

PENINGKATAN KETERAMPILAN KADER SEHAT DALAM PENDAMPINGAN IBU NIFAS

Dani Prastiwi^{1*}, Remilda Armika Vianti², Dewi Nugraheni Restu Mastuti³, Indi Laudya Margarettha⁴, Dicky Aditia Saputra⁵, M. Adnan Firdaus⁶, Putri Stevany Agustin⁷, Luthfiyatul Karimah⁸

¹⁻⁸Universitas Pekalongan, Indonesia

*Korespondensi: dani.unikal@gmail.com

ABSTRACT

The postpartum period is a critical period for mothers and babies because a other does not only focus on herself, but also on caring for her baby. Problems arise in postpartum service visits results in minimal information on postpartum care. Community empowerment through improving the skills of cadres as companions for postpartum mothers is expected to solve problems in postpartum mothers. Community service activities will be carried out for 3 face to face meetings in Bandengan Village involving 6 active Posyandu with 21 people attending. Improving the knowledge and skills of cadres is carried out using a case study approach, group discussions, lectures and simulations. Assistance will be carried out by scheduling visits to postpartum mothers and conducting evaluations. There has been an increase in the knowledge and skills of cadres in assisting postpartum mothers. It is hoped that healthy cadres can become an extension of health workers in monitoring postpartum mothers and their babies, so that problems can be reduced.

Keywords: Cadres, postpartum, empowerment, mentoring

ABSTRAK

Latar belakang. Masa nifas merupakan masa yang kritis bagi ibu dan bayi karena seorang ibu tidak hanya fokus pada dirinya, tetapi juga perawatan pada bayinya. Muncul masalah pada ibu nifas dan menurunnya kunjungan pelayanan nifas menjadikan minimnya informasi perawatan pasca persalinan. Pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan keterampilan kader sebagai pendamping ibu nifas, diharapkan dapat menyelesaikan masalah pada ibu nifas. **Tujuan.** Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam perawatan ibu nifas. **Metode.** Kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan dilaksanakan selama 3 kali tatap muka di Kelurahan Bandengan dengan melibatkan 6 Posyandu aktif dengan jumlah yang hadir 21 orang. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dilakukan dengan pendekatan studi kasus, diskusi kelompok, ceramah dan simulasi. Pendampingan akan dilakukan dengan melakukan penjadwalan kunjungan ibu nifas sekaligus melakukan evaluasi. **Hasil.** Sebelum diberikan edukasi, mayoritas pengetahuan kader berada dalam kategori cukup (66,67%) dan setelah dilakukan edukasi mayoritas pengetahuan kader dalam kategori baik (90,47%). keterampilan kader pada perawatan ibu nifas, sebelum diberikan pelatihan secara umum terjadi peningkatan

kompetensi. **Simpulan.** Terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mendampingi ibu nifas. Harapannya, kader sehat dapat menjadi kepanjangan tangan tenaga kesehatan dalam memantau ibu nifas dan bayinya, sehingga permasalahan dapat ditekan.

Kata kunci: Kader, Nifas, Pemberdayaan, Pendampingan

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa transisi yang kritis bagi ibu, bayi dan keluarga baik secara fisiologi, emosional dan sosial (Murtiyarini, Suryanti, and Wuryandari 2020). Hal ini dikarenakan pada masa nifas seorang ibu bukan hanya fokus pada dirinya sendiri tetapi juga pada perawatan bayinya. Pelayanan pada masa nifas harus menjadi prioritas karena kondisi tersebut dapat mengakibatkan kematian pada ibu (Suryati 2023). Meskipun capaian pelayanan kesehatan ibu nifas di Kota Pekalongan tahun 2022 sebesar 99,89%, namun Kelurahan Bandengan yang masuk dalam Wilayah Kerja Puskesmas Dukuh tidak termasuk dalam 8 Puskesmas yang memiliki cakupan pelayanan tertinggi (Dinas Kesehatan Kota Pekalongan 2023).

Hasil studi pendahuluan pada tiga ibu nifas di Kelurahan Bandengan, mereka mengatakan mengalami ketidaknyamanan pada vagina, rasa sakit pada payudara dan ASI tidak keluar, rambut rontok dan kadang mengalami perubahan emosi menjadi mudah marah. Salah satu faktor pendukung adanya masalah ini adalah adanya kepercayaan bahwa ibu nifas belum boleh keluar rumah sampai 40 hari setelah melahirkan sehingga mengakibatkan ibu nifas tidak berkunjung ke Puskesmas dan perawatan pasca persalinan menjadi tidak efektif. Selain itu juga pengetahuan perawatan pasca persalinan pada ibu nifas masih minim dan ibu nifas hanya melakukan apa yang umumnya dilakukan oleh orang tua nya dahulu.

Kader kesehatan dianggap sebagai tempat rujukan pertama untuk layanan kesehatan (Yan Syah et al. 2022). Kader kesehatan merupakan sasaran yang tepat untuk program kesehatan. Kader kesehatan dididik untuk memantau, mengingatkan, dan mendukung kesehatan. Kader bertugas memberikan penyuluhan, melakukan deteksi dini, memberikan pertolongan pertama, serta mengelola program kesehatan seperti Posyandu. Umumnya kegiatan Posyandu hanya fokus pada perkembangan fisik balita saja, namun dengan diluncurkannya Integrasi Layanan Primer (ILP), pelayanan kesehatan harus dilakukan secara lengkap di

tingkat Posyandu termasuk pelayanan pada ibu hamil, bersalin dan nifas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2023).

Kelurahan Bandengan memiliki 6 Posyandu yang keseluruhannya merupakan Posyandu aktif dengan total kader berjumlah 30 orang. Pelayanan Posyandu umumnya hanya berkisar antara ibu hamil, bayi dan balita saja, padahal ibu nifas juga harus mendapatkan pelayanan oleh Posyandu. Kader Posyandu, belum pernah mendapatkan edukasi perawatan ibu nifas, hanya berbekal pengalaman saja sehingga merasa kurang percaya diri untuk dapat mendampingi. Penelitian menunjukkan bahwa ibu yang diberi pendampingan dengan kunjungan rumah memiliki kemampuan regulasi diri lebih baik dibandingkan ibu yang mengunjungi fasilitas kesehatan. Hal ini cukup menarik untuk ditindaklanjuti.

Kunjungan rumah oleh petugas kesehatan dalam minggu pertama pasca melahirkan dapat mencegah timbulnya masalah kesehatan dan merupakan hubungan jangka panjang tidak hanya dengan ibu, bayi baru lahir tetapi juga dengan keluarga (Yonemoto, Nagai, and Mori 2021). Kunjungan rumah pada ibu nifas mencakup tiga kategori utama yaitu masalah perawatan ibu, perkembangan bayi, penguatan peran keuarga dan hubungan dalam keluarga baru (Barboza et al. 2018). Namun, permasalahannya adalah minimnya tenaga kesehatan yang dapat melakukan kunjungan rumah untuk mendampingi ibu nifas.

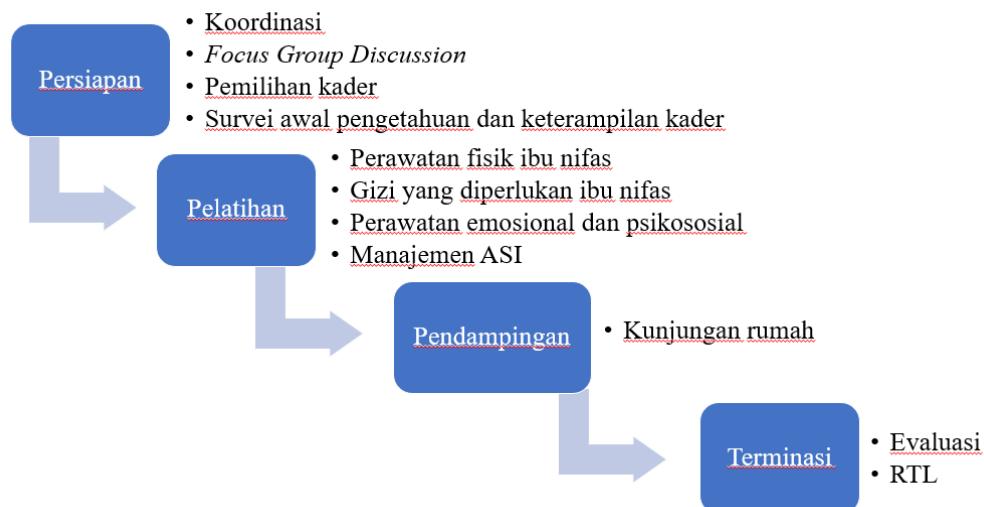
Solusi yang dapat dilakukan adalah dengan pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan kapasitas kader kesehatan. Kader kesehatan yang berada di masyarakat merupakan sasaran yang tepat dalam pelaksanaan program kesehatan karena dianggap sebagai tempat rujukan pertama pelayanan kesehatan (Murtiyarini et al. 2020). Oleh karenanya, kader kesehatan harus dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan sehingga dapat melakukan monitor, pengingat dan pendukung untuk mempromosikan kesehatan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, pengabdian masyarakat ini akan berfokus pada peningkatan keterampilan kader kesehatan sebagai kepanjangan tangan petugas kesehatan dalam mempromosikan kesehatan, khususnya pada perawatan ibu nifas.

METODE

Kelurahan Bandengan memiliki 6 Posyandu dengan total kader sebanyak 30 orang. Berdasarkan identifikasi masalah dan solusi permasalahan, tim pengusul kegiatan

pengabdian kepada masyarakat melakukan langkah menyelesaikan permasalahan sebagai berikut :



Gambar 1. Metode Pelaksanaan

Secara garis besar, pelaksanaan solusi permasalahan yang dihadapi oleh mitra dibagi ke dalam 4 tahap, yaitu : persiapan, pelatihan, pendampingan dan terminasi. Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi oleh tim pengusul dan mitra melalui *Focus Group Discussion* terkait kebutuhan dalam pelaksanaan kegiatan. Identifikasi kader Posyandu yang aktif dan berpotensi untuk diberikan pelatihan serta dilakukan survei awal untuk mengetahui pemahaman dan keterampilan kader terkait perawatan ibu nifas. Pelatihan merupakan tahapan inti dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Adapun materi yang disampaikan pada sesi pelatihan yaitu perawatan fisik ibu nifas, gizi yang diperlukan ibu nifas dan manajemen laktasi. Untuk mengimplementasikan hasil kegiatan pelatihan, dilakukan pendampingan dengan sistem monitoring pengetahuan dan keterampilan yang langsung diperaktekan pada ibu nifas melalui penjadwalan kunjungan rumah. Tahapan terminasi terdiri dari evaluasi untuk mengukur keberhasilan dari kegiatan yang telah dilakukan dan menentukan rencana tindak lanjut untuk keberlanjutan program di masyarakat. Untuk menjalankan langkah-langkah penyelesaian masalah, dilakukan pendekatan yang sesuai

agar tujuan dan sasaran kegiatan dapat tercapai. Adapun metode yang dilakukan yaitu dengan studi kasus, diskusi kelompok, ceramah dan praktik langsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 16-23 Mei 2025 di Kelurahan Bandengan Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan. Kegiatan ini melibatkan 21 kader sehat dengan berbagai tahapan pelaksanaan. Adapun karakteristik peserta pengabdian kepada masyarakat sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik peserta kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Kelurahan Bandengan Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan (n=21)

Parameter	Frekuensi	Persentase
Usia :		
a. 18-29 tahun	0	0
b. 30-39 tahun	5	23,80
c. 40-49 tahun	13	61,90
d. > 49 tahun	3	14,30
Status pernikahan :		
a. Tidak/ belum menikah	0	0
b. Menikah	21	100,00
Pendidikan terakhir :		
a. SD/ sederajat	4	19,04
b. SMP/ sederajat	10	47,62
c. SMA/ sederajat	5	23,80
d. Perguruan Tinggi	2	9,52
Pekerjaan :		
a. Ibu Rumah Tangga	18	85,71
b. Buruh	1	4,76
c. Swasta	1	4,76
d. Lainnya	1	4,76

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa kegiatan ini diikuti oleh 21 kader sehat yang mayoritas berusia 40-49 tahun (61,90%), menikah (100%), Pendidikan terakhir SD (47,62%), dan 85,71% sebagai ibu rumah tangga.

Tabel 2. Pengetahuan Kader tentang Perawatan Ibu Nifas (n=21)

Variabel	Frekuensi		
	Baik	Cukup	Kurang
Pengetahuan – <i>Pretest</i>	3 (14,28%)	14 (66,67%)	4 (19,04%)
Pengetahuan – <i>Posttest</i>	19 (90,47%)	2 (9,52%)	0

Berdasarkan tabel 2. dapat diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi, mayoritas pengetahuan kader berada dalam kategori cukup (66,67%) dan setelah dilakukan edukasi mayoritas pengetahuan kader dalam kategori baik (90,47%) yang artinya secara umum ada peningkatan pengetahuan.

Tabel 3. Keterampilan Kader tentang Perawatan Ibu Nifas (n=21)

Variabel	Frekuensi	
	Kompeten	Tidak Kompeten
Perawatan fisik ibu nifas	Pretest	4 (19,04%)
	Posttest	20 (95,24%)
Edukasi gizi ibu nifas	Pretest	2 (9,52%)
	Posttest	18 (85,71%)
Edukasi manajemen laktasi	Pretest	10 (47,62%)
	Posttest	21 (100,00%)
		11 (52,38%)
		3 (14,29%)
		0

Adapun keterampilan kader pada perawatan ibu nifas, sebelum diberikan pelatihan secara umum terjadi peningkatan kompetensi (Tabel 3).

Tahap pertama, dilakukan penggalian masalah dan solusi pemecahan permasalahan. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 16 Mei 2025. Pada kegiatan ini melibatkan Lurah Bandengan, Sekretaris Kelurahan Bandengan, Perwakilan Kader dan Tim pelaksana. Adapun hasil yang didapat bahwa para kader belum pernah mendapatkan edukasi mengenai perawatan ibu nifas, sehingga kurang percaya diri jika harus mendampingi ibu nifas dengan keterbatasan pengetahuan dan keterampilan. Pada tahapan ini disepakati akan dilakukan

kegiatan edukasi berupa ceramah tanya jawab dan simulasi dengan mengundang 21 kader sehat.

Melihat karakteristik peserta kegiatan ini, peserta merupakan kader yang potensial diberikan edukasi selain karena keseluruhan peserta sudah menikah tentunya sudah memiliki dasar pengetahuan. Pekerjaan kader yang sebagian besar adalah ibu rumah tangga sangat memungkinkan dapat mendampingi ibu nifas di daerah sekitarnya karena memiliki waktu yang lebih fleksibel dibanding dengan pekerja kantoran (Tabel 1). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhaniah et al. 2025) yang menyebutkan bahwa kader posyandu memiliki potensi yang sangat besar dalam mengedukasi masyarakat.

Tahap kedua diberikan edukasi berupa materi pengetahuan tentang perawatan ibu nifas, gizi yang diperlukan ibu nifas dan manajemen laktasi. Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah tanya jawab, diskusi dan praktik langsung. Edukasi dilakukan pada tanggal 22-23 Mei 2025 (Gambar 2). Secara umum, terjadi peningkatan pengetahuan (Tabel 2). Berdasarkan penuturan perwakilan peserta, selama ini mereka hanya memiliki pengetahuan sebatas pengalaman tanpa ilmu yang pasti sehingga membuat kurang percaya diri jika harus memberikan edukasi secara langsung.



Gambar 2. Penyampaian materi dan Simulasi praktik oleh Narasumber

Metode praktik juga dilakukan dalam peningkatan keterampilan kader (Gambar 3). Penelitian yang dilakukan oleh Mufida et al., (2015) menyimpulkan bahwa model pengajaran langsung adalah model yang berpusat pada kader yang memiliki langkah-langkah dalam menetapkan tujuan, penjelasan atau demonstrasi, panduan praktik, umpan balik dan perluasan praktik. Dengan pendekatan edukasi praktik dapat menekankan pengalaman langsung dan penerapan konsep atau teori dalam situasi nyata sehingga keterampilan dapat meningkat.

Tahap ketiga, merupakan tahap pendampingan pada kader saat melakukan kunjungan rumah pada ibu nifas. Kegiatan ini bertujuan menilai kompetensi kader dalam memberikan edukasi pada ibu nifas. Cendani (2021) melakukan penelitian dengan rekomendasi hasil penelitian bahwa kader berperan untuk mendorong masyarakat dalam hal peningkatan kualitas hidup sehat dengan cara memberikan motivasi, menjadi contoh, hingga sebagai pelaksana program.

Pemantauan ibu nifas sangatlah penting untuk menilai keadaan ibu dan bayi baru lahir, dan untuk menjaga, mendeteksi permasalahan sehingga dapat cepat diatasi (Saputri Maya and Selvi Yanti 2024). Kunjungan ibu nifas ke layanan kesehatan minimal dilakukan tiga kali (Puspasari and Istiyati 2024). Banyak faktor yang menjadikan kunjungan ibu nifas ke layanan kesehatan tidak terpenuhi.

Proses pendampingan memang dilakukan oleh bidan desa, namun demikian dalam menggerakkan masyarakat tidak lepas dari peran kader (Handayani and Anik Kurniawati 2023). Sehingga dengan adanya kader yang merupakan orang terdekat di lingkungan rumah, dapat menjadi kepanjangan tangan tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi yang tepat dan sesuai dengan prosedur pada ibu nifas di lingkungannya. Dalam pendampingan ibu nifas, kader memiliki peranan yang penting dalam mengurangi angka kematian ibu nifas (Amin et al. 2022). Kader dapat membantu ibu nifas melalui pemulihan fisiologis, mengajarkan teknis menyusui dasar, memberikan perawatan yang tepat untuk diri dan bayinya dan mengajarkan cara berinteraksi dengan bayi dan keluarga (Rahmilasari et al. 2022). Selain itu kader juga berperan dalam memfasilitasi akses ibu nifas ke layanan kesehatan yang dibutuhkan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada kader sehat dalam mendampingi ibu nifas. Peningkatan ini terjadi karena pengalaman yang telah dimiliki oleh kader diperkuat dengan pengetahuan dan keterampilan yang diberikan dengan metode ceramah, diskusi, dan simulasi. Harapannya, para kader dapat menerapkan keterampilan yang dimiliki di lingkungan sekitar, sehingga masalah yang terjadi pada ibu nifas dapat diminimalisir.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapan kepada Universitas Pekalongan khususnya Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) atas dukungan pendanaan yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M., A. Aguscik, H. D. L. Damanik, I. Kumalasari, and ... 2022. "Pendampingan Peningkatan Keterampilan Kader Dalam Perawatan Mandiri Ibu Nifas Di Kelurahan 3-4 Ulu Palembang." *Madaniya Journal* 3(3):422-28.
- Barboza, Madelene, Asli Kulane, Bo Burström, and Anneli Marttila. 2018. "A Better Start for Health Equity? Qualitative Content Analysis of Implementation of Extended Postnatal Home Visiting in a Disadvantaged Area in Sweden." *International Journal for Equity in Health* 17(1):1-9. doi: 10.1186/s12939-018-0756-6.
- Cendani. 2021. "Literature Review: Peran Kader Posyandu Terhadap Pemberdayaan Masyarakat." *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional Sexophone* Juni:107-16.
- Dinas Kesehatan Kota Pekalongan. 2023. "Profil Kesehatan Kota Pekalongan Tahun 2022." *Profil Kesehatan Kota Pekalongan* (November 2023).
- Handayani, Rohmi, and MKEB Anik Kurniawati. 2023. *Peran Metode Pendampingan Satu Ibu Satu Kader Kesehatan (Siska) Terhadap Kesehatan Ibu Dan Anak*. Sukoharjo: Tahta Media Group.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. "KMK RI No HK.01.7/Menkes/2015/2023/ Tentang Petunjuk Teknis Integrasi Pelayanan Kesehatan Primer." *Kemenkes RI* 1-19.
- Mufida, Nurlela, Mudatsir Mudatsir, and Kartini Hasbalah. 2015. "Pengaruh Pelatihan Model Pengajaran Langsung Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Kesehatan

- Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Di Kecamatan Delima Kabupaten Pidie." *Jurnal Ilmu Keperawatan* 3(2):147–60.
- Murtiyarini, Ika, Yuli Suryanti, and Ajeng Galuh Wuryandari. 2020. "Pemberdayaan Kader Dalam Deteksi Dini Komplikasi Masa Nifas Di Desa Penyengat Olak Kec. Jambi Luar Kota Kab. Muaro Jambi Tahun 2019." *Jurnal BINAKES* 1(1):5–9. doi: 10.35910/binakes.v1i1.371.
- Puspasari, Lia, and Siti Istiyati. 2024. "Perawatan Pada Ibu Nifas Normal." 2(September):484–89.
- Rahmilasari, Giari, Mulyanti, R. Mulia Julianti, and Rita Nurmawati. 2022. "Pelatihan Kader Posyandu Untuk Pendampingan Ibu Nifas Dan Bayi Baru Lahir Secara Holistik." *Artikel Pengabdian - Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian 2022* 2(2):99–104.
- Ramadhaniah, Febthia Rika, Raden Roro, Ratuningrum Anggorodiputro, and Dian Nastiti. 2025. "Pengetahuan Kader Posyandu Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Tentang Stunting." 6:6393–6400.
- Saputri Maya, Eka, and Juli Selvi Yanti. 2024. "Pelaksanaan Kelas Ibu Nifas Sebagai Upaya Peningkatan Kunjungan Ibu Nifas Di Puskesmas Garuda Pekanbaru." *Community Engagement & Emergence Journal* 5(2):270–75.
- Suryati, Ida. 2023. "Pelaksanaan Lima Tugas Kesehatan Keluarga Pada Ibu Postpartum." 7(April):596–603.
- Yan Syah, Afni, Cut Rahmiati, Dewi Yuliana, Eri Riana Pertiwi, Juliana Juliana, Nenty Septiana, Novi Afrianti, Ratna Juwita, and Wiwin Haryati. 2022. "Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (Bhd) Bagi Kader Kesehatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada* 3(1):1–9. doi: 10.47859/wuj.v3i1.209.
- Yonemoto, Naohiro, Shuko Nagai, and Rintaro Mori. 2021. "Schedules for Home Visits in the Early Postpartum Period." *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2021(7). doi: 10.1002/14651858.CD009326.pub4.