserta penanganannya, mengenal dan mendeteksi dini komplikasi pada kehamilan, persiapan persalinan. Selain itu penyebab lainnya adalah karena sebagian besar ibu hamil memiliki pendidikan sekolah dasar. Rendahnya pendidikan menyebabkan seseorang dapat mengalami stress dan kesemasan karena informasi yang didapatkan juga kurang (Notoatmojo, 2014).

Setelah dilakukan *pretest*, kemudian ibu hamil diberikan berbagai informasi tentang informasi tentang pemberdayaan diri ibu hamil, pengetahuan tentang perubahan fisik dan psikologi ibu hamil, ketidaknyamanan ibu hamil pada trimester I, trimester II dan trimester III beserta penanganannya, mengenal dan mendeteksi dini komplikasi pada kehamilan, persiapan persalinan dengan cara ceramah, tanya jawab, diskusi pembentukan kelompok ibu hamil peduli, edukasi, deteksi dini dan pemantauan hipertensi kehamilan pemberian informasi dan pemberdayaan diri. Ibu hamil dibekali buku saku yang dapat dibaca setiap saat tanpa harus ke pelayanan kesehatan atau tenaga kesehatan. Selama kegiatan berlangsung semua ibu sangat semangat dan memiliki rasa ingin tahu yang besar. Dapat terlihat dari berbagai pertanyaan yang diajukan selama kegiatan berlangsung.

Setelah itu, ibu hamil diberikan *posttes* dengan hasil sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik. Peningkatan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh adanya faktor internal berupa minat dan motivasi, kesenangan dalam membantu orang lain, pengalaman, kepercayaan dan faktor eksternal berupa lingkungan.

Minat atau motivasi dapat menuntun seseorang untuk memulai hal baru dan pada akhirnya orang tersebut mendapatkan pengetahuan yang lebih baik dari sebelumnya (Notoatmojo, 2014). Motivasi merupakan kemauan seseorang untuk melaksanakan suatu kegiatan (Kumi & Sabherwal, 2018). Ibu hamil yang hadir pada kegiatan pengabdian masyarakat ini mungkin tidak menyadari bahwa saat mereka datang menunjukkan bahwa mereka memiliki minat dan motivasi yang sangat baik. Kesenangan dalam membantu orang lain juga merupakan bagian yang tidak bisa dihilangkan pada individu seseorang (Bayraktarov et al., 2019). Ibu hamil saling berbagi informasi satu sama lain dan ketika ada ibu hamil yang bingung dalam mengisi kuesioner, beberapa ibu berusaha untuk mengajari cara mengisinya. Pengalaman merupakan sumber pengetahuan untuk mendapatkan kebenaran dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh sebelumnya untuk memecahkan masalah (Notoatmojo, 2014). Pengalaman ibu hamil yang dimaksudkan dalam pada kegiatan ini berupa pengalaman memperoleh informasi dari petugas kesehatan, buku saku dan sesama rekan lainnya.

Selanjutnya adalah kepercayaan yang dapat mempengaruhi pengetahuan seperti kepercayaan diri, kepercayaan antar anggota, kepercayaan terhadap orang lain (Razmerita et al., 2016). Kepercayaan

ibu hamil terhadap dirinya sendiri merupakan rasa percaya diri yang timbul karena yakin akan dapat mebercayakan diri untuk kesehatan dirinya dan bayinya. Saling mengenal satu sama lain serta percaya bahwa informasi yang diberikan kepada mereka merupakan informasi yang sangat baik, dibutuhkan untuk ibu selama menjadi proses kehamilan dan persiapan kehamilannya juga keyakinan bahwa semua ibu mampu memberdayakan diri untuk meningkatkan kesehatan diri mereka sendiri dengan mengikuti kegiatan ini dan rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah.

Sedangkan dari faktor eksternal yang mempengaruhi pengetahuan ibu hamil adalah lingkungan. Lingkungan adalah segala kondisi yang ada di sekitar seseorang dan dapat mempengaruhi perkembangan, perilaku orang atau kelompok (Notoatmojo, 2014). Dalam hal ini yang dimaksud lingkungan adalah *circle* ibu hamil tersebut yaitu KEPOKMILI” (Kelompok Ibu Hamil Peduli). Terbentuknya kelompok ini menjadi angin segar bagi para ibu hamil dikarenakan, kelompok ini beranggotakan para ibu hamil yang mempunyai berbagai permasalahan yang tidak berbeda salahsatunya munculnya ketidaknyamanan semala hamil. Ibu hamil akan saling berbagi cerita untuk mengatasi keluhannya tersebut komunitas ini.

Kegiatan berikutnya yang dilakukan adalah deteksi hipertensi ibu hamil dengan pemeriksaan *Cold Pressor Test (CPT)* yang digunakan untuk mendeteksi hipertensi lebih awal. Respons hiperreaksi selama CPT dapat memprediksi risiko hipertensi (Hada et al., 2016). Ibu hamil yang dilakukan pemeriksaan CPT sebagian besar tidak beresiko mengalami hipertensi di masa mendatang. Hal tersebut dikarenakan tidak terdapat kenaikan tekanan darah sistole $>20\text{mmHg}$ dan diastole $>15\text{mmHg}$. Akantetapi terdapat empat ibu hamil yang berisiko mengalami hipertensi dimasa mendatang, sehingga ibu hamil tersebut harus rutin untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah, baik saat kondisi hamil ataupun tidak hamil.

Pemantauan tekanan darah dilakukan setiap minggu selama 4 bulan berturut- turut dengan dibantu fasilitator dan bidan desa. Meskipun tidak semua pasien dipantau tekanan darahnya hingga 4 bulan dikarenakan ada yang sudah melahirkan. Pada bulan oktober di minggu ke-1 terdapat 1 ibu hamil yang melahirkan, minggu ke-2 terdapat 2 ibu hamil yang melahirkan, minggu ke-3 terdapat 2 ibu hamil yang melahirkan dan minggu ke-4 terdapat 1 ibu hamil yang melahirkan. Pada bulan november di minggu ke-1 terdapat 3 ibu hamil yang melahirkan, minggu ke-2 terdapat 1 ibu hamil yang melahirkan dan minggu ke-4 terdapat 1 ibu hamil yang melahirkan. pada bulan desember di minggu ke-1 terdapat 1 ibu hamil yang melahirkan, minggu ke-2 terdapat 2 ibu hamil yang melahirkan, minggu ke-3 terdapat 2 ibu hamil yang melahirkan dan minggu ke-4 terdapat 2 ibu hamil yang melahirkan. Pemantauan tekanan darah ini merupakan salah satu aspek yang sangat penting dari perawatan kehamilan untuk menyaring kasus hipertensi dan preeklampsia (Prabhu et al., 2022). Meskipun pemantauan tekanan darah yang tertulis pada laporan ini hanya 4 bulan tetapi pelaksanaannya terus dilakukan secara berkelanjutan. Hasil dari pemantauan tekanan darah ini terdapat pada buku pemantauan tekanan darah yang di bawa ibu hamil dan tercatat di buku fasilitator.

6. KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Terbentuknya KEPOKMILI sangat membantu ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan, terdapat 4 ibu hamil yang berisiko mengalami hipertensi setelah pemeriksaan *Cold Pressor Test (CPT)*. Pada kegiatan monitoring evaluasi mereka menyampaikan sangat berterimakasih dan merasakan manfaatnya yaitu dapat mengetahui secara dini jika ada kenaikan tekanan darah sehingga tidak terlambat ke pelayanan kesehatan dan kasus preeklampsia juga menurun di desa tersebut.

b. Saran

Diharapkan ibu hamil yang baru dapat bergabung dengan komunitas KEPOKMILI. Untuk bidan desa direkomendasikan setiap wanita usai subur dan ibu hamil dipemeriksaan *Cold Pressor Test*. Pemantauan tekanan darah ibu hamil harus dilakukan setiap 1 minggu sekali untuk semua ibu hamil.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Andrade-Romo, Z., Heredia-Pi, I. B., Fuentes-Rivera, E., Alcalde-Rabanal, J., Cacho, L. B. B., Jurkiewicz, L., & Darney, B. G. (2019). Group Prenatal Care: Effectiveness And Challenges To Implementation. *Revista De Saude Publica*, 53, 85. <https://doi.org/10.11606/S1518-8787.2019053001303>
- Aronow, & S, W. (2017). Hypertensive Disorders In Pregnancy. In *Annals Of Translational Medicine* (Vol. 5, Issue 12, P. 266). <https://doi.org/10.21037/Atm.2017.03.104>
- Bayraktarov, E., Ehmke, G., O'connor, J., Burns, E. L., Nguyen, H. A., Mcrae, L., Possingham, H. P., & Lindenmayer, D. B. (2019). Do Big Unstructured Biodiversity Data Mean More Knowledge? *Frontiers In Ecology And Evolution*, 6, 239.
- Braunthal, S., & Brateanu, A. (2019). Hypertension In Pregnancy: Pathophysiology And Treatment. *Sage Open Medicine*, 7, 2050312119843700. <https://doi.org/10.1177/2050312119843700>
- Callaghan, W. M., Creanga, A. A., & Kuklina, E. V. (2012). Severe Maternal Morbidity Among Delivery And Postpartum Hospitalizations In The United States. *Obstetrics And Gynecology*, 120(5), 1029-1036. <https://doi.org/10.1097/Aog.0b013e31826d60c5>
- Creanga, A. A., Berg, C. J., Ko, J. Y., Farr, S. L., Tong, V. T., Bruce, F. C., & Callaghan, W. M. (2014). Maternal Mortality And Morbidity In The United States: Where Are We Now? *Journal Of Women's Health* (2002), 23(1), 3-9. <https://doi.org/10.1089/Jwh.2013.4617>
- Dinas Komunikasi Dan Informasi Kabupaten Banyumas. (2022). *Data Dan Informasi Kabupaten Banyumas*.
- Fowler Jr, Mahdy H, J. B. (2022). *Pregnancy*. Statpearls Publishing.
- Hada, S., Amatya, S., & Shrestha, R. K. (2016). Cold Pressor Test In Borderline Hypertensive University Students. *Kathmandu University Medical Journal*, 14(56), 337-341.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Rencana Aksi Program 2020-2024*.
- Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan*

- Indonesia. In *Kepala Pusat Data Dan Teknologi Informasi*.
- Kumi, R., & Sabherwal, R. (2018). Knowledge Sharing Behavior In Online Discussion Communities: Examining Behavior Motivation From Social And Individual Perspectives. *Knowledge And Process Management*, 26. <https://doi.org/10.1002/kpm.1574>
- Luger Rk, K. B. (2022). *Hypertension In Pregnancy*. Statpearls Publishing.
- Macdonald-Wallis, C., Tilling, K., Fraser, A., Nelson, S. M., & Lawlor, D. A. (2014). Associations Of Blood Pressure Change In Pregnancy With Fetal Growth And Gestational Age At Delivery: Findings From A Prospective Cohort. *Hypertension (Dallas, Tex. : 1979)*, 64(1), 36-44. <https://doi.org/10.1161/hypertensionaha.113.02766>
- Notoatmojo. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Porcelli, B. A., Diveley, E., Meyenburg, K., Woolfolk, C., Rosenbloom, J. I., Raghuraman, N., Stout, M. J., & Sabol, B. A. (2020). A New Definition Of Gestational Hypertension? New-Onset Blood Pressures Of 130 To 139/80 To 89 Mm Hg After 20 Weeks Of Gestation. *American Journal Of Obstetrics And Gynecology*, 223(3), 442.E1-442.E7. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.06.019>
- Prabhu, M., Malha, L., & Riley, L. E. (2022). Self-Monitoring Of Blood Pressure During Pregnancy. *Jama*, 327(17), 1651-1652. <https://doi.org/10.1001/jama.2022.2802>
- Razmerita, L., Kirchner, K., & Nielsen, P. (2016). What Factors Influence Knowledge Sharing In Organizations? A Social Dilemma Perspective Of Social Media Communication. *Journal Of Knowledge Management*, 20, Forthcoming. <https://doi.org/10.1108/jkm-03-2016-0112>
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., & Chunaeni, S. (2020). Optimalisasi Kelas Ibu Hamil Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masa Kehamilan. *Link*, 16(1), 42-48.
- Silverthorn, Dee, Michael, & Joel. (2013). Cold Stress And The Cold Pressor Test. *Ajp Advances In Physiology Education*, 37, 93-96. <https://doi.org/10.1152/advan.00002.2013>
- Sultana, M., Ali, N., Akram, R., Jahir, T., Mahumud, R. A., Sarker, A. R., & Islam, Z. (2019). Group Prenatal Care Experiences Among Pregnant Women In A Bangladeshi Community. *Plos One*, 14(6), E0218169. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218169>
- Suryanti, S., & Nurana, S. (2022). Pembentukan Kelas Ibu Hamil Sebagai Bentuk Optimalisasi Pemeriksaan Antenatal Care: Pembentukan Kelas Ibu Hamil Sebagai Bentuk Optimalisasi Pemeriksaan Antenatal Care. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 1-6.
- The American College Of Obstetricians And Gynecology. (2013). Hypertension In Pregnancy. Report Of The American College Of Obstetricians And Gynecologists' Task Force On Hypertension In Pregnancy. *Obstetrics And Gynecology*, 122(5), 1122-1131. <https://doi.org/10.1097/01.Aog.0000437382.03963.88>
- Yanti, L., & Ulfah, M. (2020a). Cold Pressor Test For Predicting Risk Of Pregnancy Hypertension: A Case Control Study. *1st International Conference On Community Health (Icch 2019)*, 147-150.
- Yanti, L., & Ulfah, M. (2020b). The Influence Of Cold Pressor Test For Pregnant Blood Pressure. *1st International Conference On Community Health (Icch 2019)*, 68-73.