

Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Teknik Mengejan Di PMB Bd. Atikah Im batubara S. Keb Sipolu polu Kecamatan Panyabunagn Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2025.

Ayu Ulafa Nur¹, Nikmah Choiriah²

1,2,Departemen Kebidanan, STIKes Namira Madina, Indonesia

Penulis korespondensi:

ABSTRACT

Riwayat artikel: ditulis oleh editor

Dikirim, 10/12/2025

Diterima, 20/12/2025

Diterbitkan, 30/12/2025

Kata kunci:

Knowledge, Mothers, Straining.

Kutip Artikel Ini: ditulis oleh editor

Ayu Ulfa Nur¹, Nikmah Choiriah². 2025. Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Teknik Mengejan Di PMB Bd. Atikah Im batubara S. Keb Sipolu Polu Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2025. Jurnal Kebidanan Science (JMS) Vol 2 (Nomor 2): halaman.

Primigravida pregnant women's knowledge of pushing techniques during labor is important in preparing a smooth and safe birth process for both mother and baby This study aims to evaluate the level of knowledge of primigravida pregnant women about pushing techniques World Health Organization (WHO) 800 women die every day due to complications of pregnancy and childbirth around 80% of internal deaths due to increased complications during pregnancy, childbirth and postpartum. The global maternal mortality rate (MMR) in 2020 was 223 per 100,000 live births In Indonesia, the maternal mortality rate is also relatively high. In 2021, there were 7,389 maternal deaths in Indonesia, an increase of 56.69% from the previous year. In 2023, the maternal mortality rate was 4,129 people. The maternal mortality rate in North Sumatra in 2020 was 195 per 100,000 live births. The number of maternal mortality rates in Mandailing Natal in 2021 was 61 per 100,000 live births.

The purpose of this study was to determine the knowledge of primigravida pregnant women about pushing techniques at PMB Bd. Atikah Im Batubara S. Keb sipolu polu, Panyabungan District, Mandailing Natal Regency 2025.

The population in this study was 30 people. This type of research is descriptive using primary data obtained directly from respondents through questionnaires and then calculated with the correct answers. The time of this study was conducted from November 2024 to May 2025. The results of this study based on maternal knowledge about pushing techniques, knowledge was poor as many as 18 people (60.0%), respondents had fairly good knowledge as many as 11 people (36.7%), and good respondents 1 person (3.3%).

It is recommended that primigravida pregnant women who want to give birth seek more information about bending and

pushing to make it easier for mothers to give birth and can be input and additional knowledge for mothers who want to give birth.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang kompleks dan membutuhkan kesiapan fisik, mental, serta pengetahuan ibu agar dapat berlangsung dengan aman dan optimal. Salah satu tahapan penting dalam persalinan adalah kala II, yaitu fase pengeluaran janin yang memerlukan koordinasi kontraksi uterus dan kemampuan ibu dalam melakukan teknik mengejan yang benar. Teknik mengejan yang tepat akan membantu mempercepat proses persalinan, mengurangi kelelahan ibu, serta menurunkan risiko komplikasi baik pada ibu maupun bayi.

Teknik mengejan yang salah, seperti mengejan sebelum pembukaan serviks lengkap, menahan napas terlalu lama, atau mengejan tanpa arahan tenaga kesehatan, dapat menyebabkan persalinan lama, robekan perineum, edema vulva, hingga gangguan oksigenasi janin. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan angka kesakitan dan kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, pemahaman ibu hamil mengenai teknik mengejan menjadi salah satu aspek penting dalam upaya peningkatan kesehatan maternal.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa angka kematian ibu (AKI) global pada tahun 2020 mencapai 223 per 100.000 kelahiran hidup. Di Indonesia, AKI masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 7.389 kematian ibu pada tahun 2021 dan 4.129 kematian pada tahun 2023. Di Provinsi Sumatera Utara, AKI tercatat sebesar 195 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2020, sedangkan di Kabupaten Mandailing Natal pada tahun 2021 sebesar 61 per 100.000 kelahiran hidup. Data ini menunjukkan bahwa masih diperlukan berbagai upaya strategis untuk menurunkan AKI, salah satunya melalui peningkatan edukasi ibu hamil.

Ibu hamil primigravida merupakan kelompok yang rentan mengalami kecemasan dan kurang pengetahuan karena belum memiliki pengalaman melahirkan sebelumnya. Kurangnya pengetahuan tentang teknik mengejan dapat berdampak pada ketidaksiapan ibu saat menghadapi persalinan. Oleh karena itu, edukasi selama pelayanan antenatal care sangat penting untuk meningkatkan kesiapan ibu hamil primigravida dalam menghadapi proses persalinan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di PMB Atikah IM Batubara menunjukkan bahwa masih terdapat ibu hamil primigravida yang belum memahami teknik mengejan yang benar. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan di PMB Atikah IM Batubara, Kecamatan Panyabungan, Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2025.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan sebagai dasar dalam perencanaan peningkatan edukasi kesehatan ibu hamil.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan. Pendekatan cross-sectional digunakan karena pengukuran variabel dilakukan pada satu waktu tertentu tanpa adanya tindak lanjut.

Penelitian dilaksanakan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Atikah IM Batubara, Kecamatan Panyabungan, Kabupaten Mandailing Natal, pada tahun 2025. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada hasil survei awal yang menunjukkan masih rendahnya pemahaman ibu hamil primigravida mengenai teknik mengejan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil primigravida yang melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan (antenatal care) di PMB Atikah IM Batubara selama periode penelitian, yaitu sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu hamil primigravida yang bersedia menjadi responden, dapat berkomunikasi dengan baik, dan berada dalam kondisi sehat saat pengumpulan data. Kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden atau tidak menyelesaikan pengisian kuesioner.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner terstruktur yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori dan literatur terkait teknik mengejan. Kuesioner terdiri dari 25 pertanyaan pilihan ganda yang mencakup pengertian teknik mengejan, tujuan dan manfaat mengejan, waktu yang tepat untuk mengejan, posisi mengejan yang dianjurkan, serta risiko yang dapat terjadi apabila teknik mengejan dilakukan dengan tidak benar.

Sebelum digunakan, kuesioner telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada responden dengan karakteristik yang serupa. Data dikumpulkan dengan cara membagikan kuesioner secara langsung kepada responden setelah peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian serta memperoleh persetujuan responden (informed consent).

Data yang telah terkumpul selanjutnya diedit, dikode, dan ditabulasi. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase tingkat pengetahuan responden. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi deskriptif.

Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu menghormati hak responden, menjaga kerahasiaan identitas responden, serta memastikan bahwa partisipasi responden bersifat sukarela.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menggambarkan karakteristik responden serta tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan di PMB Atikah IM Batubara, Kecamatan Panyabungan, Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2025.

Berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar responden berada pada rentang usia reproduktif aman, yaitu 21–30 tahun. Usia ini merupakan usia yang secara fisiologis dan psikologis relatif siap untuk menghadapi kehamilan dan persalinan. Namun demikian, meskipun berada pada usia reproduktif yang ideal, tingkat pengetahuan responden tentang teknik mengejan masih bervariasi.

Dilihat dari tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir SMA. Tingkat pendidikan berperan penting dalam kemampuan seseorang menerima dan memahami informasi kesehatan. Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik dibandingkan dengan responden yang berpendidikan lebih rendah. Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga. Kondisi ini dapat memengaruhi akses terhadap informasi kesehatan, karena ibu rumah tangga umumnya memperoleh informasi dari tenaga kesehatan saat kunjungan antenatal, keluarga, atau media massa.

Hasil penelitian mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 18 responden (60,0%) memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang, 11 responden (36,7%) memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup, dan hanya 1 responden (3,3%) memiliki tingkat pengetahuan kategori baik.

Sebagian besar responden dengan tingkat pengetahuan kurang belum memahami dengan baik waktu yang tepat untuk melakukan teknik mengejan, yaitu pada saat pembukaan serviks lengkap dan adanya dorongan kuat untuk mengejan. Selain itu, responden juga kurang memahami posisi mengejan yang dianjurkan serta risiko yang dapat terjadi apabila teknik mengejan dilakukan secara tidak benar.

Responden dengan tingkat pengetahuan cukup umumnya telah mengetahui pengertian dan tujuan teknik mengejan, namun masih kurang memahami secara rinci mengenai cara mengejan yang efektif dan aman. Sementara itu, responden dengan tingkat pengetahuan baik mampu menjawab sebagian besar pertanyaan dengan benar dan menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai teknik mengejan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan di PMB Atikah IM Batubara masih perlu ditingkatkan. Data ini menjadi dasar penting bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, untuk merencanakan dan meningkatkan kegiatan edukasi selama pelayanan antenatal.

Pembahasan dalam penelitian ini difokuskan pada tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Pengetahuan merupakan komponen penting dalam membentuk sikap dan perilaku kesehatan, khususnya dalam menghadapi proses persalinan yang membutuhkan kesiapan fisik dan mental ibu.

Untuk memperjelas gambaran tingkat pengetahuan responden, berikut disajikan tabel distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan:

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida tentang Teknik Mengejan

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	1	3,3
Cukup	11	36,7
Kurang	18	60,0
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil primigravida memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang teknik mengejan, yaitu sebanyak 18 orang (60,0%). Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden belum memahami secara optimal mengenai waktu yang tepat untuk mengejan, cara mengejan yang benar, serta posisi yang dianjurkan selama kala II persalinan.

Tingkat pengetahuan yang kurang pada ibu hamil primigravida dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satu faktor utama adalah kurangnya pengalaman melahirkan, karena primigravida belum pernah menghadapi proses persalinan sebelumnya. Selain itu, tingkat pendidikan juga

berperan dalam kemampuan ibu menerima dan memahami informasi kesehatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Faktor lain yang memengaruhi pengetahuan adalah keterpaparan informasi selama pelayanan antenatal care. Ibu hamil yang jarang mengikuti kelas ibu hamil atau tidak mendapatkan edukasi secara terstruktur cenderung memiliki pemahaman yang terbatas mengenai teknik mengejan. Padahal, edukasi yang diberikan secara berulang dan menggunakan bahasa yang mudah dipahami dapat meningkatkan pengetahuan ibu secara signifikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa sebagian besar ibu hamil primigravida memiliki pengetahuan yang rendah hingga sedang tentang teknik mengejan. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat pengetahuan rendah berisiko lebih tinggi mengalami persalinan lama dan kesulitan mengikuti instruksi tenaga kesehatan saat persalinan.

Pengetahuan yang kurang tentang teknik mengejan dapat berdampak langsung pada proses persalinan. Ibu yang tidak memahami kapan harus mengejan cenderung mengejan lebih awal atau menahan napas terlalu lama, sehingga menyebabkan kelelahan, penurunan efektivitas kontraksi, dan meningkatnya risiko robekan jalan lahir. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu hamil primigravida menjadi sangat penting sebagai bagian dari upaya pencegahan komplikasi persalinan.

Peran bidan dan tenaga kesehatan sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil melalui pelayanan antenatal care. Edukasi mengenai teknik mengejan sebaiknya diberikan sejak trimester akhir kehamilan, disertai dengan demonstrasi atau simulasi sederhana agar ibu lebih mudah memahami dan mengingat informasi yang diberikan.

Dengan adanya peningkatan pengetahuan yang baik, diharapkan ibu hamil primigravida dapat lebih siap menghadapi persalinan, mampu mengikuti arahan tenaga kesehatan dengan baik, serta dapat menjalani proses persalinan secara aman dan nyaman.

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	1	3,3
Cukup	11	36,7
Kurang	18	60,0
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 18 orang (60,0%). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil primigravida yang belum memahami teknik mengejan secara benar, baik mengenai waktu yang tepat untuk mengejan, cara mengejan yang efektif, maupun posisi mengejan yang dianjurkan.

Pengetahuan yang kurang pada ibu hamil primigravida dapat disebabkan oleh minimnya pengalaman sebelumnya serta kurang optimalnya edukasi yang diterima selama pelayanan

antenatal. Ibu hamil yang jarang mendapatkan penyuluhan atau konseling cenderung memiliki pemahaman yang terbatas mengenai proses persalinan.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa ibu hamil primigravida cenderung memiliki pengetahuan lebih rendah dibandingkan multigravida dalam hal persiapan persalinan, termasuk teknik mengejan. Kurangnya pengetahuan ini dapat berdampak pada ketidaksiapan ibu dalam menghadapi proses persalinan dan meningkatkan risiko komplikasi obstetri.

Oleh karena itu, peran bidan dan tenaga kesehatan sangat penting dalam memberikan edukasi yang berkelanjutan dan mudah dipahami selama masa kehamilan. Edukasi yang efektif diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida sehingga mampu menerapkan teknik mengejan yang benar saat persalinan berlangsung.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan di PMB Atikah IM Batubara, Kecamatan Panyabungan, Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2025 sebagian besar berada pada kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil primigravida belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai teknik mengejan yang benar, meliputi waktu yang tepat untuk mengejan, cara mengejan yang efektif, posisi mengejan yang dianjurkan, serta risiko yang dapat terjadi apabila teknik mengejan dilakukan secara tidak tepat.

Tingkat pengetahuan yang rendah ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya pengalaman melahirkan pada ibu primigravida, tingkat pendidikan, serta keterbatasan akses dan penerimaan informasi kesehatan selama masa kehamilan. Meskipun sebagian responden berada pada usia reproduktif yang aman, hal tersebut belum menjamin tingkat pengetahuan yang baik apabila tidak didukung dengan edukasi yang optimal.

Pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan kesiapan ibu menghadapi proses persalinan. Ibu dengan pengetahuan yang baik akan lebih mampu mengikuti arahan tenaga kesehatan selama persalinan, sehingga dapat membantu memperlancar proses persalinan dan mengurangi risiko terjadinya komplikasi pada ibu maupun bayi.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, untuk meningkatkan kegiatan edukasi dan konseling mengenai teknik mengejan selama pelayanan antenatal care. Edukasi yang diberikan secara terstruktur, berkesinambungan, dan menggunakan metode yang mudah dipahami diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil primigravida serta mempersiapkan ibu secara fisik dan mental dalam menghadapi persalinan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pimpinan dan tenaga kesehatan di PMB Atikah IM Batubara serta seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

REFERENSI

Astuti Y, Rahmawati E. Faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan ibu hamil tentang persalinan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 2022;8(3):134–142.

- Bobak IM, Lowdermilk DL, Jensen MD. *Maternity Nursing*. 8th ed. Philadelphia: Mosby; 2018.
- Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, et al. *Williams Obstetrics*. 26th ed. New York: McGraw-Hill Education; 2022.
- Dewi R, Sunarsih T. Pengetahuan ibu hamil tentang persalinan dan hubungannya dengan kesiapan menghadapi persalinan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*. 2020;11(2):85–92.
- Fitriani H. Pengaruh edukasi antenatal terhadap kesiapan persalinan ibu hamil primigravida. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 2021;12(2):101–108.
- Hidayat AAA. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika; 2019.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu*. Jakarta: Kemenkes RI; 2022.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI; 2024.
- Kurniawati D, Lestari P. Hubungan pendidikan ibu dengan pengetahuan tentang teknik mengejan. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 2020;6(4):256–262.
- Lowdermilk DL, Perry SE, Cashion K, Alden KR. *Maternity and Women's Health Care*. 12th ed. St. Louis: Elsevier; 2020.
- Manuaba IBG. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC; 2015.
- Maryunani A. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Trans Info Media; 2017.
- Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
- Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
- Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke-4. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2016.
- Rukiah AY, Yulianti L. *Asuhan Kebidanan II (Persalinan)*. Jakarta: Trans Info Media; 2018.
- Sari NP, Handayani S. Tingkat pengetahuan ibu hamil primigravida tentang teknik mengejan. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*. 2021;15(1):45–52.
- Sastroasmoro S, Ismael S. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto; 2018.
- Simkin P, Whalley J, Keppler A. *Pregnancy, Childbirth, and the Newborn: The Complete Guide*. 5th ed. New York: Meadowbrook Press; 2016.
- Sulistiyawati A. *Asuhan Kebidanan pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta: Andi Offset; 2019.
- Varney H, Kriebbs JM, Gegor CL. *Varney's Midwifery*. 5th ed. Burlington: Jones & Bartlett Learning; 2017.
- World Health Organization. *WHO recommendations: intrapartum care for a positive childbirth experience*. Geneva: WHO; 2018.
- World Health Organization. *Trends in maternal mortality 2000 to 2020*. Geneva: WHO; 2023.
- WHO, UNICEF, UNFPA. *Maternal health and safe motherhood*. Geneva: WHO; 2019.
- Yanti D, Prasetyo B. Edukasi kebidanan dalam meningkatkan kesiapan ibu menghadapi persalinan. *Jurnal Midwifery Care*. 2022;5(1):33–41.