

Improving Pregnant Women's Knowledge About Healthy Living Behavior and Handling of Tuberculosis Contact Through Community Education in Tunfeu Village

Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perilaku Hidup Sehat Dan Penanganan Kontak Tuberkulosis Melalui Edukasi Komunitas di Desa Tunfeu

Mariana Oni Betan^{1*}, Antonia Helena Hamu², Maria Agustina³, Sabinus B Kedang⁴, Febtian Candra Devi Nugroho⁴

^{1,2,3,4}Program Studi DIII Keperawatan Kupang, Poltekkes Kemenkes Kupang

*Email Koresponding: hamuantonia.2017@gmail.com

ABSTRACT

Tuberculosis (TB) remains a public health challenge in Indonesia, including in the East Nusa Tenggara region. Pregnant women are a vulnerable group that requires special attention in preventing TB and implementing healthy living behaviors. Lack of understanding of the risks of TB during pregnancy and low health literacy are major obstacles in efforts to improve maternal and child health. This community service activity aims to increase the knowledge of pregnant women about healthy living behaviors and TB prevention strategies through a participatory community education approach in Tunfeu Village, Kupang Regency. The method used is socialization through lectures, group discussions, and question and answer sessions involving 30 pregnant women and families with close contact with TB sufferers. The material covers the importance of nutrition, personal hygiene, physical activity, and handling TB in the family environment. The evaluation was conducted using pre-test and post-test. The results showed a significant increase in participants' knowledge: understanding of TB transmission increased from 26.7% to 83.3%, and knowledge of nutrition during pregnancy increased from 40% to 90%. The activity also encouraged active participation of participants and the formation of local health cadres. In conclusion, the community education approach has proven effective in improving health literacy of pregnant women and supporting TB prevention efforts. This activity provides a real contribution to community-based health development and supports the national TB elimination program.

Keywords: Community education, Pregnant women, Healthy lifestyle, Tuberculosis, Community service

ABSTRAK

Tuberkulosis (TBC) masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia, termasuk di wilayah Nusa Tenggara Timur. Ibu hamil merupakan kelompok rentan yang memerlukan perhatian khusus dalam pencegahan TBC dan penerapan perilaku hidup sehat. Kurangnya pemahaman mengenai risiko TBC selama kehamilan serta rendahnya literasi kesehatan menjadi hambatan utama dalam upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai perilaku hidup sehat dan strategi pencegahan TBC melalui pendekatan edukasi komunitas berbasis partisipatif di Desa Tunfeu, Kabupaten Kupang. Metode yang digunakan adalah sosialisasi melalui ceramah, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab yang melibatkan 30 ibu hamil dan keluarga dengan kontak erat penderita TBC. Materi mencakup pentingnya gizi, kebersihan pribadi, aktivitas fisik, serta penanganan TBC di lingkungan keluarga. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan peserta: pemahaman tentang penularan TBC meningkat dari 26,7% menjadi 83,3%, dan pengetahuan mengenai nutrisi selama kehamilan naik dari 40% menjadi 90%. Kegiatan juga mendorong partisipasi aktif peserta dan terbentuknya kader kesehatan lokal. Kesimpulan, pendekatan edukasi komunitas terbukti efektif meningkatkan literasi kesehatan ibu hamil dan mendukung upaya pencegahan TBC. Kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam pembangunan kesehatan berbasis masyarakat dan mendukung program eliminasi TBC nasional.

Kata kunci: Edukasi komunitas, Ibu hamil, Perilaku hidup sehat, Tuberkulosis, Pengabdian masyarakat

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan tahap krusial dalam kehidupan seorang wanita yang menuntut perhatian serius terhadap kesehatan ibu dan janin. Pada periode ini, wanita hamil mengalami berbagai perubahan fisiologis dan psikologis yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatannya secara keseluruhan, termasuk meningkatnya risiko komplikasi kehamilan serta dampak jangka panjang terhadap kesehatan jantung dan metabolisme (Hill & Pickinpaugh, 2008). Oleh karena itu, penguasaan pengetahuan dan penerapan perilaku hidup sehat, seperti pemahaman mengenai nutrisi yang seimbang, aktivitas fisik yang sesuai, dan kebersihan diri yang optimal, menjadi aspek penting dalam mendukung kehamilan yang sehat dan aman. Studi terbaru menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil masih belum memahami bahwa paparan tuberkulosis (TBC) selama kehamilan dapat meningkatkan risiko morbiditas pada ibu dan bayi (Khoza et al., 2023). Dalam konteks ini, edukasi kesehatan berperan sebagai strategi penting untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil terkait perlunya menjaga keseimbangan gaya hidup selama kehamilan.

Sejumlah penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan mengenai gizi dan perilaku hidup sehat dengan kondisi kesehatan ibu selama kehamilan. Pendidikan gizi terbukti mampu menurunkan risiko terjadinya diabetes gestasional dan hipertensi (Grenier et al., 2021); (El-Shrqawy et al., 2024). Selain itu, kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik selama kehamilan tidak hanya berkontribusi terhadap kebugaran ibu, tetapi juga efektif dalam mengurangi risiko obesitas dan gangguan metabolisme. Permasalahan ini menjadi semakin kompleks ketika dikaitkan dengan penyakit menular seperti TBC, yang masih memiliki prevalensi tinggi di Indonesia, khususnya di wilayah Nusa Tenggara Timur. TBC merupakan penyakit infeksi menular yang ditularkan melalui udara, dan ibu hamil yang terpapar penyakit ini memiliki risiko lebih tinggi mengalami komplikasi obstetri maupun neonatal. Paparan TBC selama kehamilan dapat meningkatkan kemungkinan kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, bahkan kematian neonatal (Kurniawan et al., 2021). Ibu hamil dengan status gizi yang buruk atau sistem imun yang lemah lebih rentan terhadap infeksi TBC, sehingga pemahaman mengenai pencegahan dan penanganan kontak erat dengan penderita TBC menjadi hal yang krusial.

Desa Tunfeu, yang berada di Kabupaten Kupang, Nusa Tenggara Timur, merupakan wilayah dengan berbagai tantangan dalam akses pelayanan kesehatan. Keterbatasan infrastruktur, minimnya jumlah tenaga medis, dan rendahnya tingkat literasi kesehatan masyarakat menjadi hambatan dalam penyebaran informasi kesehatan yang akurat dan merata. Survei pendahuluan menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil di desa ini belum memahami risiko penyakit menular seperti TBC serta pentingnya menjaga perilaku hidup sehat selama kehamilan. Informasi kesehatan yang tersedia masih bersifat pasif dan tidak merata, sehingga masyarakat umumnya memperoleh pengetahuan dari pengalaman pribadi atau informasi lisan dari lingkungan sekitar. Kondisi ini memperlebar kesenjangan antara kebutuhan informasi kesehatan dengan akses informasi yang tersedia. Untuk menjawab tantangan tersebut, pendekatan edukasi komunitas berbasis partisipatif dinilai relevan dan efektif. Model edukasi ini memberikan ruang bagi masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, tidak hanya dalam bentuk transfer pengetahuan, tetapi juga dalam pembentukan sikap dan perilaku sehat. Intervensi semacam ini dapat memberdayakan masyarakat agar lebih mandiri dalam mengelola kesehatannya, termasuk kemampuan untuk melakukan deteksi dini terhadap risiko penyakit menular seperti TBC. Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa pendekatan edukatif berbasis komunitas secara signifikan

dapat meningkatkan pemahaman masyarakat, terutama dalam pencegahan penyakit menular dan perawatan kesehatan ibu (Zakiyah Zahrah, Nonik Ayu Wantini, 2020); (Shafique et al., 2024). Selain itu, pendekatan ini juga memperkuat jaringan sosial dan mendorong keberlanjutan program kesehatan di tingkat lokal.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada edukasi ibu hamil terkait perilaku hidup sehat dan pencegahan TBC memiliki peran penting dalam mewujudkan lingkungan keluarga yang sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi diskusi kelompok, penyuluhan interaktif, dan pelatihan bagi kader kesehatan lokal. Materi edukasi disusun berdasarkan hasil asesmen awal terhadap kebutuhan masyarakat setempat, dan dirancang agar mudah dipahami oleh peserta. Dengan cara ini, materi yang disampaikan menjadi relevan dan aplikatif dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi sarana untuk memperkuat komunikasi antara masyarakat dan tenaga kesehatan. Edukasi yang efektif juga memerlukan dukungan visual dan metode interaktif agar peserta aktif terlibat dalam proses pembelajaran. Penggunaan media seperti poster, lembar balik, dan video edukatif terbukti meningkatkan pemahaman dan retensi informasi pada ibu hamil (Yulia et al., 2021). Selain itu, keterlibatan suami dan anggota keluarga dalam kegiatan edukasi juga penting, mengingat dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap keputusan dan perilaku kesehatan ibu hamil. Studi dari (Mane et al., 2024) menunjukkan bahwa keberhasilan intervensi edukasi meningkat signifikan ketika anggota keluarga terlibat aktif. Oleh karena itu, pengabdian ini juga mengintegrasikan pendekatan keluarga sebagai bagian dari strategi pemberdayaan komunitas. Program nasional eliminasi TBC dan peningkatan kesehatan ibu dan anak telah menjadi prioritas Kementerian Kesehatan, dan pengabdian masyarakat ini menjadi bentuk dukungan konkret terhadap upaya tersebut. Strategi nasional penanggulangan TBC 2020–2024 menekankan pentingnya peran serta masyarakat dan pendekatan komunitas dalam mengurangi penularan TBC di tingkat rumah tangga (Kemenkes RI, 2020). Dengan melibatkan masyarakat secara langsung, diharapkan tercipta kesadaran kolektif untuk menjaga kesehatan bersama dan mempercepat eliminasi TBC di Indonesia. Kolaborasi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, dan masyarakat menjadi kekuatan utama dalam mendukung pencapaian tujuan pembangunan kesehatan berkelanjutan. Kegiatan ini sekaligus menjadi wujud nyata tridarma perguruan tinggi dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilakukan kegiatan edukasi komunitas di Desa Tunfeu sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya perilaku hidup sehat selama kehamilan serta strategi pencegahan penularan TBC di lingkungan tempat tinggalnya. Harapannya, melalui pendekatan ini, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan baru tetapi juga memiliki keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penguatan kapasitas lokal melalui pelatihan kader dan penyediaan media edukasi juga menjadi bagian integral dari intervensi ini. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan kualitas kesehatan masyarakat di Desa Tunfeu.

METODE

Metode pelaksanaan yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan sosialisasi. Sosialisasi dilakukan dengan kombinasi ceramah, tanya jawab, dan diskusi yang melibatkan ibu hamil dan keluarga yang memiliki salah satu anggota menderita TBC. Kegiatan dilaksanakan di

Desa Tunfeu, dengan melibatkan 30 ibu hamil sebagai peserta. Materi yang disampaikan mencakup pentingnya perilaku hidup sehat selama kehamilan dan cara hidup bersama orang yang diduga mengidap TBC.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Kegiatan edukasi komunitas dilaksanakan di Desa Tunfeu, Kabupaten Kupang, dengan melibatkan 30 ibu hamil dan beberapa anggota keluarga yang memiliki kontak erat dengan penderita tuberkulosis (TBC). Metode yang digunakan mencakup ceramah interaktif, diskusi kelompok, serta tanya jawab. Materi edukasi difokuskan pada perilaku hidup sehat selama kehamilan, termasuk gizi seimbang, kebersihan pribadi, aktivitas fisik ringan, serta penanganan dan pencegahan TBC dalam lingkungan keluarga. Sebagai instrumen evaluasi, digunakan pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa: Sebelum edukasi, hanya 26,7% peserta yang mengetahui bahwa TBC dapat ditularkan kepada janin melalui plasenta atau selama proses persalinan; Setelah sesi edukasi, angka tersebut meningkat menjadi 83,3%.; Pengetahuan mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan meningkat dari 40% menjadi 90%.; Partisipan juga melaporkan peningkatan pemahaman terkait praktik cuci tangan, etika batuk, dan ventilasi rumah sebagai strategi pencegahan TBC. Selain peningkatan pengetahuan, partisipasi aktif ibu dan keluarga terlihat dari antusiasme mereka dalam sesi tanya jawab serta kesediaan menjadi kader kesehatan lokal.

Pembahasan

Hasil kegiatan ini menegaskan bahwa edukasi komunitas berbasis partisipatif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kesehatan di kalangan ibu hamil. Strategi pendekatan ini sejalan dengan temuan (Shafique et al., 2024) yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap isu kesehatan menular, khususnya di wilayah dengan akses terbatas terhadap fasilitas kesehatan. Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang TBC sangat penting, mengingat ibu hamil dengan status gizi rendah atau kekebalan tubuh lemah memiliki kerentanan tinggi terhadap infeksi TBC (Hui & Lao, 2022). Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan terintegrasi antara edukasi gizi, perilaku sehat, dan pencegahan infeksi. Penerapan metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok juga terbukti mendukung proses pembelajaran orang dewasa. Metode ini meningkatkan keterlibatan peserta dan

retensi informasi, sebagaimana dijelaskan oleh (Jariyah et al., n.d.) yang menemukan bahwa penggunaan media visual dalam edukasi kesehatan ibu dapat meningkatkan pemahaman hingga 60% dibandingkan metode konvensional. Selain itu, keterlibatan keluarga, khususnya suami, menjadi faktor penting dalam membentuk perilaku kesehatan ibu hamil. Studi oleh (Michaelson et al., 2021) menegaskan bahwa dukungan keluarga dapat meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan ibu dan menurunkan risiko komplikasi kehamilan.

Kegiatan ini juga membuktikan bahwa pelatihan kader kesehatan lokal dapat menjadi sarana pemberdayaan masyarakat. Kader yang telah dilatih diharapkan dapat menjadi penggerak utama dalam menyebarkan informasi dan memfasilitasi edukasi berkelanjutan, sejalan dengan strategi nasional eliminasi TBC yang menekankan pentingnya pendekatan (Kemenkes RI, 2020). Dengan pendekatan holistik yang melibatkan edukasi ibu, keluarga, dan penguatan kapasitas lokal, kegiatan ini telah memberikan dampak positif yang nyata terhadap peningkatan literasi kesehatan di Desa Tunfeu. Hasil ini menunjukkan potensi besar dari kegiatan pengabdian masyarakat sebagai sarana intervensi kesehatan preventif dan promotif yang berkelanjutan.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Tunfeu, Kabupaten Kupang, telah menunjukkan bahwa pendekatan edukasi komunitas berbasis partisipatif mampu secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai perilaku hidup sehat dan pencegahan penularan tuberkulosis (TBC). Peningkatan pemahaman ini terlihat dari hasil pre-test dan post-test, serta keterlibatan aktif peserta dalam seluruh rangkaian kegiatan. Intervensi yang mengombinasikan ceramah interaktif, diskusi kelompok, terbukti efektif dalam menjawab kebutuhan informasi kesehatan yang sebelumnya terbatas di wilayah tersebut. Selain itu, pendekatan yang melibatkan anggota keluarga turut mendukung terciptanya lingkungan rumah tangga yang lebih peduli terhadap kesehatan ibu dan pencegahan penyakit menular. Kegiatan ini juga sejalan dengan strategi nasional eliminasi TBC, serta menjadi wujud konkret kontribusi perguruan tinggi dalam pelaksanaan tridarma.

Saran

Kegiatan edukasi kesehatan dapat berlangsung secara berkelanjutan, keterlibatan kader kesehatan perlu terus diperkuat. Pelatihan dan pendampingan secara berkala bagi kader guna meningkatkan kapasitas pengetahuan dan keterampilan dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat. Di samping itu, sinergi antara berbagai pemangku kepentingan, seperti perguruan tinggi, puskesmas, dan pemerintah desa, perlu ditingkatkan dalam merancang dan menjalankan program kesehatan masyarakat. Kolaborasi ini memungkinkan perluasan jangkauan edukasi serta identifikasi yang lebih akurat terhadap kebutuhan masyarakat setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Pemerintah Desa Tunfeu, Puskesmas setempat kerja sama dan partisipasi aktif selama proses kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada para ibu hamil dan keluarga yang telah berpartisipasi dengan antusias dalam setiap sesi edukasi. Kehadiran dan keterlibatan aktif mereka menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini. Akhir kata, penulis juga menghargai dukungan dari Poltekkes Kemenkes Kupang yang telah memfasilitasi dan memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan ini sebagai bagian dari pelaksanaan tridarma perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- El-Shrqawy, E. H., Elnemer, A., & Mohamed Elsayed, H. (2024). Effect of antenatal education on pregnant women's knowledge, attitude and preferences of delivery mode. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 24(1), 740. <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06922-0>
- Grenier, L. N., Atkinson, S. A., Mottola, M. F., Wahoush, O., Thabane, L., Xie, F., Vickers-Manzin, J., Moore, C., Hutton, E. K., & Murray-Davis, B. (2021). Be Healthy in Pregnancy: Exploring factors that impact pregnant women's nutrition and exercise behaviours. *Maternal and Child Nutrition*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.1111/mcn.13068>
- Hill, C. C., & Pickinpaugh, J. (2008). *Physiologic Changes in Pregnancy*. 88, 391–401. <https://doi.org/10.1016/j.suc.2007.12.005>
- Hui, S. Y. A., & Lao, T. T. (2022). Tuberculosis in pregnancy. *Best Practice & Research. Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 85, 34. <https://doi.org/10.1016/J.BPOBGYN.2022.07.006>
- Jariyah, A., H.Sudiamin, F., Syahrdayanti, Arliatin, & Astuti. (n.d.). *Faktor-faktor yang mempengaruhi literasi kesehatan pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Moncongloe*. 9(2), 165–178.
- Kemendes RI. (2020). Strategi Nasional Penanggulangan Tuberculosis di Indonesia 2020-2024. In *Pertemuan Konsolidasi Nasional Penyusunan STRANAS TB*.
- Kurniawan, Y. S., Priyanga, K. T. A., Krisbiantoro, P. A., & Imawan, A. C. (2021). Analisis Faktor Risiko TB Paru pada Ibu Hamil di Puskesmas Kecamatan Padangsidimpuan Utara Kota Padangsidimpuan. *Journal of Multidisciplinary Applied Natural Science*, 1(1), 1–12.
- Mane, U. R., Salunkhe, J. A., & Kakade, S. (2024). Family Support to Women During Pregnancy and Its Impact on Maternal and Fetal Outcomes. *Cureus*, 16(6). <https://doi.org/10.7759/cureus.62002>
- Michaelson, V., Pilato, K. A., & Davison, C. M. (2021). Family as a health promotion setting: A scoping review of conceptual models of the health-promoting family. *PLoS ONE*, 16(4), e0249707. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0249707>
- Shafique, S., Bhattacharyya, D. S., Nowrin, I., Sultana, F., Islam, M. R., Dutta, G. K., Del Barrio, M. O., & Reidpath, D. D. (2024). Effective community-based interventions to prevent and control infectious diseases in urban informal settlements in low- and middle-income countries: a systematic review. *Systematic Reviews*, 13(1), 253. <https://doi.org/10.1186/s13643-024-02651-9>
- Yulia, N., Sutiswa, S. I. S., & Herdiana, I. (2021). Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 1–4.
- Zakiyah Zahrah, Nonik Ayu Wantini, S. D. S. (2020). Peran Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Pada Manfaat Bahan Alam Sebagai Obat Tradisional. 542–547.