

Peningkatan Pengetahuan Penanganan Morning Sickness Pada Kader Kesehatan Melalui Penyuluhan dan Penerapan Latihan Yoga

Title	Peningkatan Pengetahuan Penanganan Morning Sickness Pada Kader Kesehatan Melalui Penyuluhan dan Penerapan Latihan Yoga
Author Order	4 of 4
Accreditation	
Abstract	<p>Latar belakang: Mual muntah dalam kehamilan atau disebut sebagai morning sickness merupakan keluhan yang umum terjadi pada trimester pertama. Kondisi ini dapat menimbulkan masalah nutrisi ringan sampai sedang, akan tetapi juga dapat menjadi sumber ketidaknyamanan yang sangat mengganggu bagi ibu hamil, samai dengan menimbulkan efek fisik, sosial maupun psikososial bagi ibu yang mengalaminya. Pranayama dan postur restoratif yoga terpilih terbukti efektif dalam mengatasi morning sickness pada kehamilan. Tujuan: Penelitian ini mendeskripsikan pengaruh program penyuluhan dan penerapan latihan yoga pada kader kesehatan untuk menangani morning sickness dengan meningkatkan pengetahuan tentang morning sickness dan konsep yoga pada ibu hamil. Metode: Penelitian ini menggunakan teknik one group pre-test and post-test design, dengan jumlah sampel 32 responden. Intervensi berupa pemberian edukasi dengan metode ceramah, demonstrasi, dan diskusi. Hasil: Rata-rata kader kesehatan merupakan IRT (93,8%) yang berusia 40-49 tahun (43,8%) dengan pendidikan terakhir SMA (53,1%). Rata-rata pengetahuan awal peserta sebelum kegiatan pengabdian dilakukan adalah 41,56, kemudian setelah kegiatan pengabdian selesai dilakukan pengetahuan kader meningkat dengan nilai rata-rata sebesar 83,13. Hasil analisis data menggunakan Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh edukasi terhadap peningkatan skor pengetahuan responden ($p < 0,001$). Kesimpulan: Peningkatan rata-rata pengetahuan kader yang sangat signifikan menandakan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian ini tersampaikan dengan baik. Dengan meningkatnya pengetahuan Kader, diharapkan setelah ini Kader dapat mengimplementasikan pranayama dan postur restoratif yoga terpilih di wilayah tempat tinggalnya untuk mencegah dan mengurangi keparahan morning sickness pada ibu hamil.</p>
Publisher Name	Universitas Jenderal Soedirman, Jurusan Keperawatan
Publish Date	2021-07-28
Publish Year	2021
Doi	DOI: 10.20884/1.jchd.2021.2.2.3555
Citation	
Source	Jurnal of Community Health Development
Source Issue	Vol 2 No 2 (2021): Journal Of Community Health Development terbitan bulan Juli 2021
Source Page	15-21
Url	https://jos.unsoed.ac.id/index.php/jchd/article/view/3555/2505
Author	Ners MEKAR DWI ANGGRAENI, M.Kep, Ph.D