

Poltekkes Kemenkes Aceh Gelar PKM Meditasi dan Afirmasi Positif Ibu Hamil di Meureubo

Category: Aceh, News

written by Redaksi | 15/07/2024



[ORINEWS.ID](https://orinews.id), Meulaboh – Dosen dari Politeknik Kesehatan (Poltekkes) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Provinsi Aceh menggelar kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan fokus pada meditasi dan afirmasi positif bagi ibu hamil.

Kegiatan ini telah dimulai sejak Kamis, 10 Juli 2024 di Puskesmas Meureubo, Kecamatan Meureubo, Kabupaten Aceh Barat.

Sebanyak 30 ibu hamil yang tinggal di sekitar Puskesmas Meureubo turut serta dalam kegiatan ini, yang berlangsung di Aula Puskesmas Meureubo. Kegiatan ini juga melibatkan mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Aceh Barat.



Ketua Tim Dosen Poltekkes Kemenkes Aceh, Evi Zahara, SST. M. Keb, menyatakan bahwa tujuan dari PKM ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, kesehatan, serta kesejahteraan ibu hamil dan janin.

“Melalui meditasi dan afirmasi positif ini kita harapkan ibu hamil dapat mengurangi kecemasan selama masa kehamilan dan mempersiapkan diri dengan lebih tenang untuk persalinan, sehingga kesejahteraan janin dapat terjaga dengan baik,” kata Evi dalam keterangannya kepada media, Minggu (14/7/2024).



Acara ini dibuka oleh pihak Puskesmas yang diwakili oleh Bidan

Koordinator Puskesmas Meureubo, kemudian dilanjutkan dengan pre test pengetahuan dan kesehatan ibu serta janin.

Pemeriksaan dilakukan terhadap berat badan, lingkar lengan atas, tinggi fundus uteri, serta tingkat kecemasan ibu untuk menilai kesehatan ibu. Sementara untuk kesehatan janin, dilakukan pemeriksaan denyut jantung janin (DJJ) dan taksiran berat badan janin (TBBJ).



Selain itu, ibu hamil juga diberikan edukasi tentang teknik meditasi dan afirmasi positif. Mereka diajarkan cara-cara melaksanakan meditasi dan afirmasi positif dengan benar, serta langsung dilatih di bawah bimbingan tim dosen Poltekkes Kemenkes Aceh. Video panduan tentang meditasi dan afirmasi positif juga ditampilkan agar ibu hamil dapat memahami dan berlatih di rumah.

Penilaian ulang terhadap tingkat pengetahuan ibu, kesehatan ibu, dan janin akan dilakukan 14 hari setelah kegiatan ini dilaksanakan. Evaluasi ini bertujuan untuk mengevaluasi dampak dari meditasi dan afirmasi positif terhadap kesehatan ibu dan janin.

Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi ibu hamil di wilayah Meureubo dalam menjaga kesehatan mereka selama masa kehamilan. []