

Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan di DAS Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut

Destri Wulandari¹, Dessy Hertati², Mujahadatuljannah³

^{1,2,3} Universitas Eka Harapan

Email Penulis Korespondensi: destriwulandari698@gmail.com

Article History:

Received Feb 19th, 2026

Accepted Mar 1st, 2026

Publish Mar 12th, 2026

Abstrak

Latar Belakang: Kehamilan merupakan proses fisiologis yang disertai perubahan fisik dan psikologis yang dapat menimbulkan berbagai ketidaknyamanan pada ibu hamil. Ketidaknyamanan tersebut umumnya bersifat normal, namun kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai penyebab dan cara penanganannya dapat berdampak pada penurunan kenyamanan dan kualitas hidup selama kehamilan. Kondisi ini masih banyak ditemukan di wilayah Daerah Aliran Sungai Kahayan yang memiliki keterbatasan akses informasi kesehatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 40 ibu hamil yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Intervensi berupa pendidikan kesehatan diberikan melalui metode penyuluhan menggunakan media leaflet. Pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner, kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji Wilcoxon. **Hasil:** Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang, yaitu 35 orang (87,5%), sedangkan kategori cukup sebanyak 3 orang (5%) dan kategori baik 2 orang (7,5%). Setelah intervensi, terjadi peningkatan pengetahuan, di mana sebagian besar responden berada pada kategori baik sebanyak 35 orang (87,5%), kategori cukup 4 orang (10%), dan kategori kurang 1 orang (2,5%). Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000$ (p kurang dari 0,05). **Kesimpulan:** Pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada kehamilan dan perlu diterapkan secara berkelanjutan dalam pelayanan antenatal.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Ibu Hamil, Ketidaknyamanan Kehamilan

Abstract

Background: Pregnancy is a physiological process accompanied by physical and psychological changes that may cause various discomforts in pregnant women. These discomforts are generally considered normal; however, insufficient knowledge regarding their causes and management can lead to decreased comfort and quality of life during pregnancy. This condition is still commonly found in the Kahayan River Basin area, which has limited access to health-related information. **Objective:** This study aimed to analyze the effectiveness of health education on pregnant women's knowledge regarding pregnancy-related discomforts in the Kahayan River Basin area at the Pahandut Community Health Center. **Methods:** This study employed a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 40 pregnant women selected through *accidental sampling*. The intervention was health education delivered through counseling sessions using leaflet media. Knowledge levels were measured before and after the intervention using a questionnaire and analyzed using univariate and bivariate analysis with the Wilcoxon test. **Results:** Prior to the health education intervention, the majority of respondents had poor knowledge,

with 35 respondents (87.5%), while 3 respondents (5%) had moderate knowledge and 2 respondents (7.5%) had good knowledge. After the intervention, a significant improvement was observed, with most respondents classified as having good knowledge, totaling 35 respondents (87.5%), followed by moderate knowledge in 4 respondents (10%) and poor knowledge in 1 respondent (2.5%). The Wilcoxon test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). **Conclusion:** Health education is effective in improving pregnant women's knowledge regarding pregnancy-related discomforts and should be implemented continuously as part of antenatal care services.

Keyword : Health Education, Knowledge, Pregnant Women, Pregnancy-Related Discomforts

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu rangkaian peristiwa, yang dimulai dari pembuahan, implantasi, pertumbuhan embrio, pertumbuhan janin dan diakhiri dengan persalinan [1]. Kehamilan merupakan tahapan penting dalam kehidupan wanita, dimana perubahan fisik dan psikologis serta perubahan sosial menjadi pengalaman bagi wanita hamil. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya bayi dengan lama 280 hari atau 40 minggu yang dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan aterm adalah Kehamilan dikatakan cukup bulan atau aterm bila usia kehamilan mencapai 39 minggu, dan tidak lebih dari 41 minggu [2]. Berlangsungnya kehamilan dapat membuat ibu hamil mengalami beberapa perubahan. Perubahan yang terjadi pada ibu hamil tersebut dapat menimbulkan ketidaknyamanan selama masa kehamilan. Pada masa kehamilan, ibu hamil mengalami beberapa perubahan baik fisiologis maupun psikologis yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan pada ibu hamil. Sebagian besar ibu hamil tidak melakukan apapun untuk mengurangi gejala ketidaknyamanan yang mereka rasakan. Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang cara mengurangi gejala ketidaknyamanan [1].

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu salah satunya melalui pendidikan kesehatan yang bertujuan memberikan pemahaman mengenai perubahan fisiologis selama kehamilan dan cara mengatasi ketidaknyamanan sehingga ibu mampu beradaptasi dan menjaga kesehatannya secara optimal selama masa kehamilan [3]. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi berupa pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil terhadap ketidaknyamanan yang muncul selama masa kehamilan. Penelitian Adellia et al., (2024) menunjukkan sebelum diberikan pendidikan kesehatan ibu hamil mampu menjawab pertanyaan dengan kategori cukup (64%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan subyek I mampu menjawab pertanyaan dengan kategori baik (85%) dan subyek II mampu menjawab seluruh item pertanyaan dengan benar kategori baik (100%). Penelitian Maryuni & Eka, (2023) menunjukan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan kehamilan sebagian besar adalah cukup yaitu sebanyak 32 ibu hamil (61,5%) sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan pengetahuan ibu mayoritas dikategori baik dengan persentasi 32 (61.5%). Penelitian Habibah, (2021) menunjukan bahwa mayoritas baik 83,3%, cukup 15,3% dan kurang 1,4% ibu hamil tahu tentang pengertain ketidaknyamanan pada kehamilan, baik 55,6%, cukup 26,4% dan kurang 18,1% ibu hamil tahu tentang ketidaknyamanan pada kehamilan trimester I, baik 62,5%, cukup 19,4% dan kurang 18,1% ibu hamil tahu tentang ketidaknyamanan pada kehamilan trimester II, baik 81,9%, cukup 8,3% dan kurang 9,7% ibu hamil tahu tentang ketidaknyamanan pada kehamilan trimester III, baik 72,2%, cukup 18,1% dan kurang 9,7% ibu hamil yang memiliki pengetahuan tentang ketidaknyamanan pada kehamilan. Kualitas pengetahuan sangat dipengaruhi oleh kredibilitas sumber informasi. Informasi kesehatan yang disampaikan oleh tenaga ahli, seperti dokter, bidan, atau tenaga kesehatan lainnya, didasarkan pada

bukti ilmiah, pedoman klinis, serta pengalaman sehingga cenderung akurat dan dapat dipertanggungjawabkan. Sebaliknya, informasi kesehatan yang diperoleh melalui media sosial sering kali bersifat umum, tidak terstandar, dan tidak seluruhnya melalui proses verifikasi ilmiah. Kondisi ini menyebabkan informasi yang diterima berpotensi tidak lengkap, bias, bahkan bertentangan dengan prinsip kesehatan yang benar [7]. Pratiwi et al., (2022), pendidikan kesehatan dengan menggunakan *leaflet* berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat. Pendidikan kesehatan merupakan alat untuk memberikan stimulus kepada masyarakat dengan memberikan tindakan dan informasi. *Leaflet* memberikan visualisasi pengetahuan yang informatif sebagai media agar mudah diterima dan dipahami. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menganalisa efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen (*pre-experimental design*) menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi merupakan seluruh subjek yang memenuhi kriteria yang ditetapkan. Populasi adalah objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian di tarik kesimpulannya oleh peneliti. Populasi terjangkau adalah populasi yang memenuhi kriteria penelitian dan biasanya dapat dijangkau oleh peneliti dari kelompoknya [9].

Populasi terjangkau pada penelitian ini yaitu Ibu hamil yang memenuhi kriteria yang berkunjung ke wilayah kerja UPTD Puskesmas Pahandut selama satu bulan terakhir yaitu Bulan September 2025 sebanyak 65 orang karena keterbatasan waktu penelitian, selain itu pemilihan periode satu bulan terakhir dilakukan agar jumlah populasi yang digunakan lebih relevan, akurat dan mencerminkan kondisi terkini di lapangan sehingga hasil penelitian dapat menggambarkan situasi yang sebenarnya secara lebih tepat. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu hamil yang berada di sepanjang Daerah Aliran Sungai Kahayan Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut sebanyak 40 orang. Peneliti memulai penelitian dan melakukan pendekatan dengan mnejelaskan maksud dan tujuan peneliti selama pengumpulan data dan jika responden bersedia untuk diteliti maka responden diminta untuk tanda tangan dilembar persetujuan dengan memberikan *informed consent*. Peneliti melakukan melakukan pengukuran pengetahuan ibu tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan (*pretest*) dengan cara menyebarkan kuisisioner yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Tahap selanjutnya, peneliti melakukan intervensi pendidikan dengan metode ceramah tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan. Peneliti melakukan *posttest* yaitu mengukur pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada masa kehamilan setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah. Setelah kuesioner diisi oleh responden maka peneliti melakukan pengecekan kelengkapan data. Kemudian data yang terkumpul olah melalui tahap editing, coding, scoring dan tabulating sehingga hasil penelitian dapat diketahui. Analisa bivariat data yang digunakan pada penelitian ini yaitu uji *wilcoxon* karena data tida terdistribusi secara normal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik ibu hamil di sajikan pada tabel 1. Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berusia ≤ 35 tahun, yaitu sebanyak 36 orang (90%). Dari segi pendidikan, mayoritas ibu hamil berpendidikan SMA, dengan jumlah 30 responden (75%).

Ditinjau dari pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga (IRT), yaitu 35 orang (87,5%). Berdasarkan usia kehamilan, terbanyak berada pada trimester III (28–40 minggu) sebanyak 20 responden (50%). Pada karakteristik jumlah kelahiran, mayoritas responden merupakan primipara, yaitu 29 orang (72,5%). Selanjutnya, berdasarkan jarak kehamilan, sebagian besar ibu hamil memiliki jarak kehamilan ≥ 2 tahun, yakni 36 responden (90%). Sementara itu, berdasarkan sumber informasi, media sosial menjadi sumber informasi utama yang paling banyak digunakan oleh responden, dengan jumlah 32 orang (80%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Ibu Hamil di daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
1	Usia		
	≤ 35 Tahun	36	90
	>35 tahun	4	10
	Total	40	100%
2	Pendidikan		
	SD	3	7,5
	SMP	5	12,5
	SMA	30	75,0
	Perguruan Tinggi	2	5,0
	Total	40	100%
3	Pekerjaan		
	IRT	35	87,5
	Wiraswasta	4	10
	PNS	1	2,5
	Total	40	100%
4	Usia Kehamilan		
	Trimester I (0-13 Minggu)	7	17,5
	Trimester II (14- 27 Minggu)	13	32,5
	Trimester III (28-40 Minggu)	20	50
	Total	40	100%
5	Jumlah Kelahiran		
	Primipara (1 Kali melahirkan)	29	72,5
	Multipara (2-4 kali melahirkan)	9	22,5
	Grande Multipara (≥ 5 kali melahirkan)	2	5
	Total	40	100%
6	Jarak Kehamilan		
	< 2 tahun	4	10
	≥ 2 Tahun	36	90
	Total	40	100%
7	Sumber Informasi		
	Media Sosial	32	80
	Petugas Kesehatan	7	17,5
	Penyuluhan Metode Ceramah	1	2,5
	Total	40	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Baik	3	7.5
Cukup	2	5
Kurang	35	87.5
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 3 orang (7,5%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 2 orang (5%) dan tingkat pengetahuan kurang merupakan kelompok terbanyak yaitu 35 orang (87,5%) dari total 40 responden (100%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 35 orang (87,5%), sehingga menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, mayoritas ibu hamil masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait ketidaknyamanan selama kehamilan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut

Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
Baik	35	87.5
Cukup	4	10
Kurang	1	2.5
Total	40	100%

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 35 orang (87,5%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (10%), serta responden dengan tingkat pengetahuan kurang berjumlah 1 orang (2,5%) dari total 40 responden (100%). Dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan baik, yaitu sebanyak 35 orang (87,5%), sehingga menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai ketidaknyamanan pada kehamilan setelah pelaksanaan intervensi pendidikan kesehatan.

Tabel 4. Hasil Analisa Uji *Wilcoxon* Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut.

Pengetahuan		N	Mean Rank	Sum Of Ranks
Sebelum dan sesudah	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	0,00	0,00
	<i>Positive Ranks</i>	40 ^b	20,50	820,00
	<i>Ties</i>	0 ^c		
	Total	40		
Z				-5.515 ^b
<i>Asymp sig (2-tailed)</i>				Wilcoxon P=0,000

Berdasarkan tabel 3 Hasil Analisa Uji *Wilcoxon* diketahui bahwa hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *Negative Ranks* tidak ditemukan (0 responden), *Positive Ranks* sebanyak 40 responden dengan *mean rank* 20,50 dan jumlah ranking 820,00 yang mengindikasikan adanya perubahan skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sementara itu, tidak terdapat *Ties* (skor yang sama) sebanyak 0 responden. Hasil uji statistik diperoleh nilai $Z = -5,641$ dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau *p-value* = 0,000, yang berarti $p < 0,05$. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut.

1) Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut, diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 2 orang (7,5%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 orang (5%), serta responden dengan tingkat pengetahuan kurang merupakan kelompok terbanyak yaitu 35 orang (87,5%) dari total 40 responden (100%).

Teori Herdhianta et al., (2023) menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh usia, pendidikan, pengalaman, serta sumber informasi yang diterima. Ibu hamil dengan pengalaman kehamilan pertama dan sumber informasi yang kurang valid cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang rendah.

Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan selama kehamilan dipengaruhi oleh pengalaman kehamilan yang dimiliki. Ibu yang telah menjalani kehamilan dan persalinan sebelumnya cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai berbagai perubahan fisiologis dan ketidaknyamanan yang normal terjadi selama kehamilan, karena pengalaman tersebut menjadi sumber pembelajaran yang berulang. Sebaliknya, ibu dengan pengalaman kehamilan dan persalinan yang lebih terbatas masih berada pada tahap adaptasi terhadap perubahan yang dialami, sehingga pengetahuan yang dimiliki cenderung belum terbentuk secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin banyak pengalaman kehamilan yang dimiliki seorang ibu, semakin baik pula tingkat pengetahuan yang dimilikinya mengenai ketidaknyamanan pada kehamilan, sehingga perbedaan pengalaman kehamilan dapat memengaruhi variasi tingkat pengetahuan antar ibu hamil [11]

Kualitas pengetahuan sangat dipengaruhi oleh kredibilitas sumber informasi. Informasi kesehatan yang disampaikan oleh tenaga ahli, seperti dokter, bidan, atau tenaga kesehatan lainnya, didasarkan pada bukti ilmiah, pedoman klinis, serta pengalaman sehingga cenderung akurat dan dapat dipertanggungjawabkan. Sebaliknya, informasi kesehatan yang diperoleh melalui media sosial sering kali bersifat umum, tidak terstandar, dan tidak seluruhnya melalui proses verifikasi ilmiah. Kondisi ini menyebabkan informasi yang diterima berpotensi tidak lengkap, bias, bahkan bertentangan dengan prinsip kesehatan yang benar [7]

Menurut Asumsi Peneliti, rendahnya pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan pendidikan kesehatan dalam penelitian ini dipengaruhi oleh dominasi primipara serta minimnya penyuluhan langsung dari tenaga kesehatan, sehingga informasi yang diperoleh belum mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil secara komprehensif mengenai ketidaknyamanan pada kehamilan. Selain itu pengetahuan rendah juga berkaitan erat dengan sumber informasi yang digunakan ibu sebelum intervensi, khususnya media sosial. Sebagian besar ibu hamil cenderung memperoleh informasi terkait kehamilan dari media sosial yang tidak seluruhnya bersumber dari referensi ilmiah atau tenaga kesehatan. Informasi yang bersifat umum, tidak terverifikasi, bahkan kontradiktif di media sosial berpotensi menimbulkan kesalahpahaman, sehingga pemahaman ibu hamil mengenai

ketidaknyamanan selama kehamilan menjadi kurang komprehensif. Beberapa faktor karakteristik ibu hamil, yaitu usia, tingkat pendidikan, status pekerjaan, jarak kehamilan dan trimester kehamilan. Dari aspek usia, ibu hamil pada kelompok usia lebih muda cenderung memiliki pengalaman yang terbatas terkait proses kehamilan, sehingga pemahamannya mengenai ketidaknyamanan kehamilan masih rendah dibandingkan ibu dengan usia yang lebih matang. Faktor pendidikan turut berperan penting, di mana ibu hamil dengan tingkat pendidikan rendah umumnya memiliki kemampuan literasi kesehatan yang terbatas, sehingga sulit memahami informasi medis secara mendalam. Status pekerjaan juga memengaruhi akses dan paparan informasi, karena ibu hamil yang tidak bekerja atau memiliki aktivitas terbatas berpotensi memiliki akses informasi kesehatan yang lebih sempit serta kurang terpapar edukasi formal. Selain itu, jarak kehamilan yang jauh atau kehamilan pertama menyebabkan ibu kurang memiliki pengalaman sebelumnya sebagai referensi dalam mengenali dan mengatasi ketidaknyamanan selama kehamilan. Ditinjau dari trimester kehamilan, ibu hamil pada trimester awal umumnya masih dalam fase adaptasi terhadap perubahan fisiologis dan psikologis, sehingga pengetahuan mengenai ketidaknyamanan kehamilan belum terbentuk secara optimal. Kombinasi faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap rendahnya tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum intervensi pendidikan kesehatan, sehingga diperlukan edukasi yang terstruktur dan berkesinambungan untuk meningkatkan pemahaman ibu secara komprehensif.

2) Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada kehamilan setelah diberikan pendidikan kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut, diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 35 orang (87,5%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (10%), serta responden dengan tingkat pengetahuan kurang berjumlah 1 orang (2,5%) dari total 40 responden (100%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Adellia et al., (2024) Penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan ibu hamil mampu menjawab pertanyaan dengan kategori cukup (64%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan subyek I mampu menjawab pertanyaan dengan kategori baik (85%) dan subyek II mampu menjawab seluruh item pertanyaan dengan benar kategori baik (100%)

Penelitian Maryuni & Eka, (2023) menyatakan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan kehamilan sebagian besar adalah cukup yaitu sebanyak 32 ibu hamil (61,5%) sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan pengetahuan ibu mayoritas dikategori baik dengan persentasi 32 (61.5%).

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Habibah, (2021) menyatakan bahwa mayoritas baik 83,3%, cukup 15,3% dan kurang 1,4% tanpa mendapatkan pendidikan kesehatan. Ibu hamil tahu tentang pengertian ketidaknyamanan pada kehamilan, baik 55,6%, cukup 26,4% dan kurang 18,1% ibu hamil tahu tentang ketidaknyamanan pada kehamilan

Teori Pratiwi et al., (2022), pendidikan kesehatan dengan menggunakan *leaflet* berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat. Pendidikan kesehatan merupakan alat untuk memberikan stimulus kepada masyarakat dengan memberikan tindakan dan informasi. *Leaflet* memberikan visualisasi pengetahuan yang informatif sebagai media agar mudah diterima dan dipahami.

Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong perilaku sehat pada individu maupun kelompok. Melalui pendidikan kesehatan, individu memperoleh informasi yang benar dan berbasis ilmiah sehingga mampu

memahami kondisi kesehatan yang dialami serta cara pencegahannya. Pendidikan kesehatan juga berfungsi sebagai sarana untuk meluruskan informasi yang keliru, khususnya informasi yang diperoleh dari sumber yang tidak terpercaya. Selain itu, pendidikan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran dan kemandirian individu dalam mengambil keputusan terkait kesehatan, memperkuat kesiapan dalam menghadapi masalah kesehatan, serta mendukung pemanfaatan pelayanan kesehatan secara optimal [12]

Salah satu kelebihan *leaflet* yaitu mudah bisa dipelajari oleh ibu hamil yang berkunjung ke bidan. *Leaflet* didefinisikan sebagai media pembelajaran yang berupa lipatan dari sebuah kertas yang diatur dengan seksama berisi gambar disertai tulisan yang tercetak berisi suatu masalah sebagai informasi mengenai suatu hal atau peristiwa. Pemberian informasi kepada ibu dapat dilengkapi dengan pemberian *leaflet* dan bisa dibawa pulang oleh pasien agar bila sewaktu-waktu lupa perihal pesan yang diberikan oleh petugas kesehatan maka pasien dapat membuka *70rogest leaflet* yang telah diterimanya. *Leaflet* memiliki kelebihan dan dinilai efektif untuk menyampaikan pesan sederhana serta singkat (Hardjito, 2023)

Menurut asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan dalam penelitian ini dipengaruhi oleh keseragaman media intervensi yang digunakan, yaitu pendidikan kesehatan menggunakan media *leaflet* yang menjangkau seluruh responden. Selain itu, karakteristik responden yang sebagian besar berada pada usia reproduktif dan berpendidikan SMA memungkinkan ibu hamil lebih mudah menerima dan memahami informasi yang disampaikan melalui *leaflet*, sehingga berdampak pada meningkatnya pengetahuan mengenai ketidaknyamanan pada kehamilan.

3) Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut.

Hasil Analisa Uji *Wilcoxon* Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut, diketahui bahwa hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *Negative Ranks* tidak ditemukan (0 responden), *Positive Ranks* sebanyak 40 responden dengan *mean rank* 20,50 dan jumlah *ranking* 820,00 yang mengindikasikan adanya perubahan skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sementara itu, tidak terdapat *Ties* (skor yang sama) sebanyak 0 responden. Hasil uji statistik diperoleh nilai $Z = -5,641$ dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau *p-value* = 0,000, yang berarti $p < 0,05$. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut.

Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam rangka meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. Hal ini dianggap sebagai aspek pelayanan kesehatan dan budaya kesehatan yang paling efektif, paling ekonomis dan paling rasional. Tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk memperluas pengetahuan tentang kesehatan diri sendiri, mengubah sikap dan menerapkan praktik hidup sehat sehari-hari yang bermanfaat. Metode pendidikan dalam pelayanan kesehatan masyarakat perlu diterapkan sama dengan semua metode promosi kesehatan lainnya. Ketika permasalahan kesehatan menjadi lebih kompleks, metode pendidikan kesehatan harus lebih banyak dan halus, dan oleh karena itu lebih diperlukan dalam pelayanan kesehatan modern salah satunya menggunakan media *leaflet* [14]

Leaflet merupakan media ajar ringkas dan sederhana untuk mensosialisasikan perilaku sehat di masyarakat, karena berbentuk lembaran terlipat, lebih praktis dan mudah dibawa. Keunggulan lainnya adalah *leaflet* tidak memerlukan daya listrik maupun internet sehingga dapat langsung digunakan dengan mudah serta memiliki informasi yang menarik minat pembaca dengan warna dan

gambar yang menarik. Selain itu, dari segi ekonomi, *leaflet* memberikan aspek yang lebih ekonomis, dengan biaya produksi yang rendah. Selain itu, penggunaan *leaflet* dengan ukuran yang nyaman berisi 200-400 kata yang dikemas secara komprehensif dengan 71roges yang pendek dan sederhana lebih efisien bagi kelompok sasaran untuk mendapatkan informasi dalam sekali baca [8]

Penggunaan *leaflet* sebagai media pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi edukatif yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan secara sederhana, ringkas, dan mudah dipahami. *Leaflet* memungkinkan penyajian materi kesehatan secara terstruktur dengan kombinasi teks singkat dan visual pendukung, sehingga dapat meningkatkan daya tarik serta mempermudah pemahaman sasaran. Media ini juga bersifat praktis karena dapat dibaca berulang kali, disimpan, dan dibagikan kepada individu lain, sehingga memperluas jangkauan informasi. Selain itu, *leaflet* membantu memperkuat pesan yang disampaikan oleh tenaga kesehatan, meminimalkan kesalahan interpretasi informasi, serta mendukung peningkatan pengetahuan dan kesadaran kesehatan. Dengan demikian, penggunaan *leaflet* sebagai media pendidikan kesehatan berperan penting dalam menunjang efektivitas proses edukasi serta mendorong perubahan pengetahuan kesehatan yang lebih baik [12].

Informasi kesehatan yang diperoleh melalui media sosial sering kali bersifat umum, tidak terstandar, dan tidak seluruhnya melalui proses verifikasi ilmiah. Kondisi ini menyebabkan informasi yang diterima berpotensi tidak lengkap, bias, bahkan bertentangan dengan prinsip kesehatan yang benar [7]

Menurut asumsi peneliti, signifikansi pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil dapat dijelaskan melalui efektivitas media leaflet sebagai alat edukasi yang terencana dan sistematis. Leaflet menyajikan informasi secara ringkas, terstruktur, dan menggunakan 71roges yang sederhana, sehingga memudahkan ibu hamil dalam memahami materi terkait ketidaknyamanan selama kehamilan. Media ini juga memungkinkan proses belajar mandiri, di mana ibu hamil dapat membaca ulang materi sesuai kebutuhan dan tingkat pemahaman masing-masing, baik selama maupun setelah kegiatan pendidikan kesehatan berlangsung. Kondisi tersebut memperkuat proses internalisasi informasi, sehingga pengetahuan yang diperoleh menjadi lebih menetap.

Selain itu, karakteristik leaflet yang praktis, mudah dibawa, dan dapat diakses kapan saja berkontribusi dalam meminimalkan distorsi informasi atau kesalahan pemahaman yang sering terjadi pada penyampaian lisan semata. Penyajian poin-poin penting secara visual membantu ibu hamil 71roge pada pesan utama, meningkatkan daya ingat, serta mengurangi beban kognitif dalam menerima informasi baru. Dengan demikian, penggunaan leaflet sebagai media pendidikan kesehatan tidak hanya meningkatkan keterjangkauan informasi, tetapi juga memperkuat kejelasan dan konsistensi pesan yang disampaikan, yang pada akhirnya berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil dalam penelitian ini.

4. KESIMPULAN

Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut, diketahui bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 2 orang (7,5%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 3 orang (5%), serta responden dengan tingkat pengetahuan kurang merupakan kelompok terbanyak yaitu 35 orang (87,5%) dari total 40 responden (100%).

Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut, diketahui

bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik berjumlah 35 orang (87,5%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (10%), serta responden dengan tingkat pengetahuan kurang berjumlah 1 orang (2,5%) dari total 40 responden (100%).

Hasil Analisa Uji *Wilcoxon* Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut, diketahui bahwa hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *Negative Ranks* tidak ditemukan (0 responden), *Positive Ranks* sebanyak 40 responden dengan *mean rank* 20,50 dan jumlah ranking 820,00 yang mengindikasikan adanya perubahan skor pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sementara itu, tidak terdapat *Ties* (skor yang sama) sebanyak 0 responden. Hasil uji statistik diperoleh nilai $Z = -5,641$ dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau $p\text{-value} = 0,000$, yang berarti $p < 0,05$. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil tentang ketidaknyamanan pada kehamilan di Daerah Aliran Sungai Kahayan UPTD Puskesmas Pahandut. Bagian ini berisi kesimpulan yang menjawab hal segala permasalahan yang terdapat didalam penelitian. Isi kesimpulan tidak berupa point-point, namun berupa paragraf.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] D. E. Widyastuti, Ernawati, M. Y. Maretta, R. Wulandari, And A. Apriani, "Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Dalam Kehamilan Dengan Video Edukasi Apa Nyamil," *J. Kebidanan Indones.*, Vol. 48, No. 2, Pp. 39–62, 2024, [Online]. Available: [Www.Ine.Es](http://www.ine.es)
- [2] A. Apriyani, T. E. Redowati, A. Kebidanan, And W. Buana, "Ketidaknyamanan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii," *J. Kesehat. Wira Buana*, Vol. 8, No. 2, Pp. 2541–5387, 2024.
- [3] E. Anggreni, D. Syaputri, N. Z. Nurhaliza, And R. N. R. Putri, "Edukasi Ketidaknyamanan Selama Hamil Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Pekan Heran," *J. Pengabd. Kpd. Masy.*, Vol. 7, No. 1, 2025.
- [4] D. Adellia, N. R. Dewi, And T. K. Dewi, "Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Iringmulyo Kecamatan Metro Timur," *J. Cendikia Muda*, Vol. 4, No. 3, 2024.
- [5] Maryuni And D. Eka, "Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Juwiring Klaten Tahun 2023," *J. Kebidanan*, Vol. 3, No. 12, 2023.
- [6] O. Habibah, "Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Ketidaknyamanan Pada Kehamilan Di Puskesmas Sukatenang Kabupaten Bekasi Jawabarar," *Skripsi Progr. Stud. Kebidanan Univ. Ngudi Waluyo*, 2021.
- [7] R. D. Hartanti And E. Nurlaela, "Pendidikan Kesehatan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Dan Penyakit Sistem Perkemihan Selama Kehamilan," *Abdi Geomedisains*, Vol. 2, No. 1, Pp. 9–16, 2021, Doi: 10.23917/Abdigeomedisains.V2i1.295.
- [8] G. D. Pratiwi, V. Lucya, And Paramitha, "Efektifitas Penggunaan Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Tuberkulosis," *J. Ilm. Keperawatan*, Vol. 8, No. 3, 2022.
- [9] Nursalam, *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5*. Jakarta: Selemba Medika, 2020.

- [10] D. Herdhianta, M. R. Assafa, And H. D. Saleh, “Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Imunisasi Dasar,” *J. Bahana Kesehat. Masy. (Bahana J. Public Heal.*, Vol. 7, No. 1, 2023, Doi: 10.35910/Jbkm.V7i1.617.
- [11] D. Erwinda, Misrawati, And S. Dwi Guna, “Hubungan Ketidaknyamanan Fisik Dan Psikologis Terhadap Kualitas Hidup Ibu Hamil,” *Jetish J. Educ. Technol. Inf. Soc. Sci. Heal. E-Issn*, Vol. 3, No. 1, 2024.
- [12] A. Wijayanti, S. Rachmah, And S. S. Holida, *Buku Ajar Pendidikan Dan Promosi Kesehatan*. Pt Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta, 2024.
- [13] K. Hardjito, “Optimalisasi Media Leaflet Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Asi Eksklusif,” *J. Inov. Ris. Ilmu Kesehat.*, Vol. 2, No. 4, 2023.
- [14] Mustaqimah, “Review : Media Leaflet Untuk Promosi Kesehatan,” *Pros. Penelit. Dan Pengabd. Karya Cendekia*, Vol. 1, No. 1, 2023.