



Edukasi Mahasiswa tentang *Water Birth*

Siti Romlah*¹, Fiyani²

^{1,2}STIKes Bhakti Al-Qodiri

^{1,2}Program Studi D3 Kebidanan

*e-mail: -

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi : -

Abstrak

Pendahuluan: Pemberian edukasi adalah cara terbaik untuk meningkatkan pengetahuan, terutama pengetahuan mahasiswa tentang metode persalinan *water birth*. *Water birth* merupakan salah satu metode persalinan yang dilakukan didalam air hangat. Metode ini dilakukan bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri yang berlangsung selama persalinan. Oleh karena itu perlu adanya edukasi terhadap mahasiswi terutama mahasiswi kebidanan agar dapat menambah pengetahuan tentang *water birth*. **Tujuan:** Peningkatan pengetahuan mahasiswi kebidanan untuk mengurangi nyeri persalinan melalui *water birth*. **Metode:** kegiatan yang dilakukan dengan melakukan pemberian edukasi pada mahasiswi kebidanan dan dilakukan evaluasi pengetahuan mahasiswi kebidanan tentang *water birth* sebagai metode persalinan untuk mengurangi rasa nyeri. **Hasil:** sebelum dilakukan penyuluhan, mahasiswi memiliki rata-rata pengetahuan tentang *water birth* adalah cukup, dan setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan tentang *water birth* menjadi baik.

Kata kunci: *water birth*, nyeri persalinan, edukasi, penyuluhan

Abstract

Introduction: Providing education is the best way to increase knowledge, especially students' knowledge about the *water birth* method. *Water birth* is a method of childbirth carried out in warm water. This method is carried out with the aim of reducing pain that occurs during labor. Therefore, it is necessary to provide education to female students, especially midwifery students, so that they can increase their knowledge about *water birth*. **Objective:** Increasing the knowledge of female midwifery students to reduce labor pain through *water birth*. **Method:** activities carried out by providing education to female midwifery students and evaluating the knowledge of female midwifery students about *water birth* as a method of childbirth to reduce pain. **Results:** before the counseling, female students had an average knowledge of *water birth* that was sufficient, and after the counseling, their knowledge of *water birth* became good.

Key words: *water birth*, labor pain, education, counseling

1. PENDAHULUAN

Water birth adalah salah satu metode atau cara melahirkan yang dilakukan didalam air hangat yang bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan berlangsung. Metode ini biasanya dilakukan menggunakan bak mandi yang besar atau juga bisa menggunakan kolam khusus untuk melahirkan didalam air. Proses *water birth* biasanya dilakukan pada seluruh tahapan persalinan, yaitu saat dimulai terjadinya kontraksi awal hingga bayi dilahirkan, namun juga bisa dilakukan pada sebagian saja tahapan pada proses *water birth* tersebut. Air hangat yang digunakan selama proses *water birth* akan membantu memberikan efek relaksasi sehingga ibu bersalin merasa nyaman dengan proses melahirkan yang dialaminya. Selain itu, rasa nyeri saat persalinan berlangsung dapat berkurang dengan adanya *water birth* ini sehingga dengan adanya *water birth* ini dapat meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan berlangsung [1][2][3].

Selain itu, beberapa hal positif yang dapat ibu miliki melalui *water birth* ini adalah adanya peningkatan pada mobilitas ibu. Saat ibu berada didalam air, ibu akan lebih mudah untuk bergerak mencari posisi ternyaman saat proses persalinan berlangsung. Hal tersebut tentunya dapat membantu proses persalinan menjadi lebih mudah. Meskipun demikian, *water*

birth juga memiliki beberapa risiko, yaitu saat water birth berlangsung harus dijaga kebersihan airnya untuk mengurangi risiko adanya infeksi pada ibu dan bayi. Oleh karena itu, kebersihan air perlu dijaga untuk menghindari segala macam risiko yang mungkin timbul sebagai efek dari water birth tersebut [4][5].

Water birth merupakan metode alternatif persalinan yang dapat mengurangi nyeri, oleh karena itu perlu adanya edukasi terkait water birth kepada mahasiswi kebidanan. Edukasi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman seseorang terkait suatu hal. Dalam hal ini, mahasiswi kebidanan perlu mendapatkan edukasi yang tepat terutama tentang water birth sebagai upaya peningkatan pengetahuan mahasiswi dalam persiapan untuk dunia kerja mereka. Pengetahuan yang cukup dapat meningkatkan keterampilan atau skill saat membantu persalinan nantinya. Edukasi menggunakan metode penyuluhan adalah salah satu cara paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan seseorang [6][7].

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berguna untuk memberikan edukasi mahasiswi untuk mengurangi nyeri persalinan saat proses persalinan pada ibu sedang berlangsung. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan khususnya mahasiswi kebidanan tentang water birth.

2. METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Stikes Bhakti Al-Qodiri, Jember. Pelaksanaan pada tanggal 01 Juni 2024 dengan mahasiswi sebanyak 20 orang. Penyuluhan ini dilakukan dengan 4 tahap yaitu pertama pemaparan water birth, kedua inform consent dan ketiga praktik simulasi penggunaan water birth dan keempat tanya jawab. Setelah dilaksanakan penyuluhan dilakukan evaluasi tentang pemahaman dan pengetahuan setelah diberikan edukasi tentang water birth. Peningkatan pengetahuan dinilai berdasarkan hasil sebelum dan setelah test dilakukan dan dianalisis peningkatannya [8][9][10].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilakukan dengan memberikan inform consent kepada mahasiswi tentang kegiatan penyuluhan yang akan dilakukan. Setelah mahasiswi setuju dengan kegiatan yang akan dilakukan, maka dilakukan edukasi tentang nyeri persalinan dan terapi yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri saat persalinan berlangsung, salah satunya adalah water birth. Selain itu, mahasiswi juga diberikan edukasi tentang water birth dalam yang bisa digunakan pada persalinan berlangsung. Setelah kegiatan selesai dilakukan, maka dilakukan evaluasi tentang pemahaman mahasiswi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan tentang water birth dalam untuk mengurangi nyeri persalinan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Tabel 1. Pengetahuan Mahasiswi tentang Water Birth

Pengetahuan	Hasil Pre Test	Hasil Post Test
1. Nyeri Persalinan	Cukup	Baik
2. Water Birth	Kurang	Cukup

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil sebelum dilakukan penyuluhan, mahasiswi memiliki rata-rata pengetahuan tentang nyeri persalinan adalah cukup, dan setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan tentang nyeri persalinan menjadi baik. Evaluasi tentang water birth sebelum diberikan penyuluhan adalah kurang dan setelah diberikan penyuluhan, pengetahuan tentang water birth menjadi cukup. Dari data diatas dapat diketahui bahwa dengan dilakukan penyuluhan maka akan terjadi peningkatan pengetahuan mahasiswi tentang nyeri persalinan dan water birth sebagai salah satu terapi non farmakologis dalam mengurangi nyeri persalinan [11][12].

Saat melahirkan, pernapasan yang teratur dapat membantu mengalihkan perhatian dari rasa sakit. Ini juga dapat membantu mengendurkan otot dan pikiran. Saat tanggal persalinan semakin dekat, ibu hamil dapat mempelajari dan mempraktikkan berbagai cara melakukan pernapasan terfokus, seperti pernapasan perut dan sebagainya. Kelas melahirkan juga bisa mengajarkan ibu hamil untuk melakukan teknik pernapasan. Mempelajari lebih dari satu teknik bisa membantu individu dalam mengatasi nyeri saat persalinan berlangsung. Oleh karena itu, pemberian edukasi pada ibu hamil perlu dilakukan secara berkala sehingga masalah kesehatan ibu hamil meningkat dan nyeri yang dialami dapat diturunkan [13].

4. KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk peningkatan pengetahuan tentang water birth dalam dalam mengurangi nyeri persalinan dilakukan di Kabupaten Jember dengan jumlah responden 20 mahasiswi. Pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan tentang nyeri persalinan dan water birth dalam yang dapat menurunkan nyeri persalinan. Pemberian edukasi pada mahasiswa perlu dilakukan secara berkala sehingga masalah kesehatan ibu hamil meningkat dan nyeri yang dialami dapat diturunkan dengan beberapa metode, salah satunya adalah dengan water birth.

DAFTAR PUSTAKA

1. Prawirohardjo, Sarwono. 2011. Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
2. Mander, R. (2004). Nyeri persalinan. EGC.
3. Pratama, I. N. S., & Budiana, I. N. G. Persalinan Dengan Menggunakan Metode Water Birth.
4. Sari, D. P., Rufaída, Z., & Lestari, S. W. P. (2018). Nyeri persalinan. E-Book Penerbit Stikes Majapahit, 1-30.
5. Yuliatun, L. (2008). Penanganan Nyeri Persalinan dengan Metode Nonfarmakologis. . Malang: Banyumedia Publishing.
6. Kuswanti, I. Asuhan Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2014.
7. BjelicaA, CetkovicN, Aleksandra Trninic-Pjevic LM-S. The phenomenon of pregnancy -a psychological view. Ginekol Pol. 2018;89(2):102-6.
8. Azari, A. A. 2022. Cara Mudah Menyusun Metode Penelitian Keperawatan dan Kebidanan. TIM: Jakarta
9. Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, da R&D. Bandung: CV Alfabeta.
10. Azari, A. A. 2024. Analisis Data Penelitian Kesehatan Memahami dan Menggunakan SPSS Untuk Pemula. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

11. Putri, and Amalia. 2019. Terapi Komplementer. PT. Pustaka Baru.
12. Purba, M. (2021). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Persalinan Di Dalam Air Atau Water Birth Di Praktek Bidan Hj. Hendrayatni Periode April-Juni Tahun 2013. Jurnal Ilmiah Simantek, 5(3), 79-87..
13. Suryani, F. (2014). Mengurangi Nyeri Dan Trauma Persalinan Dengan Persalinan Di Dalam Air Berdasarkan Studi Literatur.