

**LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“PELAKSANAAN MASSAGE EFFLURAGE DAN DO’A UNTUK
MENGURANGI NYERI PERSALINAN DI PMB SRI WAHYUNI, S.ST
SURABAYA”**

TIM PENGUSUL

Annisa’ W. R, S.Keb., Bd., M.Keb	0715029202
Awwalul Wiladatil Q, S.Tr.Keb., M.Keb	0714059302
Sri Wahyuni, S.ST	-
Laila Nur Safitri	20191664001
Gusti Rahmah Illahi	20191664002
Sharfina Salsabila Mazaya Aqilah	20191664007
Sylvia Nabilla Isonin	20191664011

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2021

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

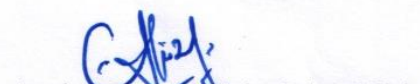
1. Judul Pengabdian : Pelaksanaan Massage efflurage dan do'a untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 10.000.000,00
4. Ketua Pengabdian
 - a. Nama : Annisa' W. R, S.Keb., Bd., M.Keb
 - b. NIDN : 0715029202
 - c. Jabatan Fungsional : -
 - d. Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan
 - e. Nomor HP : 085724372252
 - f. Alamat Email : anisa.15wigati@gmail.com
5. Anggota Pengabdian 1
 - a. Nama Lengkap : Awwalul Wiladatil Qodliyah, S.Tr.Keb., M.Keb
 - b. NIDN : 0714059302
 - c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
6. Anggota Pengabdian 2
 - a. Nama Lengkap : Sri Wahyuni, S.ST
 - b. Instansi : PMB
7. Anggota Pengabdian 3
 - a. Nama Lengkap : Laila Nur Safitri
 - b. NIM : 20191664001
8. Anggota Pengabdian 4
 - a. Nama Lengkap : Gusti Rahma Illahi
 - b. NIM : 20191664002
9. Anggota Pengabdian 5
 - a. Nama Mahasiswa : Sharfina Salsabila Mazayaa Aqilah
 - b. NIM : 20191664007
10. Anggota Pengabdian 6
 - a. Nama Mahasiswa : Syilvia Nabilla Isonin
 - b. NIM : 20191664011

Surabaya, 31 Mei 2021

Mengetahui,
Dekan


Dr. Nur Mukarromah, S.KM., M.Kes
NIDN. 0713067202

Ketua


Annisa W. R, S.Keb., Bd., M.Keb
NIDN. 0715029202

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
1.1 Latar Belakang	5
1.2 Tujuan	6
1.3 Manfaat	6
1.4 Sasaran Kegiatan	6
1.5 Waktu dan Tempat Pelaksanaan	6
1.6 Solusi yang Ditawarkan.....	6
BAB 2. TARGET DAN LUARAN	8
BAB 3. METODE PELAKSANAAN	8
3.1 Persiapan	8
3.2 Perencanaan kegiatan dan langkah-langkah kegiatan → Masuk Persiapan	8
3.3 Pelaksanaan	9
3.4 Evaluasi	9
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN	9
Gambaran Umum Responden.....	9
BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN.....	11
5.1 Kesimpulan.....	11
5.2 Saran.....	11
BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN	12
6.1 Biaya Kegiatan	12
6.2 Jadwal Kegiatan	14
DAFTAR PUSTAKA.....	15
Lampiran Biodata.....	16

Pelaksanaan Massage Efflurage dan Do'a untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya

RINGKASAN

Nyeri saat persalinan merupakan kondisi fisiologis yang secara umum dialami oleh hampir semua ibu bersalin. Nyeri yang terjadi pada ibu bersalin kala 1 fase aktif bisa saja sangat mengganggu kenyamanan ibu bersalin, hingga bisa mempengaruhi proses persalinan, kesehatan fisik dan mental ibu serta bayi. Maka dari itu, selain melakukan pengobatan secara farmakologis seperti mengonsumsi obat-obatan atau melakukan tindakan yang disarankan oleh tenaga kesehatan, pengobatan secara non farmakologis seperti pijat atau *massage efflurage* dan terapi do'a adalah salah satu ikhtiar yang dilakukan untuk meredakan rasa nyeri persalinan. Pengobatan medis bukanlah satu-satunya jalan untuk sembuh dari suatu penyakit, akan tetapi menyandarkan segala harapan dan kemampuan untuk sembuh dari suatu penderitaan penyakit kepada Allah yang maha segala-Nya adalah hal yang paling positif. Manusia hanya mampu berikhtiar termasuk dokter atau tenaga kesehatan lain yang mengobati, tetapi yang dapat menyembuhkan hanyalah Allah melalui doa yang dipanjatkan manusia (Syamsidar, 2020).

Kata Kunci: *Massage Efflurage*, Nyeri Persalinan, Do'a

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri yang dirasakan saat persalinan adalah proses ilmiah yang akan dirasakan oleh ibu hamil saat sedang melahirkan. Nyeri yang terjadipun adalah kondisi fisiologis yang akan dialami hampir semua ibu bersalin. Nyeri ini terjadi dikarenakan ada perubahan fungsi beberapa organ tubuh untuk membantu dan melancarkan proses persalinan pada ibu hamil. Nyeri yang dirasakan pada ibu bersalin dimulai dari perut bagian bawah, dan menyebar ke punggung bawah lalu menurun ke paha (Bobak, Lowdermilk, Jensen, & Perry, 2005). Studi pada wanita dalam persalinan kala I dengan memakai *McGill Pain Questionnaire* untuk menilai nyeri didapatkan bahwa 60% primipara menggambarkan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat (*intolerable, unberable, extremely severe*), 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan.

Nyeri persalinan kala fase 1 aktif ini disebabkan oleh kontraksi rahim atau uterus yang cukup kuat. Dalam hal ini, kontraksi rahim terjadi 3-5 kali dalam 10 menit, dengan durasi kontraksi 30-60 detik. Kontraksi rahim ini menyebabkan otot-otot dinding rahim mengkerut, menekan pembuluh darah, merenggangkan vagina dan jaringan lunak disekitarnya yang akan menimbulkan nyeri. Keadaan psikologis ibu seperti cemas, takut, khawatir, dan tegang, serta peningkatan hormon prostaglandin sebagai respon terhadap stress. Intensitas nyeri pada kala 1 fase aktif ini disebabkan oleh kekuatan kontraksi dan tekanan yang terjadi. Semakin kuat ketegangan atau tekanan di perut, maka nyerinya semakin intens. Semua ini dapat berdampak buruk pada kelancaran persalinan atau kelahiran dan menyebabkan persalinan lama jika ibu tidak dapat mentolerir atau menahan rasa nyeri yang terjadi. Hal ini dapat membuat bayi stres dan memengaruhi kondisi bayi yang dilahirkan.

Nyeri yang terjadi pada ibu bersalin kala 1 fase aktif ini bisa diatasi dengan pendekatan secara farmakologis dan non farmakologis. Farmakologis bisa menggunakan obat-obatan yang sudah diresepkan, sedangkan pengobatan non farmakologis yang masih belum banyak dikenal oleh masyarakat luas yakni seperti *massage efflurage* dan terapi *do'a* (Fadlilah & Ulaa, 2013).

Massage efflurage adalah pijat *effleurage* artinya menekan dengan lembut memijat dengan tangan untuk melancarkan peredaran darah. Teknik *massage efflurage* dapat mengurangi ketegangan, meningkatkan relaksasi fisik dan emosional dengan

mengurangi kecemasan (Rahayu, 2020). Terapi do'a akan memberikan keseimbangan agar tubuh tetap sehat, menumbuhkan ketenangan, rasa sabar, serta memberi semangat dalam diri. Dalam surah Ar-Ra'd ayat 28 dijelaskan "Ingatlah, dengan mengingat Allah hati akan menjadi tenteram." Imam Ibnu Qoyyim berpendapat, "Dzikrullah ialah al-Qur'an yang telah Allah turunkan kepada Rasul-Nya, dengannya akan tenang hati orang yang beriman, karena hati tidak akan tenang kecuali dengan iman dan yakin. Dan tidak ada jalan untuk memperoleh keimanan dan keyakinan kecuali dengan al-Qur'an". (Cikli, 2010)

1.2 Tujuan

Melaksanakan massage efflurage dan do'a untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya.

1.3 Manfaat

1. Mengurangi rasa nyeri saat persalinan
2. Mengenalkan terapi komplementer massage efflurage dan do'a

1.4 Sasaran Kegiatan

Ibu Hamil trimester III di Lingkungan PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya

1.5 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan Juli 2020 sampai Agustus 2020.

1.6 Solusi yang Ditawarkan

Pelaksanaan massage efflurage dan do'a untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya Berdasarkan pada permasalahan tersebut adanya pelaksanaan massage efflurage dan terapi do'a yang akan dilakukan oleh mahasiswa kebidanan dan didampingi oleh bidan, dapat membantu untuk mengurangi bahkan menghilangkan rasa nyeri pada persalinan. Pelaksanaan kegiatan ini juga menjadi wadah untuk berbagi pengetahuan dan keterampilan kepada keluarga atau pendamping klien mengenai massage efflurage dan terapi do'a saat persalinan.

Massage atau pijat adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, tendon atau *ligamentum* tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi, dan atau memperbaiki sirkulasi. *Effleurage* berasal dari bahasa Prancis yang berarti "Skimming the surface" yang artinya "mengambil buih di permukaan". *Massage effleurage* yang merupakan salah satu metode non farmakologi dikemukakan oleh Melzak dan Wall. Teknik pijat *effleurage* artinya

menekan dengan lembut memijat dengan tangan untuk melancarkan peredaran darah. Teknik memijat dan tenang berirama, bertekanan lembut ke arah distal atau ke arah bawah, suatu rangsangan pada kulit abdomen dengan menggunakan usapan menggunakan ujung-ujung jari telapak tangan dengan arah gerakan membentuk pola gerakan seperti kupu-kupu abdomen sering dengan pernapasan abdomen. (Rahayu, 2020)

Do'a adalah harapan dan permohonan kepada Allah swt. Selama seorang klien masih memuja dan mau berdoa (atas sakitnya) berarti memiliki harapan kuat untuk hidup lebih lama (dengan kesehatan). Dalam pujian atau Doa dapat menumbuhkan auto-sugesti yang dapat membangkitkan rasa percaya diri dan optimisme yang keduanya merupakan hal yang mendasar bagi penyembuhan suatu penyakit. (Farida, 2009).

Do'a juga sebagai adab (kesopanan) karena dalam keadaan bagaimanapun kita akan selalu membutuhkan segala-galanya dari Allah SWT, harus dilakukan seorang hamba pada penciptanya. Hal ini disebabkan karena dalam keadaan bagaimanapun kita akan selalu membutuhkan segala-galanya dari Allah SWT (Syamsidar, 2020).

Dalam doa terkandung juga unsur dzikir dan dzikir ini memiliki pengaruh terapi terhadap jiwa secara umum dzikrullah adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya dalam bentuk yang meliputi hampir semua bentuk ibadah, perbuatan baik, berdoa, membaca Al-Quran, mematuhi orang tua, menolong teman dalam kesusahan dan menghindarkan diri dari kejahatan serta perbuatan zalim. dalam arti khusus, dzikrullah adalah menyebut nama Allah sebanyakbanyaknya dengan memenuhi tata tertib, metode, rukun dan syarat sesuai yang diperintahkan Allah dan Rasul-Nya

Cara kerja *massage efflurage* yaitu otak merespon melalui *korteks serebri* lalu dihantarkan ke *hipotalamus*, *hipotalamus* melepaskan *Corticotrophin Releasing Factor* (CRF) lalu merangsang kelenjar *pituitary* untuk memberitahu *medulla adrenal* dalam meningkatkan produksi *proopiomelanocortin* (POMC) sehingga *enkhepalin* meningkat. Kelenjar *pituitary* menghasilkan *hormone endorphen* sebagai *neurotransmitter* yang dapat mempengaruhi suasana hati menjadi rileks. Peningkatan *endorphen* dan *enkhepalin* menyebabkan tubuh menjadi rileks dan rasa nyeri dapat berkurang (Guyton, 2009)

Cara kerja terapi do'a dalam diri manusia baik secara psikologis maupun fisiologis saling terkait erat satu sama lain. Bila hati sedang sakit maka perilaku manusia akan menyimpang (abnormal) atau mental menjadi tidak sehat karena hati merupakan pangkal

dari segala perbuatan. Do'a akan membantu melepaskan hormon endorfin yang ada dalam tubuh sehingga dapat menghambat transmisi nyeri persalinan kala I fase aktif. Doa ataupun dzikir juga dapat melebarkan kembali diameter dinding pembuluh darah yang mengecil akibat nyeri, sehingga oksigen dan glukosa dalam aliran darah menjadi lancar (Fadlilah & Ulaa, 2013).

BAB 2. TARGET DAN LUARAN

Program Pengabdian Masyarakat berbasis **Ipteks bagi Masyarakat (IbM)** ini sasarannya adalah ibu hamil trimester III di PMB Sriwahyuni S.ST Surabaya Kegiatan IbM ini menyediakan beberapa penatalaksanaan untuk menambah wawasan tentang Massage Efflurage dan mengajarkan tahapan-tahapan untuk melakukan Massage yang disertai doa kepada para ibu hamil trimester III untuk persiapan persalinan

Adapun perubahan target dan luaran pasca IbM yang adalah sebagai berikut :

No	Target	Luaran
1.	Edukasi Massage Efflurage	Meningkatkan wawasan ibu hamil trimester III untuk menerapkan massage efflurage dan do'a untuk mengurangi rasa nyeri persalinan.
2.	Publikasi	Jurnal Nasional

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

3.1 Persiapan

Pendekatan yang dilakukan metode partisipatif dengan melakukan pendekatan terhadap tokoh masyarakat setempat untuk mendapat perizinan dan dukungan dalam mengerakkan wanita yang sedang dalam hamil trimester III.

3.2 Perencanaan kegiatan dan langkah-langkah kegiatan → Masuk Persiapan

- 1) Melakukan pendekatan dan minta izin kepada Pemilik PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya
- 2) Melakukan pendekatan kepada masyarakat terutama pada ibu yang sedang hamil trimester III.
- 3) Menyiapkan tempat untuk melakukan penyuluhan tersebut agar ibu hamil lebih nyaman.

- 4) Pemberian penyuluhan mengenai massage efflurage dan doa.

3.3 Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan 2 kali pertemuan pada tanggal 25 Juli 2020 dan 1 Agustus 2020 dengan cara kerjasama dengan masyarakat dalam melakukan massage efflurage dalam kegiatan sebagai berikut:

1. Mendata berapa banyak ibu hamil dalam suatu masyarakat tersebut.
2. Mengumpulkan para ibu di tempat yang sudah kami sediakan.
3. Memberikan penyuluhan terkait massage efflurage dan doa
4. Mengetahui bagaimana keluhan yang dialami dengan cara mengisi kuisioner.
5. Dilakukan sesi tanya jawab mengenai materi yang di berikan

3.4 Evaluasi

Selama kegiatan penyuluhan tidak terjadi kendala, ibu – ibu juga antusias untuk mendengarkan penyuluhan mengenai massage efflurage dan doa.

BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil yang dicapai dari pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat “Pelaksanaan Massage Effleurage dan Do’a” adalah sebagai berikut :

Gambaran Umum Responden

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan tentang program upaya penurunan nyeri inpartu kala I fase aktif di PMB Sriwahyuni S.ST Surabaya. Semua ibu hamil Trimester III di PMB Sriwahyuni S.ST merupakan peserta dalam pengabdian masyarakat. Berikut merupakan gambaran umum para peserta

Tabel 1. Distribusi peserta berdasarkan Pendidikan

No.	Pendidikan	Jumlah	Presentase
1	Menengah		
2	Tinggi		
Total			

Berdasarkan Tabel 1 diatas, diperoleh informasi bahwa peserta sebagian besar berpendidikan menengah sebesar 78,12% dan yang berpendidikan tinggi 21,88%. Pengetahuan merupakan hasil tahu serta ini terjadi setelah orang melakukan pendinderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta diberikan penyuluhan dan pelaksanaan massage effleurage dan do’a sebagai upaya penurunan nyeri inpartu kala I fase aktif. Harapan dari penyuluhan ini yaitu para peserta

(yaitu ibu hamil trimester III) dapat meningkatkan pengetahuan serta pemahaman mengenai nyeri inpartu kala I fase aktif sehingga dapat meningkatkan peran sertanya terhadap upaya penurunan nyeri inpartu kala I fase aktif. Penilaian pengetahuan dari para peserta dilakukan dengan metode pre test dan post test.

Hasil dari pretest dan post test pengetahuan tentang Pelaksanaan Massage Effleurage dan Do'a sebagai upaya penurunan nyeri inpartu kala I fase aktif sebagai berikut:

Tabel 2. Pre Test dan Post Test Pelaksanaan Massage Effleurage dan Do'a

Pre Test				Post Test			
Tahu		Tidak Tahu		Tahu		Tidak Tahu	
N	%	N	%	N	%	N	%
3	30	7	70	9	90	1	10

Pres test dan post test dilakukan pada 25 Juli 2020. Berdasarkan tabel 2, diatas dapat dinyatakan bahwa hasil pre test peserta yang mengetahui penurunan nyeri inpartu kala I fase aktif sebesar 3 orang (30,0%), sedangkan berdasarkan hasil post test peserta yang mengetahui penurunan nyeri kala I inpartu fase aktif sebesar 9 orang (90,0%). Dilihat dari hasil pre test sebagian besar ibu hamil belum mengetahui tentang penurunan nyeri inpartu kala I fase aktif. Namun setelah dilakukannya penyuluhan hasil post test, hampir seluruh ibu hamil sudah mengerti tentang penurunan nyeri kala I inpartu fase aktif. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu hamil sebab nilai post test lebih tinggi daripada nilai pre test.

Selanjutnya pada tanggal 1 Agustus, dilakukan kegiatan Praktik massage effleurage dan do'a dengan diikuti oleh para ibu hamil trimester III dan pendamping, dengan fasilitator dari panitia dan pameri. Kegiatan ini dilakukan di PMB Sriwahyuni S.ST Surabaya dengan jumlah peserta 10 orang dengan menerapkan protokol kesehatan. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan seluruh peserta antusias selama acara berlangsung. Diharapkan dengan menerapkan effleurage massage dan do'a saat proses persalinannya ini, ibu dan pendamping persalinan lebih siap dalam menghadapi persalinan, dan dapat mengurangi intensitas nyeri selama persalinan.

Rencana tahapan berikutnya untuk membantu ibu agar dapat memanjajemen rasa nyeri bersalin yang dirasakannya pada saat bersalin adalah dengan memberikan pelatihan bagi ibu hamil dan pendamping pada PMB lainnya. Selain itu, upaya lain yang dapat

dilakukan adalah dengan memberikan pelatihan bagi bidan agar dapat melaksanakan effleurage massage pada ibu bersalin di klinik.

BAB 5. SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kegiatan PKM pelaksanaan *massage efflurage* dan do'a untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1 fase aktif di PMB Sri Wahyuni, S. ST Surabaya dapat dilakukan dengan baik dan dengan hasil sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaan PKM ini dapat membantu klien dalam mengurangi nyeri persalinan.
- 2) Dapat menambah wawasan mahasiswi kebidanan, klien, suami, ataupun keluarga klien dalam melakukan teknik *massage efflurage* dan do'a.

5.2 Saran

Diharapkan setelah kegiatan ini mahasiswi kebidanan dapat mengimplementasikan dan paham mengenai *massage efflurage* dan do'a, serta untuk para klien dan keluarganya diharapkan dapat selalu menerapkan *massage efflurage* dan terapi do'a dengan benar saat terjadi nyeri persalinan.

“PELAKSANAAN MASSAGE EFFLURAGE DAN DO’A UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN DI PMB SRI WAHYUNI, S.ST SURABAYA”

BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

6.1 Biaya Kegiatan

Ringkasan anggaran biaya untuk pelaksanaan kegiatan ini seperti tabel 1 berikut.

No	Item	Satuan	Harga	Jumlah
A. Bahan Habis Pakai dan Peralatan				
1	Kertas A4 80 gram	1 Rim	Rp 70.000,00	Rp 70.000,00
2	Tinta Hitam (Epson)	1 Pcs	Rp 80.000,00	Rp 80.000,00
3	Cetak Banner	1 Pcs	Rp 90.000,00	Rp 90.000,00
4	Cetak Leaflet	25 Pcs	Rp 3.000,00	Rp 75.000,00
5	Alat Tulis	1 Pack	Rp 35.000,00	Rp 35.000,00
				Rp
Sub Total A				Rp 350.000,00
B. Perjalanan				
1	Bidan PMB	1 Orang 2 kali	Rp 150.000,00	Rp 300.000,00
2	Kader	4 Orang 2 kali	Rp 100.000,00	Rp 800.000,00
3	Ketua	1 Orang 5 kali	Rp 150.000,00	Rp 750.000,00
4	Anggota	2 Orang 5 kali	Rp 75.000,00	Rp 750.000,00
5	Pembantu Teknis/Lapangan	30 Orang 3 kali	Rp 20.000,00	Rp 1.800.000,00
				Rp -
Sub Total B				Rp 4.400.000,00
C. Cinderamata				
1	Bidan PMB	1 Orang 1 kali	Rp 150.000,00	Rp 150.000,00
2	Puskesmas	1 Pc 1 kali	Rp 300.000,00	Rp 300.000,00
3	Kader	3 Orang 1 kali	Rp 100.000,00	Rp 300.000,00
4	Peserta	25 Orang 1 kali	Rp 35.000,00	Rp 875.000,00
Sub Total C				Rp 1.625.000,00
D. Honorarium				
1	Ketua	1 Orang 3 kali	Rp 75.000,00	Rp 225.000,00
2	Anggota	2 Orang 3 kali	Rp 50.000,00	Rp 300.000,00

3	Pembantu Teknis/Lapangan	10	Orang	3	kali	Rp 35.000,00	Rp	1.050.000,00
Sub Total D							Rp	1.575.000,00
E. Konsumsi								
1	Kue & Air Mineral	50	Orang	1	kali	Rp 20.000,00	Rp	1.000.000,00
2	Konsumsi rapat	10	Orang	3	kali	Rp 35.000,00	Rp	1.050.000,00
3	Buah	25	Orang	1	Kali	Rp 15.000,00	Rp	375.000,00
Sub Total E							Rp	2.425.000,00
F. Lain-lain								
1	Minyak Zaitun	25	orang	25	kali	Rp 30.000,00	Rp	750.000,00
2	handuk kecil	25	orang	25	kali	Rp 15.000,00	Rp	375.000,00
							Rp	-
Sub Total F							Rp	1.125.000,00
Jumlah Total A, B, C, D, E dan F							Rp	10.000.000,00

6.2 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												

DAFTAR PUSTAKA

- Ariguna, P. (2016). Prevalensi Dan Faktor Risiko Depresi postpartum di kota Denpasar menggunakan Edinburgh postnatal depression scale. *fakultas kedokteran : Universitas Udaya*.
- Bobak, I., Lowdermilk, D., Jensen, M., & Perry, S. (2005). *Buku ajar keperawatan maternitas. Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Cikli. (2010). *Makna dzikir dalam Al-Quran*. Retrieved from <http://www.Al-qur'anindonesia.com/web/qur'an/listings/details/13/20>
- Fadlilah, M., & Ulaa, M. (2013). PENGARUH TERAPI DZIKIR TERHADAP NYERI PERSALINAN KALA I DI KLINIK BERSALIN BUDI INDAH PALEMBANG. *DIII Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang Volume1, Edisi 1*, 12-21.
- Farida. (2009). *Bimbingan Rohani Pasien*. Kudus: Stain Kudus.
- Guyton. (2009). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 9*. Jakarta: EGC.
- Rahayu, S. (2020). TEKNIK MASSAGE EFFLURAGE DAPAT MENGURANGI NYERI KALA I PADA IBU BERSALIN DI PUSKESMAS HALMAHERA KOTA SEMARANG. *Jurnal Kesehatan 13 (1)* , 78-84.
- Syamsidar. (2020). DOA SEBAGAI METODE PENGOBATAN PSIKOTERAPI ISLAM. *Jurnal IAIN Bone*, 1-22.

BIODATA KETUA**A. Identitas Diri**

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Annisa' Wigati Rozifa, S.Keb.,Bd., M.Keb
2	Jabatan Fungsional	-
3	Jabatan Struktural	Dosen
4	NIK	-
5	NIDN	0715029202
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bondowoso, 15 Februari 1992
7	Alamat Rumah	GriyaTambakRejoAsriblok B no 9, Jombang – JawaTimur
8	Nomor Telepon/Faks/HP	085724372252
9	Alamat Kantor	Jl. Sutorejo no 59
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Alamat e-mail	annisa.wigati.rozifa@um-surabaya.ac.id
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Evidence Based dalam Praktik Kebidanan 2. Asuhan Kebidanan pada Pra nikah dan Pra konsepsi 3. Asuhan kebidanan Persalinan dan BBL

B. Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Perguruan Tinggi	Bidang Ilmu	Tahun Lulus
D3	-		
D4/S1	Universitas Brawijaya Malang	Kebidanan	2014
S2	Universitas Brawijaya Malang	Kebidanan	2019

C. Pelatihan atau workshop yang diikuti dalam 3 tahun terakhir

Jenis Kegiatan	Tempat	Waktu	Sebagai	
			Penyaji	Peserta
Webinar dalam memperingati The International Day of the Midwife	Daring	5 Mei 2020		√
Continuity of Midwifery Care (CoMC) sebagai Upaya Optimalisasi Kesejahteraan Ibu dan Bayi pada Masa Pandemi Covid -19	Poltekkes Kemenkes Jakarta III	19 Mei 2020		√
Etika Penelitian pada Pandemi Covid – 19	ICTEC FKUI RSCM dan Komite Etik Penelitian Kesehatan FKUI RSCM	3 Juni 2020		√
WEBINAR ILMIAH KEBIDANAN I: Peran Bidan dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga pada Masa Pandemi Covid – 19 melalui Pemberdayaan Perempuan	Prodi Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang	5 Juni 2020		√
Ketahanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid – 10	Hogsi Malang	05-19 Juni 2020		√
Pelayanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi COVID – 19	HOGSI Malang	05-19 Juni 2020		√
Modifikasi Pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar pada Era New Normal dalam Upaya Pencapaian Kompetensi Lulusan Poltekkes Kemenkes	Poltekkes Kemenkes Denpasar	9 Juni 2020		√
FIGO's Post Partum IUD Initiative – Three country perspectives on training and partnerships for quality PPF services	Ados May	10 Juni 2020		√
The International Webinar: Reconstruction and Adaptation of Learning for Midwifery Students in The New Normal	Poltekkes Kemenkes Denpasar	11 Juni 2020		√
Online Workshop Series 1: How To Do a Systematic Review	FKM Universitas Jember	12 Juni 2020		√

D. Pengalaman Penelitian Dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2019-2020	Effect chitosan on the reproductive system of female rats (<i>rattus Norvegicus</i>) Exposed t acetate	Hibah internal Universitas	Rp. 15.500.000
2.	2021-2022	Penerapan terapi komplementer (masase Efflurage untuk mengurangi nyeri persalinan)	Hibah internal Universitas	Rp. 6.900.000
3.	2021-2022	Efektifitas senam dismenorrhoea dan yoga untuk mengurangi nyeri saat menstruasi di PKM Jagir	Hibah internal Universitas	Rp. 8.300.000
4.	2021	Sistematik Review Penerapan Terapi Komplementer (Massage Effleurage) Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan	Mandiri	-
5	2021-2022	Hubungan terapi meditasi dengan kecemasan menghadapi persalinan di RSI Darus Syifa'	Hibah internal Universitas	Rp. 7.500.000

E. Pengalaman Pengabdian dalam 3 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1.	2020	Edukasi Gizi Prakonsepsi pada Remaja	Mandiri	-
2.	2020-2021	Edukasi manfaat antioksidan sebagai upaya perbaikan kesehatan reproduksi akibat paparan polusi lingkungan pada anggota 'Aisyiyah Daerah Jombang	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.500.000
3.	2020-2021	Pelaksanaan Massage efflurage dan do'a untuk mengurangi nyeri persalinan di PMB Sri Wahyuni, S.ST Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
4.	2021	Upaya Pencegahan dan Penanganan Stunting pada Balita di Tanah Kali Kedinding	Mandiri	-
5.	2021-2022	Pendampingan terapi komplementer (yoga) untuk mengatasi nyeri dismenore di SMA Muhammadiyah 7	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
6.	2021-2022	Pendampingan ibu bersalin dengan meditasi dan do'a di RSI Darus Syifa'	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000

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 resikonya.

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

Surabaya, 20 Oktober 2019

Dosen,



Annisa' Wigati Rozifa,
S.Keb.,Bd., M.Keb

