

**LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“PENDAMPINGAN PADA IBU BERSALIN DENGAN HYPNOTERAPI UNTUK
MENGURANGI NYERI PERSALINAN KALA I DI RS PKU
MUHAMMADIYAH SURABAYA”**

OLEH

Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes	0727128204
Annisa' W. R, S.Keb., Bd., M.Keb	0715029202
Ulufu Tadzqiroh, S.Keb., Bd.	-
Putri Andiyah Najahiyah	20201664015
Venna Nurul Ardita	20201664016
Widya Putri Wardani	20191664022
Fanni Aprillia	20191664023

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2021

**HALAMAN PENGESAHAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PkM)**

1. Judul Pengabdian : Pendampingan pada ibu bersalin dengan hypnotherapy untuk mengurangi nyeri persalinan kala I di RS PKU Muhammadiyah Surabaya
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 10.000.000,-
4. Ketua Pengabdian
 - a. Nama : Umi Ma'rifah S.ST., M.Kes
 - b. NIDN : 0727128204
 - c. Jabatan Fungsional : Lektor
 - d. Program Studi : S1 Kebidanan
 - e. Nomor HP : 081332343531
 - f. Alamat Email : umima_rifah20@yahoo.com
5. Anggota Pengabdian 1
 - a. Nama Lengkap : Annisa' W. R, S.Keb., Bd., M.Keb
 - b. NIDN : 0715029202
 - c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
6. Anggota Pengabdian 2
 - a. Nama Lengkap : Ulufu Tadzqiroh, S.Keb., Bd
 - b. Instansi : RS PKU Muhammadiyah Surabaya
7. Anggota Pengabdian 3
 - a. Nama Lengkap : Putri Andiyah Najahiyah
 - b. NIM : 20201664015
8. Anggota Pengabdian 4
 - a. Nama Lengkap : Vena Nurul Ardita
 - b. NIM : 20201664016
9. Anggota Pengabdian 5
 - a. Nama Mahasiswa : Widya Putri Wardani
 - b. NIM : 20191664022
10. Anggota Pengabdian 6
 - a. Nama Mahasiswa : Fanni Aprillia
 - b. NIM : 20191664023

Surabaya, 13 Desember 2021

Mengetahui,
Dekan

Dr. Nur Mukarramah, S.K.M., M.Kes
NIDN. 0713067202

Ketua


Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
NIDN. 0727128204

Menyetujui,
Ketua LPPM

Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0727098702

DAFTAR ISI

Cover	1
Lembar Pengesahan.....	2
Daftar Isi.....	3
Ringkasan	4
BAB 1 PENDAHULUAN	5
BAB 2 TARGET DAN LUARAN.....	7
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	8
BAB 4 HASIL YANG DICAPAI	9
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	11
Daftar Pustaka.....	12
Lampiran 1. Biaya	13
Lampiran 2. Jadwal Kegiatan.....	14
Lampiran 3. Biodata Ketua.....	15
Lampiran 4. Daftar Peserta	20

RINGKASAN

Pendampingan Pada Ibu Bersalin dengan Hypnoterapi untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I di RS PKU Muhammadiyah Surabaya

Nyeri persalinan merupakan masalah yang sangat mencemaskan bagi ibu, rasa nyeri ketika persalinan muncul akibat respon psikis dan refleksi fisik. Lamanya persalinan kala I pada primigravida menyebabkan rasa nyeri yang lebih lama pula sehingga ibu akan mengalami kelelahan lebih besar yang berdampak pada respon emosi berupa cemas, tegang, takut bahkan panik. Penanganan nyeri secara nonfarmakologi dinilai lebih efektif dibanding dengan metode farmakologi dalam praktik mandiri bidan karena lebih murah, mudah, efektif dan tanpa efek yang merugikan bagi ibu ataupun janin. Metode non farmakologi dapat pula meningkatkan kepuasan ibu selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatannya. Salah satu penanganan nonfarmakologi adalah hypnoterapi. Hipnoterapi merupakan teknik untuk mencapai relaksasi mendalam dengan menggunakan pola perlambatan napas, fokus, tenang dan dalam keadaan sadar. Hipnoterapi bertujuan menyelesaikan masalah atau meningkatkan kemampuan diri, sehingga diharapkan dapat bertahan untuk selamanya. Kegiatan ini dilaksanakan di RS PKU Muhammadiyah Surabaya, dengan sasaran kegiatan adalah ibu bersalin. Secara keseluruhan kegiatan terlaksana sesuai dengan waktu yang direncanakan, seluruh peserta dapat mengikuti kegiatan dan berperan aktif dalam kegiatan.

Kata Kunci: Persalinan, Nyeri, Hypnoterapi

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendampingan pada ibu hamil pada pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan membuat kelas ibu hamil. Kelas Ibu Hamil ini merupakan sarana untuk belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, perawatan nifas, perawatan bayi baru lahir, mitos, penyakit menular dan akte kelahiran. Dewasa ini penyuluhan kesehatan Ibu dan Anak pada umumnya masih banyak dilakukan melalui konsultasi perorangan atau kasus per kasus yang diberikan pada waktu ibu memeriksakan kandungan atau pada waktu kegiatan posyandu. Salah satu hal yang perlu diperhatikan adalah rasa cemas akan takut nyeri pada persalinan. Nyeri persalinan merupakan masalah yang sangat mencemaskan bagi ibu, rasa nyeri ketika persalinan muncul akibat respon psikis dan refleksi fisik. Nyeri akan berdampak pada peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik yang dapat mengakibatkan perubahan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, warna kulit, mual muntah juga keringat berlebih.

Sebagian besar persalinan selalu disertai rasa nyeri. Persalinan dengan nyeri ringan 5%, nyeri sedang 20%, nyeri berat 75 %. Nyeri persalinan sering dirasakan lebih berat hampir 60 % primigravida dan 40 % multigravida. Multigravida merasakan nyeri lebih ringan dibandingkan primigravida pada kala I fase aktif. Lama persalinan kala I pada primigravida mempunyai durasi waktu lebih lama jika dibandingkan multigravida, karena lama persalinan kala I pada primigravida yaitu 12 jam dan multigravida sekitar 7 jam. Lamanya persalinan kala I pada primigravida menyebabkan rasa nyeri yang lebih lama pula sehingga ibu akan mengalami kelelahan lebih besar yang berdampak pada respon emosi berupa cemas, tegang, takut bahkan panik. (Asrinah, 2010)

Penanganan nyeri secara nonfarmakologi dinilai lebih efektif dibanding dengan metode farmakologi dalam praktik mandiri bidan karena lebih murah, mudah, efektif dan tanpa efek yang merugikan bagi ibu ataupun janin. Metode non farmakologi dapat pula meningkatkan kepuasan ibu selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatannya. Salah satu penanganan non farmakologi adalah hypnoterapi (Anantasari Ririn, 2012)

Hipnoterapi merupakan teknik untuk mencapai relaksasi mendalam dengan menggunakan pola perlambatan napas, fokus, tenang dan dalam keadaan sadar. Hipnoterapi juga mengurangi durasi waktu pada kala I, terutama pada ibu primipara. Persalinan dapat terlewati tanpa komplikasi dan tidak memerlukan tindakan medis. Hipnoterapi adalah metode relaksasi alamiah yang dapat dipergunakan guna menghilangkan rasa takut, tegang, panik, dan tekanan lain yang mengganggu dalam proses persalinan. Manfaat dan keuntungan hipnoterapi bagi ibu merupakan metode relaksasi yang dapat meningkatkan kadar endorfin dalam tubuh sehingga mengurangi nyeri pada saat Rahim berkontraksi (Gusti Ayu, 2015).

1.2 Tujuan

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk memberikan informasi terkait hypnotherapy dalam mengurangi nyeri persalinan kala 1 pada ibu bersalin.

1.3 Manfaat

Setelah diberikan edukasi tentang hypnotherapy diharapkan dapat:

1. Mencegah masalah psikologis pada saat persalinan
2. Mencegah masalah pada saat ibu melakukan persalinan
3. Mengurangi nyeri pada saat persalinan
4. Meningkatkan keberhasilan persalinan

1.4 Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah ibu bersalin di RS PKU Muhammadiyah Surabaya, dengan memberikan edukasi serta pendampingan pada ibu bersalin kala 1 dalam mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan ibu.

1.5 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di RS PKU Muhammadiyah Surabaya. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan Oktober sampai dengan Desember 2021.

1.6 Solusi yang Ditawarkan

Pemberian penyuluhan terhadap ibu, pada persiapan persalinan ini solusi yang dapat dilakukan ibu hamil yaitu dengan melakukan metode nonfarmakologis yaitu hipnoterapi. Mengingat hal tersebut bahwa penanganan nyeri persalinan perlu diperhatikan bagi petugas kesehatan terutama bidan untuk mengurangi resiko kematian ibu. Berkembangnya ilmu pengetahuan dan penelitian membuktikan bahwa selain teknik pernapasan terdapat cara lain yang dapat mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif yaitu hipnoterapi.

Hipnoterapi digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan, karena dengan hipnoterapi seorang ibu mampu memusatkan konsentrasi, sehingga rasa nyeri persalinannya dapat dilupakan. Penggunaan hipnoterapi ini efektif dalam menekan biaya bila dibandingkan dengan terapi menggunakan obat-obatan, karena hipnoterapi tidak mahal dan mudah serta tidak menyebabkan efek samping. (Placeholder1) (Mander, 2012) Hipnoterapi bertujuan menyelesaikan masalah atau meningkatkan kemampuan diri, sehingga diharapkan dapat bertahan untuk selamanya. Dalam hipnoterapi, pasien dan hipnoterapis bekerja sama untuk meraih tujuan yang ingin dicapai. Pasien dibuat lebih fokus dan dibimbing agar menyadari kekuatan diri sendiri sehingga masalah yang dialami dapat diatasi sendiri.

BAB 2. TARGET DAN LUARAN

Program pengabdian masyarakat ini sasarannya adalah ibu bersalin di RS PKU Muhammadiyah Surabaya. Kegiatan ini terdiri dari pemberian edukasi tentang pendampingan hypnotherapy untuk membantu mengurangi intensitas nyeri saat persalinan kala 1.

Adapun perubahan target dan luaran kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut :

No	Target	Luaran
1.	Ibu bersalin	Meningkatkan pengetahuan ibu mengenai hypnotherapy dalam mengatasi nyeri persalinan kala 1. Serta proses persalinan dapat berjalan dengan cepat, aman, dan nyaman.

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

3.1 Persiapan dan Perencanaan Kegiatan

Pendekatan yang dilakukan yaitu metode partisipatif dengan melakukan pendekatan sebagai berikut:

1. Melakukan pendekatan dan minta izin kepada pihak RS PKU Muhammadiyah Surabaya.
2. Melakukan pendekatan kepada kepala ruangan bersalin RS PKU Muhammadiyah Surabaya.
3. Melakukan pendekatan terutama kepada ibu bersalin.
4. Menyiapkan tim untuk melakukan penyuluhan, penatalaksanaan dan pendampingan.

3.3 Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan mulai bulan Oktober sampai dengan Desember 2021 dengan melakukan kerjasama bersama pihak rumah sakit dalam menyiapkan kegiatan sebagai berikut:

1. Mempersiapkan tim yang akan mendampingi kegiatan.
2. Mempersiapkan dan melengkapi fasilitas yang dibutuhkan.

Dalam tahapan pelaksanaan terdapat 3 proses kegiatan, yaitu:

1. Penyuluhan

Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan pada ibu bersalin fisiologis secara individu, karena proses persalinan terjadi dengan variasi waktu yang berbeda. Kegiatan ini juga melibatkan atau mengajak serta keluarga agar keluarga juga mengetahui tentang Tindakan yang akan dilakukan.

2. Demonstrasi

Ibu dan keluarga melihat cara hypnotherapy dalam mengurangi intensitas nyeri. Demonstrasi ini bertujuan agar ibu dan keluarga mampu memahami cara yang tepat untuk melakukan hypnotherapy.

3. Simulasi

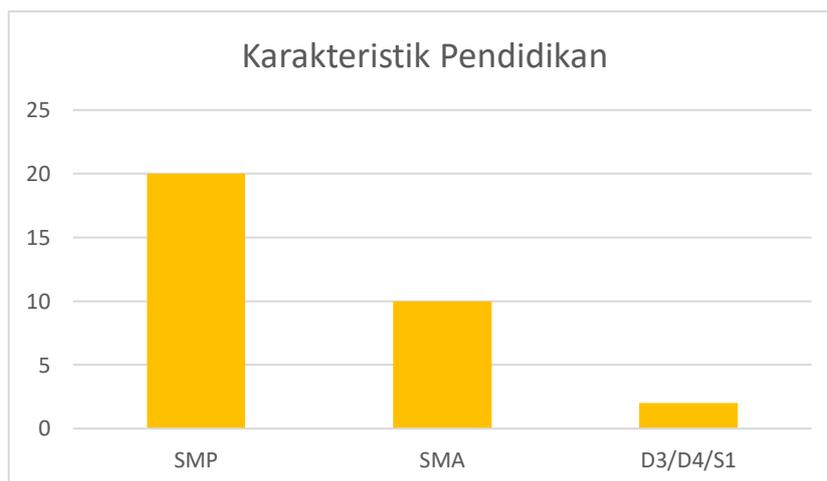
Simulasi dilakukan bertujuan agar ibu beserta keluarga terampil dan mampu melakukan hypnotherapy.

3.4 Evaluasi

Selama kegiatan penyuluhan tidak terjadi kendala, ibu-ibu juga antusias untuk mendengarkan penyuluhan mengenai hypnoterapi. Ibu dan keluarga juga dapat berkonsultasi langsung dengan tim pelaksana terkait hypnotherapy. Tim pelaksana dapat mengevaluasi dan memonitoring secara langsung pada peserta. Proses monitoring dan evaluasi dilakukan selama periode kegiatan pengabdian.

BAB 4. HASIL YANG DICAPAI

Pelaksanaan pengabdian masyarakat pada ibu bersalin dengan hypnotherapy untuk mengurangi rasa nyeri di RS PKU Muhammadiyah Surabaya dilaksanakan selama 3 bulan yaitu mulai bulan Oktober sampai dengan Desember 2021. Pada saat pelaksanaan kegiatan juga dilakukan pengkajian untuk mengetahui karakteristik ibu. Peserta (ibu bersalin) yang mengikuti kegiatan pengabdian ini sebanyak 31 ibu. Selama kegiatan juga disebarakan kuesioner untuk mengetahui karakteristik ibu, mayoritas ibu berusia kurang dari 30 tahun yaitu sebanyak 22 ibu, sedangkan 9 ibu berusia 30 tahun keatas. Untuk data karakteristik tingkat Pendidikan dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1. Karakteristik Pendidikan Ibu Bersalin

Pada gambar 1. Didapatkan bahwa lebih dari 50% ibu bersalin yang mengikuti kegiatan ini berpendidikan SMA. Setelah peserta mendapatkan edukasi dan endapatkan pendampingan Sebagian besar mengatakan memahami tentang informasi yang disampaikan, dan setelah dilakukan pendampingan, intensitas nyeri yang dirasakan

mereka mulai berkurang dengan Teknik hypnotherapy yang telah diberikan. Setelah ibu mencoba Teknik hypnotherapy ibu merasa lebih rileks dan merasa lebih nyaman. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anantasari (2012) bahwa hypnotherapy dapat menurunkan rasa nyeri dan kecemasan antenatal. Penelitian lain yang dilakukan oleh Dewi (2018) membuktikan bahwa hypnotherapy dapat mengatasi kecemasan pada ibu bersalin kala I fase aktif. Dari 31 peserta, sebanyak 27 ibu merupakan kehamilan pertama dan belum pernah mendapatkan informasi tentang hypnoterapi dimana salah satu manfaatnya dapat mengurangi sensasi nyeri pada saat kala 1.



Gambar 1. Pendampingan saat melakukan Hypnoterapi



Gambar 2. Kunjungan pada Ibu yang Sudah melakukan Hyponoterapi

Hasil yang dicapai dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini salah seluruh ibu bersalin serta pendamping yang mengikuti pedampingan ini, mereka dapat mempraktikan Teknik hypnotherapy yang benar dalam menangani dan mengurangi rasa nyeri pada persalinaan kala 1, dan diharapkan mereka dapat menjalankan proses persalinan dengan lancar, mudah, dan nyaman. Selama kegiatan, seluruh peserta sangat antusias dan

mengikuti kegiatan pendampingan ini. Pengetahuan ibu mengenai hypnotherapy untuk mengurangi rasa nyeri kala 1 bertambah seiring kegiatan ini dilaksanakan dan ibu mengatakan lebih rileks setelah melakukan Teknik yang sudah diajarkan serta rasa nyeri lebih berkurang dan ibu merasa lebih nyaman dalam menjalani proses persalinan.

BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Metode non farmakologi dapat pula meningkatkan kepuasan ibu selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaan dan kekuatannya. Salah satu penanganan nonfarmakologi adalah hipnoterapi. Hipnoterapi merupakan teknik untuk mencapai relaksasi mendalam dengan menggunakan pola perlambatan napas, fokus, tenang dan dalam keadaan sadar. Hipnoterapi digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan, karena dengan hipnoterapi seorang ibu mampu memusatkan konsentrasi, sehingga rasa nyeri persalinannya dapat dilupakan. Pemberian pengetahuan tentang hipnoterapi akan memberikan ibu pengetahuan terkait bagaimana cara mengatasi nyeri saat persalinan kala 1.

5.2 Saran

Bagi tenaga kesehatan hendaknya lebih lagi melakukan kegiatan dalam penyuluhan, pendampingan, serta pelatihan mengenai hypnotherapy dalam menangani nyeri persalinan dengan tujuan agar terwujudnya persalinan yang berjalannya lancar, mudah, serta nyaman. Dikarenakan masyarakat masih kurang informasi terkait terapi nonfarmakologi terutamanya ialah teknik hypnotherapy. Namun juga dalam persalinan tentunya ibu dibantu dengan dukungan dari keluarga agar sang ibu tetap dalam psikologi yang tenang dan tetap pada ibu bersalin.

DAFTAR PUSTAKA

- Anantasari Ririn, N. W. (2012). Hipnosis dalam mengurangi rasa cemas dan nyeri antenatal di Malang. *JSK*.
- Asrinah. (2010). Asuhan Kebidanan Massa Persalinan . *Garaha Ilmu*.
- Gusti Ayu, D. P. (2015). Pengaruh Hypnotherapy terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin normal di RSUD Wangaya Kota Denpasar.
- Inge Wattimena, Y. D. (2015). Manajemen Laktasi dan Kesejahteraan Ibu Menyusui. *Jurnal Psikologi* , 231-242.
- Mander, R. (2012). Nyeri Persalinan. *EGC*.
- Maswari, W. H. (2019). Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Ibu Menyusui Tidak Memberikan ASI Secara Eksklusif di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Jurnal Photon* .
- Soraya Rika Sari, A. P. (2014). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Manajemen Laktasi. *Jurnal Keperawatan* .

Lampiran 1. Biaya Kegiatan

Ringkasan anggaran biaya untuk pelaksanaan kegiatan ini seperti tabel berikut.

No	Item	Satuan	Harga	Jumlah
A. Bahan Habis Pakai dan Peralatan				
1	Kertas A4 80 gram	1 Rim	Rp 55,000.00	Rp 55,000.00
2	Tinta Hitam (Epson)	1 Pcs	Rp 95,000.00	Rp 95,000.00
3	Alat Tulis	1 Pack	Rp 10,000.00	Rp 10,000.00
Sub Total A				Rp 160,000.00
B. Perjalanan				
1	Ketua	1 Orang 4 mgg	Rp 150,000.00	Rp 600,000.00
2	Anggota	2 Orang 4 mgg	Rp 75,000.00	Rp 600,000.00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	2 Orang 4 mgg	Rp 50,000.00	Rp 400,000.00
5	Bidan	1 Orang 4 mgg	Rp 150,000.00	Rp 600,000.00
Sub Total B				Rp 2,200,000.00
C. Cinderamata				
1	Bidan	1 Orang 1 kali	Rp 250,000.00	Rp 250,000.00
2	Kepala Rumah Sakit	1 Pc 1 kali	Rp 500,000.00	Rp 500,000.00
3	Ibu Hamil (Gift Paket Baby)	31 Orang 1 kali	Rp 100,000.00	Rp 3,100,000.00
Sub Total C				Rp 3,850,000.00
D. Honorarium				
1	Ketua	1 Orang 1 kali	Rp 150,000.00	Rp 150,000.00
2	Anggota	2 Orang 1 kali	Rp 100,000.00	Rp 200,000.00
3	Bidan	1 Orang 1 kali	Rp 200,000.00	Rp 200,000.00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	2 Orang 1 kali	Rp 75,000.00	Rp 150,000.00
Sub Total D				Rp 700,000.00
E. Konsumsi				
1	Kue & Air Mineral	31 Orang 1 kali	Rp 30,000.00	Rp 930,000.00
2	Konsumsi rapat & koordinasi	6 Orang 4 kali	Rp 15,000.00	Rp 360,000.00
4	Konsumsi pelaksanaan kegiatan (Ketua, Anggota Bidan dan Pembantu Teknik)	6 Orang 20 hari	Rp 15,000.00	Rp 1,800,000.00
Sub Total E				Rp 3,090,000.00
Jumlah Total A, B, C, D dan E				Rp 10,000,000.00

Lampiran 2. Jadwal Kegiatan

No	Urutan Kegiatan	Koordinasi Kegiatan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	Koordinasi kegiatan												
2.	Penyusunan proposal												
3.	Kontrak/penugasan												
4.	Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat												
5.	Monitoring dan evaluasi pengabdian kepada masyarakat												
6.	Laporan hasil pengabdian masyarakat												
7.	Penyusunan laporan akhir												
8.	Evaluasi kegiatan												

Lampiran 3. Biodata

BIODATA KETUA

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
2	Jabatan Fungsional	Lektor
3	Jabatan Struktural	Ketua Program Studi
4	NIK	-
5	NIDN	0727128204
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bojonegoro/27-12-1982
7	Alamat Rumah	Jl. Bulak Setro 3/73, RT.002 RW.005, Kel. Bulak, Kec. Bulak Surabaya
8	Nomor Telepon/Faks/HP	081332343531
9	Alamat Kantor	Jl. Sutorejo no 59
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Alamat e-mail	umiurnsurabaya@gmail.com
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan 2. Asuhan kebidanan Persalinan dan BBL 3. Asuhan Kebidanan pada Nifas 4. Asuhan Kebidanan Kehamilan

B. Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Perguruan Tinggi	Bidang Ilmu	Tahun lulus
D3	Poltekkes Surabaya	Kebidanan	2004
D4/S1	Stikes Insan Unggul Surabaya	Kebidanan	2006
S2	Universitas Sebelas Maret	Pendidikan Profesi Kesehatan	2010

C. Pelatihan atau workshop yang diikuti dalam 3 tahun terakhir

Jenis Kegiatan	Tempat	Waktu	Sebagai	
			Penyaji	Peserta
Workshop Early Warning Score & Code Blue System “Aktivasi Sistem Emergency & Penatalaksanaan Code Blue di Rumah Sakit Sesuai Standar Akreditasi SNARS Edisi I”	Surabaya	23 Februari 2019		√
Pelatihan Basic Clinical Hypnosis & Hypno-Birthing	Hotel Haris Surabaya	22-24 Maret 2019		√
Seminar “Bidan Melindungi Hak Kesehatan Reproduksi Melalui Pemberdayaan Perempuan dan Optimalisasi Pelayanan Kebidanan (Midwives : Defenders of Women’s Rights)	Surabaya	25 Agustus 2019		√
Seminar Nasional” Strategi Komunikasi Interpersonal Dalam Peningkatan Asuhan Kebidanan di Era Industri 4.0”	Hotel Garden Palace Surabaya	19 Oktober 2019		√
Rapat Kerja Nasional Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Muhammadiyah ‘Asiyiyah (AIPKEMA) dengan Tema “Isu Bidan Sebagai Profesi”	Hotel Golden Palace Mataram	3-5 Maret 2020		√
Seminar Online Pengabdian Masyarakat “Pemberdayaan Masyarakat di Perguruan Tinggi di Era Covid-19”	Daring	5 Mei 2020		√
Webinar “Peran Bidan dalam Mendorong Penggunaan ASI di Masa Pandemi Covid-19”	Daring	15 Mei 2020		√
Webinar Series HOGSI Malang dengan Topik “Pelayanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	HOGSI Malang	02-16 Mei 2020		√
Rangkaian Webinar Series “Ketahanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	Daring	05-19 Juni 2020		√
Webinar Kebidanan Dengan Tema” Be a Successful Midwifepreneur in the New Normal Era”	UMSurabaya	04 Oktober 2020	√	
Webinar Nasional “Tantangan Bidan dalam Pelayanan Kebidanan di Masa Pandemi Covid-19 ditinjau dari Segi Hukum Kesehatan di Indonesia”	Daring	20 Februari 2021		√
Workshop Online Klinik Akreditasi LAM-PTKes 2021	LAM-PTKes	15-16 Maret 2021		√
Workshop Online Klinik Aakreditasi LAM-PTKes 2021	Daring	23 Maret 2021		√
Rapat Kerja Nasional AIPKEMA “Mempertahankan Kualitas Pendidikan Bidan di Masa Pandemi Covid-19”	Daring	6 – 7 April 2021		√

Webinar “Komitmen Bersama Mencegah Kematian Maternal”	Daring	17 April 2021		√
Tadarus Ramadhan “Towards Academic Excellence” Seri I	Daring	23 April 2021		√
Webinar “Dinamika Etika Profesi di Era Digital”	Daring	24 April 2021		√
Webinar nasional “Strategi Perguruan Tinggi Menghadapi Kuliah Tatap Muka Terbatas”	Daring	27 April 2021		√
Webinar “Stunting, Pola Pengasuhan Bidan, Nutrisi & Stimulasi pada Saat Pandemi”	Daring	10 Juli 2021		√
Webinar “Peran Organisasi IBI dalam Optimalisasi Pelayanan KIA”	Daring	11 Juli 2021		√
Bimtek Penguatan SPMI dan SPME dalam rangka Akreditasi Prodi IAPS 4.0	Daring	13 – 15 Juli 2021		√

D. Pengalaman Penelitian Dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2016	Efektifitas pijat bayi teknik kunci dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi usia 6-12 bulan di Puskesmas Kenjeran Surabaya	Mandiri	-
2.	2017	Efektifitas Pijat Perineum Dalam Mencegah Terjadinya Laserasi Perineum dan Epsiotomi Pada Persalinan Normal di PMB Sri Wahyuni Surabaya	Mandiri	-
3.	2017	Hubungan Antara Lama Menyusu dan Status Imunisasi dengan Kejadian Sakit dalam Satu Tahun Terakhir Pada Anak Usia 0-59 Bulan	Mandiri	-
4.	2018-2019	Pengaruh pelaksanaan massase ibu nifas terhadap kecemasan pada ibu nifas di RS Haji	Hibah Internal Universitas	Rp. 5.900.000
5.	2019-2020	Praktik pemberian ASI Eksklusif Pekerja Wanita di UMSurabaya	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.800.000
6.	2020-2021	Gambaran pelaksanaan pijat oksitosin pada ibu menyusui	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.000.000
7.	2021-2022	Hypnotherapy untuk mengurangi nyeri kala I	Hibah Internal Universitas	Rp. 6.700.000

8.	2021	Volunteer Program skrining dan Percepatan Vaksinasi Covid-19 pada Ibu Hamil di Surabaya	Mandiri	-
----	------	---	---------	---

E. Pengalaman Pengabdian dalam 3 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2019	Pemberdayaan keluarga dengan massage untuk mengatasi masalah psikologi pada ibu nifas di PMB Atmi Marmiati, S.Keb., Bd Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
2.	2019-2020	Pendampingan pemberian Asi eksklusif pada ibu bekerja di PMB Siti Nurul Aini, Amd. Keb Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
3.	2020-2021	Pelatihan pijat oksitosin pada kader untuk mencegah mastitis Posyandu Flamboyan PKM Jagir Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 11.000.000
4.	2021-2022	Pendampingan pada ibu bersalin dengan Hypnoterapy untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1 di RS PKU Muhammadiyah Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000

F. Publikasi Ilmiah dan HaKI dalam 3 tahun terakhir

No.	Nama Dosen/Mahasiswa/ Program Studi	Karya	
		HKI, Teknologi tepat guna, dan Model/desain/rekayasa	Karya yang Mendapat Pengakuan/Penghargaan dari Lembaga Nasional/Internasional
1	Umi Ma'rifah, Fulatul Anifah, Nova Elok. M, Irma Maya .P/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No. HKI : 000353119	Program Komputer : Aplikasi V-MIL (Vaksinasi pada Ibu Hamil)
2	Umi Ma'rifah, Rachmawati Ika, Asta Adyani, Nova Elok M, Awwalul Wiladatil Q/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-24-6	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
3.	Umi Ma'rifah/ Nadia Zain, Nasab Aviva/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000266306	Video Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan Tentang Teknik Komunikasi Efektif Pada Ibu Dengan Mastitis

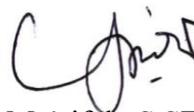
4.	Umi Ma'rifah/ Siti Aisyah, Syilvia Nabilla Isonin/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000266305	Video Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan Tentang Psikologis Ibu Nifas, Dan Laktasi.
5.	Umi Ma'rifah/ Syuhrotut Taufiqoh/ Awwalul Wiladatil Q./ Qur'ana Aprilia Djunaidi/ Putri Setia Wulandari/ Siti Aisyah / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000358378	Video Edukasi: YukCegah Stunting dengan Perbaikan PPS (Pola Gizi, Pola Asuh, dan Sanitasi)
6.	Umi Ma'rifah/ Syuhrotut Taufiqoh/ Awwalul Wiladatil Q./ Qur'ana Aprilia Djunaidi/ Putri Setia Wulandari/ Siti Aisyah / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000364051	Booklet Stunting : Cegah Stunting dengan Perbaikan PPS (Pola Gizi, Pola Asuh, dan Sanitasi)
7.	Umi Ma'rifah/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Universitas Muhammadiyah Surabaya: Publishing ISBN: 978-623-6498-56-9	Buku Catatan Pengabdian
8.	Umi Ma'rifah, Rachmawati Ika, Asta Adyani, Nova Elok M, Awwalul Wiladatil Q/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-24-6	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan BBL
9.	Umi Ma'rifah, A'im Matun N, Syuhrotut Taufiqoh, Irma Maya P/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-20-8	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikoanya.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan usulan dosen pemula.

Surabaya, 20 Januari 2021

Dosen,



Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes

DAFTAR HADIR

Kegiatan : Pendampingan pada ibu bersalin dengan hypnotherapy untuk mengurangi nyeri persalinan kala I di RS PKU Muhammadiyah Surabaya

Hari / Tanggal : /

Tempat : RS PKU Muhammadiyah Surabaya

NO	NAMA	ALAMAT	TTD
1	Anindita	Wonosari Baru	<i>Anindita</i>
2	NURAENI	SIDOTOPO WETAN	<i>Nuraeni</i>
3.	PAIKAT	BULAK RUKEM 4	<i>Paikat</i>
4.	Vania Hasna	Nyampungan 10	<i>Vania</i>
5.	Atika Amara	Bulak Banteng lor 8	<i>Atika</i>
6.	Fajrina	Nyampungan 2	<i>Fajrina</i>
7	Hailina	Wonosari lor	<i>Hailina</i>
8.	Kanta Alyah	Bulak Sari gang 7	<i>Kanta</i>
9.	Amira Pautha	Nyampungan 1.	<i>Amira</i>
10	Eluna Yulia	Wonosari	<i>Eluna</i>
11.	TALITA HASNAH	SAWAH PULO	<i>Talita</i>
12.	Febriyanti	Sawah pulo	<i>Febriyanti</i>
13	Hafila	Wonosari	<i>Hafila</i>
14	Derina Indah	Bulak Banteng	<i>Derina</i>
15.	Ismi	—	<i>Ismi</i>

Surabaya,20
 Penanggung Jawab
 Bidan,



(Ulufu Tadzqiroh, S.Keb., Bd)

DAFTAR HADIR

Kegiatan : Pendampingan pada ibu bersalin dengan hypnotherapy untuk mengurangi nyeri persalinan kala I di RS PKU Muhammadiyah Surabaya

Hari / Tanggal : /

Tempat : RS PKU Muhammadiyah Surabaya

NO	NAMA	ALAMAT	TTD
1.	JULIANITI	NYAMPLUNGAN	Kun.
2.	Anisa Dwi Rahmawati	Bulak banteng lor	Amu.
3.	Nala Khoironnisa	Pambak Wedi	Naula.
4	WIKIK YUNIARSI	Sawah Pulo?	Ummu
5	Aminatus Suladja	— n —	Amulung.
6	Sinta Sari	Wonosari	Shafiq
7	Diah Kusumawati	Bulak Banteng M.	Dr
8	Laila Mayli	Bulak Dukem 2	Huda
9	MARWATI	SAWAH PULO	Martini
10.	Fitri	Nyemplungan	Fitri.
11	Hirana Dewi	— n —	Fitri.
12	Linda	— n —	Kun.
13.	Ha Kurniawati	Sawah pulo	fan.
14	Yuniar	Bulak banteng	Zunara.
15	Falza Windar	Sawah pulo	Bahar.
16.	Devi Nilasari	— n —	Devi

Surabaya,20

Penanggung Jawab

Bidan,



(Ulufu Tadzqiroh, S.Keb., Bd)