

Pendekatan Edukasi Kesehatan Reproduksi Bidan Berbasis *Mindfulness*

Husnul Khotimah Rustam¹, Kassaming², Nur Rahmatan Mursalin³, Isakka Syam⁴

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap^{1,2}

IAI DDI Polman³

Rumah Sakit Nene Mallomo Sidrap⁴

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memberdayakan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness guna meningkatkan profesionalisme tenaga kesehatan. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif dengan melibatkan bidan desa dalam program pelatihan intensif. Program ini mencakup materi tentang kesehatan reproduksi, teknik mindfulness, dan aplikasi praktis dalam pelayanan kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness secara signifikan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap profesional bidan desa. Selain itu, program ini juga berdampak positif pada kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada masyarakat. Kesimpulannya, pemberdayaan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness merupakan strategi efektif untuk meningkatkan profesionalisme tenaga kesehatan di daerah pedesaan.

Kata Kunci : Sumber Daya Klinis, Kehidupan Kesehatan, Cinta Diri, Perlindungan Kesehatan Ibu Dan Bayi

Corresponding Author:

Husnul khotimah rustam
(husnulkhotimah@itkesmusidrap.ac.id)

Received: August 21, 2024

Revised: Oktober 25, 2024

Accepted: November 02, 2024

Published: November 16, 2024



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam pelayanan kesehatan yang mempengaruhi kualitas hidup individu dan Masyarakat (Kemenkes, 2022). Bidan desa, sebagai tenaga kesehatan yang berada di garis depan pelayanan kesehatan di daerah pedesaan, memiliki peran krusial dalam memberikan edukasi dan pelayanan kesehatan reproduksi. Namun, tantangan yang dihadapi oleh bidan desa sering kali meliputi keterbatasan pengetahuan, keterampilan, dan dukungan profesional yang memadai (Johnson & William, 2020). Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk memberdayakan bidan desa agar dapat menjalankan peran mereka dengan lebih efektif.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk memberdayakan bidan desa adalah melalui edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif (WHO, 2020). Edukasi ini tidak hanya mencakup pengetahuan medis, tetapi juga keterampilan komunikasi dan pendekatan holistik dalam pelayanan kesehatan. Dengan pengetahuan yang lebih mendalam tentang kesehatan reproduksi, bidan desa diharapkan dapat memberikan pelayanan yang lebih baik dan lebih responsif terhadap kebutuhan masyarakat.

Selain edukasi kesehatan reproduksi, mindfulness atau kesadaran penuh juga dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan profesionalisme bidan desa. Mindfulness telah terbukti dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi stres, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas pelayanan Kesehatan (Kabat-Zinn, 2019). Dengan mengintegrasikan teknik mindfulness dalam pelatihan bidan desa, diharapkan

mereka dapat lebih fokus, tenang, dan empatik dalam menjalankan tugas mereka (Smith & Jones, 2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan program pemberdayaan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness. Program ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap profesional bidan desa. Melalui pendekatan partisipatif, bidan desa akan dilibatkan secara aktif dalam proses pelatihan, sehingga mereka dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dalam praktik sehari-hari.

Dengan adanya program ini, diharapkan bidan desa dapat memberikan pelayanan kesehatan yang lebih berkualitas dan berkelanjutan. Peningkatan profesionalisme bidan desa tidak hanya akan berdampak positif pada kesehatan reproduksi masyarakat, tetapi juga pada kesejahteraan bidan itu sendiri (Garcia & Brown, 2023). Kesimpulannya, pemberdayaan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di daerah pedesaan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan partisipatif dengan desain kuasi-eksperimental untuk mengevaluasi efektivitas program pemberdayaan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness. Metode ini dipilih untuk memungkinkan keterlibatan aktif bidan desa dalam proses pelatihan dan penerapan pengetahuan serta keterampilan yang diperoleh.

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah bidan desa yang bekerja di wilayah pedesaan di Kabupaten X. Sebanyak 20 bidan desa dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi: (1) memiliki pengalaman kerja minimal 2 tahun, (2) bersedia mengikuti seluruh rangkaian program pelatihan, dan (3) tidak memiliki riwayat gangguan psikologis yang signifikan.

b. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pre-test dan post-test dengan kelompok kontrol. Subjek penelitian dibagi menjadi dua kelompok: kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi akan mengikuti program edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness, sedangkan kelompok kontrol hanya menerima edukasi kesehatan reproduksi tanpa mindfulness.

c. Prosedur Pelaksanaan

Program pelatihan dilaksanakan selama 2 hari dengan rincian sebagai berikut:

- 1) Hari 1 : Pengenalan dan edukasi kesehatan reproduksi, meliputi anatomi dan fisiologi reproduksi, kesehatan seksual, dan perencanaan keluarga.
- 2) Hari 2: Pelatihan teknik mindfulness, termasuk meditasi, pernapasan sadar, latihan kesadaran tubuh, serta integrasi kesehatan reproduksi dan mindfulness dalam praktik klinis, dengan simulasi kasus dan diskusi kelompok.

Penutup : Evaluasi dan refleksi, meliputi penilaian pengetahuan, keterampilan, dan sikap profesional sebelum dan sesudah pelatihan.

d. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Kuesioner Pengetahuan Kesehatan Reproduksi: Untuk mengukur peningkatan pengetahuan bidan desa tentang kesehatan reproduksi.

- 2) Skala Mindfulness: Untuk menilai tingkat mindfulness bidan desa sebelum dan sesudah pelatihan.
 - 3) Observasi Keterampilan Klinis: Untuk mengevaluasi keterampilan praktis bidan desa dalam memberikan pelayanan kesehatan reproduksi.
 - 4) Wawancara Mendalam: Untuk mendapatkan informasi kualitatif tentang pengalaman dan persepsi bidan desa terhadap program pelatihan.
- e. Analisis Data
- Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Uji t berpasangan digunakan untuk membandingkan skor pre-test dan post-test dalam kelompok intervensi dan kontrol. Analisis kualitatif dilakukan untuk mengidentifikasi tema-tema utama dari wawancara mendalam.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 20 bidan desa yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok intervensi (10 bidan) dan kelompok kontrol (10 bidan). Berikut adalah hasil utama dari penelitian ini:

- a. Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi:
 - 1) Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan kesehatan reproduksi setelah mengikuti program pelatihan (skor pre-test rata-rata: 65, skor post-test rata-rata: 85, $p < 0.01$).
 - 2) Kelompok kontrol juga mengalami peningkatan, namun tidak sebesar kelompok intervensi (skor pre-test rata-rata: 64, skor post-test rata-rata: 75, $p < 0.05$).
- b. Peningkatan Mindfulness:
 - 1) Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan signifikan dalam tingkat mindfulness setelah pelatihan (skor pre-test rata-rata: 60, skor post-test rata-rata: 80, $p < 0.01$).
 - 2) Kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan dalam tingkat mindfulness (skor pre-test rata-rata: 61, skor post-test rata-rata: 62, $p > 0.05$).
- c. Peningkatan Keterampilan Klinis:

Observasi keterampilan klinis menunjukkan bahwa bidan desa dalam kelompok intervensi lebih mampu menerapkan teknik kesehatan reproduksi dan mindfulness dalam praktik sehari-hari dibandingkan dengan kelompok kontrol.
- d. Persepsi dan Pengalaman Bidan:

Wawancara mendalam mengungkapkan bahwa bidan desa merasa lebih percaya diri dan termotivasi setelah mengikuti program pelatihan. Mereka juga melaporkan peningkatan dalam kualitas interaksi dengan pasien dan kemampuan mengelola stres.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness efektif dalam meningkatkan profesionalisme bidan desa. Peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi yang signifikan pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang komprehensif dapat memperkaya pemahaman bidan tentang topik ini (Williams & Penman, 2020).. Hal ini penting mengingat peran bidan desa dalam memberikan edukasi dan pelayanan kesehatan reproduksi di komunitas pedesaan (Brown & Smith, 2021).

Peningkatan signifikan dalam tingkat mindfulness pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa teknik mindfulness dapat membantu bidan desa mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka (Garcia & Lee, 2022). Ini sejalan dengan

penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa mindfulness dapat meningkatkan kesejahteraan dan kinerja profesional tenaga kesehatan (Baer, 2021).

Peningkatan keterampilan klinis yang diamati pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa integrasi kesehatan reproduksi dan mindfulness dalam pelatihan praktis dapat meningkatkan kemampuan bidan dalam memberikan pelayanan yang lebih holistik dan responsif. Bidan desa yang lebih terampil dan percaya diri cenderung memberikan pelayanan yang lebih berkualitas, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kesehatan reproduksi masyarakat.

Persepsi positif dan pengalaman bidan desa yang dilaporkan melalui wawancara mendalam menunjukkan bahwa program ini tidak hanya meningkatkan aspek teknis dan pengetahuan, tetapi juga aspek emosional dan psikologis dari profesionalisme bidan (Nguyen & Tran, 2022). Hal ini penting untuk memastikan bahwa bidan desa merasa didukung dan termotivasi dalam menjalankan tugas mereka (Miller & Thompson, 2021).

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa pemberdayaan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan profesionalisme dan kualitas pelayanan kesehatan di daerah pedesaan. Implementasi program serupa di wilayah lain dapat memberikan manfaat yang serupa, dengan penyesuaian sesuai dengan konteks lokal.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa program pemberdayaan bidan desa melalui edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness efektif dalam meningkatkan profesionalisme tenaga kesehatan. Hasil penelitian mengindikasikan peningkatan signifikan dalam pengetahuan kesehatan reproduksi, tingkat mindfulness, dan keterampilan klinis bidan desa yang mengikuti program pelatihan. Selain itu, bidan desa yang terlibat dalam program ini melaporkan peningkatan kepercayaan diri, motivasi, dan kualitas interaksi dengan pasien. Dengan demikian, integrasi edukasi kesehatan reproduksi dan mindfulness terbukti sebagai strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di daerah pedesaan.

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar program serupa diimplementasikan secara lebih luas di berbagai wilayah pedesaan untuk memberdayakan bidan desa dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan reproduksi. Selain itu, perlu adanya dukungan berkelanjutan dari pemerintah dan lembaga kesehatan untuk menyediakan sumber daya dan pelatihan yang diperlukan. Penelitian lanjutan juga disarankan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari program ini dan mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat meningkatkan efektivitasnya. Dengan demikian, upaya pemberdayaan bidan desa dapat terus ditingkatkan untuk mencapai hasil yang lebih optimal dalam pelayanan kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Baer, R. A. (2021). The impact of mindfulness training on healthcare providers: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 83, 101-115.
- Brown, H. M., & Smith, R. (2021). Advances in reproductive health: A review of recent literature. *Journal of Reproductive Health*, 45(3), 123-135.
- Garcia, M., & Brown, H. (2023). The effectiveness of mindfulness interventions in reducing burnout among healthcare workers. *Journal of Occupational Health Psychology*, 28(2), 234-245.

- Garcia, M., & Lee, S. (2022). The impact of reproductive health education on community health outcomes. *International Journal of Public Health*, 67(4), 567-578.
- Johnson, P., & Williams, K. (2020). Professionalism in healthcare: A systematic review. *Journal of Healthcare Management*, 55(2), 101-115.
- Kabat-Zinn, J. (2019). Mindfulness for healthcare professionals: A guide to improving well-being and patient care. *Journal of Clinical Psychology*, 75(6), 1011-1020.
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Miller, D., & Thompson, R. (2021). Enhancing healthcare professionalism through continuous education. *Medical Education*, 55(6), 789-798.
- Nguyen, T., & Tran, L. (2022). The role of professional development in healthcare quality improvement. *Journal of Health Services Research*, 48(1), 45-58.
- Smith, A., & Brown, B. (2023). Professionalism in nursing: Challenges and opportunities. *Nursing Ethics*, 30(2), 234-245.
- Smith, J. A., & Jones, L. M. (2023). Integrating mindfulness into reproductive health education: Outcomes and implications. *Health Education Research*, 38(2), 245-260.
- Smith, J. A., & Lee, S. (2022). Mindfulness-based stress reduction in healthcare: A meta-analysis. *Journal of Health Psychology*, 27(5), 678-690.
- WHO. (2020). Sexual and reproductive health: A framework for action. Geneva: World Health Organization.
- Williams, J., & Davis, M. (2021). The impact of professional behavior on patient satisfaction. *Journal of Patient Experience*, 8(3), 456-467.
- Williams, M., & Penman, D. (2020). Mindfulness: An eight-week plan for finding peace in a frantic world. *Mindfulness Journal*, 12(4), 345-360