

**LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“PELATIHAN MASSASE EFFLURAGE UNTUK MENGURANGI NYERI
DISMINORRHOE DI SMA MUHAMMADIYAH 1 SURABAYA”**

TIM PENGUSUL

Irma Maya Puspita, S.Keb., Bd., M.Kes	0707088904
Fulatul Anifah, S.ST., M.Keb	0727128204
Adinda Candra Rachmania	20201664004
Silvi Ummrodatul Maulia	20201664005
Putri Andiyah Majahiyah	20201664015
Venna Nurul Ardita	20201664016

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2022

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

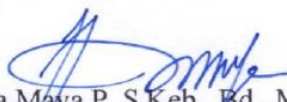
1. Judul Pengabdian : Pelatihan massase efflurage untuk mengurangi nyeri disminorrhoe di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 10.500.000,00
4. Ketua Pengabdian
 - a. Nama : Irma Maya Puspita, S.Keb., Bd., M.Kes
 - b. NIDN : 0707088904
 - c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
 - d. Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan
 - e. Nomor HP : 085336862676
 - f. Alamat Email : irmamayapuspita@fik.um-surabaya.ac.id
5. Anggota Pengabdian 1
 - a. Nama Lengkap : Fulatul Anifah, S.ST., M.Keb
 - b. NIDN : 0729118905
 - c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
6. Anggota Pengabdian 2
 - a. Nama Lengkap : Adinda Candra Rachmania
 - b. NIM : 20201664004
7. Anggota Pengabdian 3
 - a. Nama Lengkap : Silvi Ummrodatul Maulia
 - b. NIM : 20201664005
8. Anggota Pengabdian 4
 - a. Nama Mahasiswa : Putri Andiyah Majahiyah
 - b. NIM : 20201664015
9. Anggota Pengabdian 5
 - a. Nama Mahasiswa : Venna Nurul Ardita
 - b. NIM : 20201664016

Surabaya, 06 Juni 2022

Mengetahui
Dekan

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

Ketua


Irma Maya P. S.Keb., Bd., M.Kes
NIDN. 0707088904

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.....	8
BAB 3 METODE PELAKSANAAN	9
BAB 4 HASIL YANG DICAPAI.....	12
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	13
5.1 KESIMPULAN	13
5.2 SARAN.....	13
Daftar Pustaka.....	14
Lampiran 1. Biaya	15
Lampiran 2. Jadwal Kegiatan.....	16
Lampiran 3. Biodata Ketua.....	17
Lampiran 4. Leaflet	20
Lampiran 5. Daftar Hadir	21
Lampiran 6. Surat Tugas	24
Lampiran 7. Surat Perjanjian Penugasan.....	25

Pelatihan massase efflurage untuk mengurangi nyeri disminorrhoe di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya

RINGKASAN

Masa remaja merupakan salah satu periode perkembangan manusia atau masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Pada perempuan sudah mulai terjadinya menstruasi dan pada laki-laki sudah mulai menghasilkan sperma. Pada masa remaja ini tak jarang mengalami gangguan menstruasi seperti dismenorea.

Dismenorea atau nyeri haid merupakan suatu gejala yang paling sering dialami wanita-wanita muda. Namun, dismenorea atau nyeri haid bukan merupakan suatu penyakit, melainkan suatu gejala yang timbul akibat kontraksi disritmik myometrium yang menampilkan satu atau lebih gejala mulai dari nyeri ringan sampai berat. Nyeri haid pada remaja putri dapat memberikan dampak terganggunya konsentrasi belajar maupun terganggunya aktivitas sehari-hari sehingga dibutuhkan penanganan nyeri yang tepat.

Upaya penanganan untuk meringankan dismenore antara lain: pemberian terapi farmakologi seperti obat analgetik, terapi hormonal yaitu terapi dengan obat non steroid anti prostaglandin dan dilatasi kanalis servikalis. Pengaruh non farmakologis juga diperlukan untuk mengurangi nyeri haid, salah satunya dengan menggunakan teknik relaksasi yaitu massage effluarge

SMA Muhammadiyah 1 Surabaya merupakan lokasi mempertimbangkan dari banyaknya remaja yang mengalami disminore. Lokasi cukup luas dan memadai dilakukannya pengabdian. Kegiatan pelaksanaan Massage Effleurage ini diharapkan guna mengurangi rasa nyeri pada remaja yang mengalami nyeri disminore.

Target dan luaran dari pengabdian ini adalah terwujud persalinan yang aman dan nyaman sehingga dapat berlangsung dengan lancar dan serjalannya kemitraan. Selain itu luaran yang diharapkan adanya publikasi. Pendekatan penyelesaian masalah adalah dengan membangun kemitraan dengan pihak sekolah di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya. Untuk menjalankan kemitraan ini, dilakukan kepada remaja yang mengalami nyeri dismenore oleh tim terdiri dari dosen S1 Kebidanan UM Surabaya.

Kata Kunci : Massase, Remaja, Nyeri

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi pertama kali biasanya dialami oleh perempuan sekitar usia 10 tahun, namun bisa juga lebih dini atau lebih lambat. Menstruasi menandakan bahwa seorang perempuan sudah mampu untuk dapat menghasilkan keturunan dan tentunya hal ini sangat diharapkan oleh semua perempuan (Indrawati & Putriadi, 2019). Nyeri menstruasi terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi. Pada sebagian perempuan, nyeri menstruasi yang dirasakan dapat berupa nyeri samar, tetapi bagi sebagian yang lain dapat terasa kuat bahkan bisa membuat aktivitas terganggu. Rasa nyeri yang timbul ini biasanya dikenal dengan nama dismenore.

Menurut Berkley (2013) Sebanyak 90% dari remaja wanita di seluruh dunia mengalami masalah saat haid dan lebih dari 50% dari wanita haid mengalami dismenore primer dengan 10-20% dari mereka mengalami gejala yang cukup parah. Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenore primer dialami oleh 60-75% remaja, dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri ringan sampai berat dan seperempat lagi mengalami nyeri berat. Di Surabaya didapatkan sebesar 1,07-1,31% dari jumlah kunjungan ke bagian kebidanan adalah penderita dismenore.⁴ Dilaporkan 30-60% remaja wanita yang mengalami dismenore, sebanyak 7-15% tidak pergi ke sekolah atau bekerja. (Ningsih, 2012).

Bentuk dari dismenore yang seringkali dialami oleh remaja ialah ia merasakan kekakuan atau kejang dibagian bawah perut. Kondisi itu sangat tidak nyaman sehingga menyebabkan mudah marah, gampang tersinggung, mual, muntah, kenaikan berat badan, perut kembung, punggung terasa nyeri, sakit kepala, timbul jerawat, tegang, lesu, dan depresi. Gejala ini datang sehari sebelum haid dan berlangsung 2 hari sampai berakhirnya masa haid (Marlina & Eli, 2012).

Manfaat pijat dapat meningkatkan penghilang rasa sakit dan memberikan kontak fisik dengan wanita bersalin sehingga berpotensi memberikan perasaan relaksasi dan mengurangi stress emosional (Hansley, Collins dan Leezer, 2017). Selain itu, manfaat pijat Effleurage ini yaitu dapat meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan aliran balik vena dan limfatik, menghangatkan otot perut dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental sehingga memberikan distraksi yang menyenangkan

dan menenangkan untuk manajemen nyeri persalinan (Bolbol-Haghighi, Masoumi dan Kazemi, 2017). Serta dapat membantu melepaskan kejang otot, endorfin endogen dan rangsangan sensorik yang dapat mengesampingkan sinyal rasa sakit. Pijat ini menggunakan telapak tangan di daerah perut ibu bersalin dan dilakukan pemijatan sesuai dengan pernapasan selama kontraksi (Sri dkk, 2017). Oleh karena itu effleurage massage dapat menjadi solusi yang efektif dalam mengurangi nyeri persalinan terutama pada kala 1 fase aktif.

SMA Muhammadiyah 1 Surabaya. merupakan lokasi mempertimbangkan dari banyaknya remaja yang mengalami disminore. Lokasi cukup luas dan memadai dilakukannya pengabdian. Kegiatan pelaksanaan Massage Effleurage ini diharapkan guna mengurangi rasa nyeri pada remaja yang mengalami nyeri disminore.

1.2 Tujuan

Memberikan edukasi untuk membantu mengatasi nyeri dismenorrhoe dengan cara pelatihan massase efflurage di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.

1.3 Manfaat

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai sumber informasi tentang manfaat penerapan massage efflurage untuk membantu mengatasi nyeri dismenorrhoe pada remaja.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi remaja : Hasil penelitian ini dapat di gunakan untuk membantu klien dalam menghindari dismenorrhoe.
- b) Bagi bidan : Hasil penelitian ini dapat membantu bidan memberikan kemudahan dalam mengurangi rasa nyeri akibat dismenorrhoe.
- c) Bagi institusi : Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai acuan pada pertolongan dismenorrhoe.

1.4 Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah para remaja untuk mengikuti sosialisasi cara mengatasi dismenorrhoe dengan menerapkan massase efflurage di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.

1.5 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada bulan April sampai Mei 2022.

1.6 Solusi yang Ditawarkan

Manfaat pijat dapat meningkatkan penghilang rasa sakit dan memberikan kontak fisik dengan remaja sehingga berpotensi memberikan perasaan relaksasi dan mengurangi stress emosional (Hansley, Collins dan Leezer, 2017). Selain itu, manfaat pijat Effleurage ini yaitu dapat meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan aliran balik vena dan limfatik, menghangatkan otot perut dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental sehingga memberikan distraksi yang menyenangkan dan menenangkan untuk mengurangi rasa nyeri akibat dismenorrhoe (Bolbol-Haghighi, Masoumi dan Kazemi, 2017). Serta dapat membantu melepaskan kejang otot, endorfin endogen dan rangsangan sensorik yang dapat mengesampingkan sinyal rasa sakit.

BAB 2. TARGET DAN LUARAN

Program Pengabdian Masyarakat berbasis **Ipteks bagi Masyarakat (IbM)** ini sasarannya adalah kelompok Remaja

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

No	Target	Luaran
1.	Seluruh kelompok Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya	1. mengurangi rasa nyeri akibat dismenorrhoe 2. Terjalin Kemitraan
2.	Publikasi	Jurnal Nasional

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

3.1 Metode pendekatan

Pendekatan penyelesaian masalah adalah dengan membangun kemitraan dengan kelompok Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya. Untuk menjalankan kemitraan ini, dilakukan kepada remaja. Tim terdiri dari dosen S1 Kebidanan UM Surabaya.

3.2 Perencanaan kegiatan dan langkah-langkah kegiatan

- 1) Melakukan pendekatan dan minta izin kepada kepala sekolah
- 2) Melakukan pendataan dan pendekatan kepada remaja di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya
- 3) Menyiapkan bahan yakni bahan yang digunakan untuk proses pelaksanaan Massage Eufflurage.
- 4) Membeli bahan-bahan yang dibutuhkan seperti minyak zaitun, kain jare, dll.
- 5) Melaksanakan Massage Eufflurage pada remaja di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya.

3.3 Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan pada tanggal 26 April dan 3 Mei 2022 dengan cara kerjasama dengan sekolah SMA Muhammadiyah 1 Surabaya sejumlah 30 orang dalam kegiatan:

1. menjelaskan apa itu Massage Eufflurage, manfaat dan tujuannya.
2. memperagakan gerakan Massage Eufflurage oleh tim pengabdian masyarakat
3. memberikan edukasi untuk mengatasi dismenorrhoe

3.4 Evaluasi

Pelaksanaan kegiatan berjalan lancar, remaja lebih mengerti cara massase efflurage, rileks dan mengurangi rasa nyeri. remaja merasa lebih terbantu dan senang terhadap kegiatan ini karena mendapatkan pengetahuan baru yang sangat bermanfaat.

BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum memberikan penjelasan, para remaja yang berjumlah 30 orang di sekolah SMA Muhammadiyah 1 Surabaya diberikan pre tes soal tentang Massage Eufflurage. Hasilnya hampir 100% remaja tidak mengetahui tentang Massage Eufflurage. Setelah diberikan penjelasan tentang apa itu Massage Eufflurage, manfaat dan tujuannya, hanya 30% yang masih kurang memahami. Selanjutnya, para peserta diminta untuk memperagakan gerakan Massage Eufflurage oleh tim pengabdian masyarakat. Semua remaja mampu memperagakan semua instruksi yang diberikan oleh tim. Bahan-bahan yang disiapkan dalam melakukan masase Eufflurage yaitu minyak zaitun, kain jare, dan bahan lainnya.

Selain itu, Tim pengabdian memberikan edukasi untuk mengatasi dismenorrhoe. Pada materi ini para peserta sangat antusias karena masalah ini sangat lazim mereka alami, dan tidak mengetahui cara untuk mengatasi nyerinya.

Berdasarkan penelitian yang telah saya lakukan sebelumnya bahwa masase effleurage mampu mengurangi nyeri dismenore pada remaja putri. Cara kerja dari masase effleurage dalam mengurangi nyeri adalah dengan menutup mekanisme pertahanan di sistem saraf atau yang lebih dikenal dengan teori gate control. Mekanisme teori gate control yaitu adanya serabut A delta yang memiliki diameter kecil serta membawa impuls nyeri lebih cepat serta adanya serabut C yang membawa impuls nyeri secara lambat. Sedangkan serabut taktil A-beta yang merupakan impuls dari stimulus sentuhan memiliki diameter yang lebar. Di dalam substansi gelatinosa impuls ini akan bertemu dengan suatu gerbang yang membuka dan menutup berdasarkan prinsip siapa yang lebih mendominasi baik itu merupakan serabut taktil ABeta ataukah serabut nyeri yang berdiameter kecil. Apabila jumlah impuls yang dibawa serabut nyeri yang berdiameter kecil melebihi impuls yang dibawa oleh serabut taktil A-Beta maka gerbang akan terbuka sehingga perjalanan impuls nyeri tidak terhalangi yang kemudian akan sampai ke otak. Sebaliknya, apabila impuls yang dibawa serabut taktil A-beta lebih mendominasi, gerbang akan menutup sehingga impuls nyeri akan terhalangi. Alasan inilah yang mendasari mengapa dengan masase dapat mengurangi durasi dan intensitas nyeri (Prasetyo, 2010).

Berdasarkan pelaksanaan program pengabdian ini didapatkan perubahan pengetahuan remaja tentang Massage Eufflurage. Juga keterampilan remaja SMA dalam mengurangi nyeri dismenorrhoe.

BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- 1) Terlaksananya kegiatan pelaksanaan Massage Eufflurage untuk Mengurangi Nyeri dismenorrhoe
- 2) Massage Eufflurage dapat membuat remaja lebih rileks, tenang dan siap dalam menghadapi nyeri dismenorrhoe.
- 3) kegiatan pelaksanaan Massage Eufflurage dapat mejalin komunikasi yang baik serta mendapatkan relasi yang baru terutama bagi remaja.

5.2 Saran

Dibutuhkan pengulangan Massage Eufflurage yang rutin dilakukan dirumah sehingga nyeri punggung dapat dan Massage Eufflurage dapat dilakukan saat dismenorrhoe sehingga dapat mengurangi nyeri dismenorrhoe.

LAMPIRAN 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	40 Pcs	Rp 2.500,00	Rp 100.000,00
5	Alat Tulis	1 Pack	Rp 35.000,00	Rp 35.000,00
				Rp
Sub Total A				Rp 375.000,00
B. Perjalanan				
1	Kepala Sekolah	1 Orang 3 kali	Rp 150.000,00	Rp 450.000,00
2	Petugas UKS	3 Orang 3 kali	Rp 100.000,00	Rp 900.000,00
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 4.650.000,00
C. Cinderamata				
1	Kepala Sekolah	1 Orang 1 kali	Rp 200.000,00	Rp 200.000,00
2	Sekolah	1 Pc 1 kali	Rp 300.000,00	Rp 300.000,00
3	Petugas UKS	3 Orang 1 kali	Rp 100.000,00	Rp 300.000,00
4	Peserta	30 Orang 1 kali	Rp 35.000,00	Rp 1.050.000,00
Sub Total C				Rp 1.850.000,00
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	37	Orang	1 kali	Rp 20.000,00	Rp 740.000,00
2	Konsumsi rapat	5	Orang	3 kali	Rp 35.000,00	Rp 525.000,00
3						
Sub Total E					Rp	1.265.000,00
F. Lain-lain						
1	Minyak Zaitun			30 pcs	Rp 9.500,00	Rp 285.000,00
						Rp -
						Rp -
Sub Total F					Rp	285.000,00
Jumlah Total A, B, C, D, E dan F					Rp	10.000.000,00

6.2 Jadwal Kegiatan

KEGIATAN	MINGGU KE – (8 BULAN KEGIATAN)																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Koordinasi kegiatan	■	■																													
Penyusunan proposal	■	■																													
Kontrak/penugasan	■	■	■	■																											
Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat					■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
Monev pengabdian kepada masyarakat																													■	■	■
Laporan hasil pengabdian masyarakat																												■	■	■	■
Seminar hasil																												■	■	■	■

DAFTAR PUSTAKA

- Bolbol-Haghighi, N., Masoumi, S.Z., dan Kazemi, F. 2016. Effect of Massage Therapy on Duration of Labour: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR*, 10 (4), QC12
- Czech, I., Fuchs P., Fuchs, A., Lorek, M., Tobolska-Lorek, D., Droszol-Cop, A., dan Sikora, J. 2018. Pharmacological and Non-Pharmacological Methods of Labour Pain Relief-Esablishment of Effectiveness and Comparison. *International Journal of Environmental Research and Public Health*
- Hansley, J.G., Collins, M.R dan Leezer, C.L. 2017. Pain Management in Obstetrics. *Critical Care Nursing Clinics*, 29_4), 471-485
- Herinawati, Hindriati, T., & Novilda, A. (2019). Pengaruh Effleurage Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Praktik Mandiri Bidan Nuriman Rafida dan Praktik Mandiri Bidan Latifah Kota Jambi Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 590-601.
- Karlsdottir, S. I., Sveinsdottir, H., Olafsdottir, O. A., & Kristjansdottir, H. (2015). Pregnant Women's Expectations about Pain Intensity during Childbirth and Their Attitudes Towards Pain Management Findings from a Icelandic National Study. *Sex Reprod. Health*, 211-218.
- Prasetyo, S. N. (2010). Konsep dan proses keperawatan nyeri.
- Pratiwi, I. G., & Diarti, M. W. (2019). STUDI LITERATUR : METODE NON FARMAKOLOGIS MENGURANGI NYERI PERSALINAN DENGAN MENGGUNAKAN EFFLURAGE MASSAGE. *Jurnal kesehatan*, 141-145.
- Puspita, Irma Maya., et al., (2022) Pengaruh Pemberian Massage Effleurage Untuk Mengurangi Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 7 (2)
- Sri, W., Soejoenoes, A., Wahyuni, S., Thaufik, S., Nurul, M., dan Gusinga, R. 201. The Effect of Effleurage and Abdominal Lifting Massage in The Labor Pain. *International Medical Journal*. 7 (1)
- Sulima, M. (2013). Alternatywne Metody Lagodzenia Bolu Porodowego. *Eur J. Med. Tecno*, 32-38.
- Whitburn, L. Y., Jones, L. E., Davey, M., & Small, R. (2017). The meaning of labour pain : how the social environment and other contextual factors shape women ' s experiences. 1–11. Retrieved from <https://doi.org/10.1186/s12884-017-1343-3>
- WHO. (2018). *Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi* . World Bank.

Lampiran Biodata

BIODATA KETUA

A. Identitas Diri

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Irma Maya P., S.Keb.Bd., M.Kes
2	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
3	Jabatan Struktural	-
4	NIK	-
5	NIDN	0707088904
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Banyuwangi, 07 Agustus 1989
7	Alamat Rumah	Dusun Jatiluhur RT 008/RW 001, Desa Glagahagung, Kec. Purwoharjo, Kab. Banyuwangi
8	Nomor Telepon/Faks/HP	085336862676
9	Alamat Kantor	Jl. Sutorejo no 59
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Alamat e-mail	irmamayapuspita@gmail.com
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Biologi Reproduksi
		2. Farmakologi
		3. Mikrobiologi dan Parasitologi
		4. Psikologi dalam Praktik Kebidanan
		5. Asuhan Kebidanan pada Remaja dan Perimenopause
		6. Asuhan Kebidanan Kehamilan

B. Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Perguruan Tinggi	Bidang Ilmu	Tahun lulus
D3			
D4/S1	S.1 Kebidanan UNAIR	Kebidanan	2012
S2	S.2 .MKIA- Kespro UNAIR	Kesehatan Reproduksi	2015
S3			

C. Pelatihan atau workshop yang diikuti dalam 3 tahun terakhir

Jenis Kegiatan	Tempat	Waktu	Sebagai	
			Penyaji	Peserta
Pelatihan Midwifery Update	Rumah Sakit IBI Surabaya	25-27 Januari 2019		<input type="checkbox"/>
Pelatihan Peningkatan Ketrampilan Dasar Teknik Instruksional (PEKERTI)	Universitas Muhammadiyah Surabaya	29 Juli – 2 Agustus 2019		<input type="checkbox"/>
Pelatihan <i>Applied Approach</i> (AA)	Universitas Muhammadiyah Surabaya	09 – 13 September 2019		<input type="checkbox"/>
Seminar Nasional Strategi Komunikasi Interpersonal dalam Peningkatan Asuhan Kebidanan di Era Industri 4.0.	Hotel Garden Palace Surabaya	19 Oktober 2019		<input type="checkbox"/>
Webinar Pencegahan dan Pengendalian Infeksi COVID-19 dalam Pelayanan Kebidanan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Primer”	Daring	22 April 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar dalam memperingati <i>The International Day of the Midwife</i>	Jakarta (Daring)	05 Mei 2020		<input type="checkbox"/>
Seminar Online Pengabdian Masyarakat “Pemberdayaan Masyarakat di Perguruan Tinggi di era Covid-19”	Surakarta (Daring)	05 Mei 2020		<input type="checkbox"/>
Seminar Online “Pemberdayaan Masyarakat di Era Pandemi Covid-19”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	08 Mei 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Penatalaksanaan Bayi Baru Lahir di Fasilitas Kesehatan Tingkat Primer dalam Masa Pandemi COVID-19”	Daring	13 Mei 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Bidan “Peran Bidan dalam Mendorong Penggunaan ASI di Masa Pandemi COVID-19	Daring	15 Mei 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Series HOGSI Malang “Pelayanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	Daring	16 Mei 2020		<input type="checkbox"/>

Webinar Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta “ <i>Continuity of Midwifery Care (CoMC)</i> sebagai Upaya Optimalisasi Kesejahteraan Ibu dan Bayi pada Masa Pandemi Covid-19”	Poltekkes Kemenkes Jakarta (Daring)	19 Mei 2020		<input type="checkbox"/>
Sarasehan Pembelajaran Daring sebagai Solusi di Era pandemi Covid-19	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	21 Mei 2020		
Seminar Online “Pemberian MPASI di Tengah Pandemi COVID-19”	Universitas Respati Indonesia (Daring)	03 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Etika Penelitian pada Pandemi COVID-19”	RSCM FKUI (Daring)	03 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Seminar Online “Covid Talk “Digital Brand Activation Perguruan Tinggi di Masa Pandemi”	Yogyakarta (Daring)	04 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Ilmiah Kebidanan I “Peran Bidan dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga pada Masa Pandemi COVID-19 melalui Pemberdayaan Perempuan”	Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang (Daring)	05 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Nasional Kebidanan STIK Sint Carolus “Penanganan Preeklampsia di era Oandemi COVID-19”	STIK Sint Carolus Jakarta (Daring)	12 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Workshop Series 1 “How to Do Systematic Review”	FKM Universitas Jember (Daring)	12 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Peran Bidan dalam Mempersiapkan Pelayanan Maternal Neonatal pada Masa pandemi COVID-19 di Era New Normal”	Poltekkes Kemenkes Jambi (Daring)	17 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
International Webinar Health Polytechnic of Jakarta III “The Learning Strategies in Era 5.0 for Higher Vocational Institutions”	Daring	18 Juni 2020		<input type="checkbox"/>

Webinar Series HOGSI Malang “Ketahanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi COVID-19”	Daring	19 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Nasional “Pelayanan Maternal di Masa Pandemi Covid-19 terhadap Ibu dengan Penuh Rasa Tulus & Ikhlas”	Universitas Airlangga (Daring)	21 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Pengembangan Modul Pembelajaran dengan Metode Daring”	Kemendes RI (Daring)	24 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Strategi Penyusunan Dokumen Kinerja dan Evaluasi Diri Akreditasi Prodi Kesehatan-Kedokteran PTMA”	Majelis Pendidikan Tinggi Penelitian dan Pengembangan Pimpinan Pusat Muhammadiyah (Daring)	25 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Workshop “Prosedur Skill Keperawatan dan Kebidanan”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	27 Juni 2020		<input type="checkbox"/>
Workshop “Penyusunan Modul Pembelajaran di Era Pandemi COVID-19”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	3 Juli 2020		<input type="checkbox"/>
Bimbingan Teknis Penyusunan Proposal Penelitian oleh Majelis Diktilitbang Pimpinan Pusat Muhammadiyah	Daring	9 Juli 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Peran Bidan dalam Menghadapi Tatanan Kehidupan Global New Normal”	Universitas Islam Lamongan (Daring)	21 Juli 2020		<input type="checkbox"/>
Seminar Online “Tuberkolosis pada Anak & Peran Bidan dalam Penanggulangan Tuberkolosis Nasional”	Direktorat jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemenkes RI (Daring)	28-29 Juli 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Pekerja Wanita Hamil di Masa COVID-19, Amankah?”	Universitas Airlangga (Daring)	29 Juli 2020		<input type="checkbox"/>

Workshop Kurikulum Merdeka Belajar “Restrukturisasi Kurikulum Merdeka Belajar-Kampus Merdeka”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	27 Agustus 2020		<input type="checkbox"/>
Bayer Scientific Event 2020 “Kiat Bidan dalam Memberikan Pelayanan di Masa Pandemi COVID-19”	POGI Surabaya (Daring)	6 September 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Series “Peran Kampus dalam Penanggulangan Covid-19”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	9 September 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar Conference Series “The Strategy of Stimulation Learning Process in Midwifery Education (II)”	Universitas Airlangga (Daring)	16 September 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Maternal Health and Adapting to New Habits Era”	Universitas Airlangga (Daring)	26 September 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “ <i>Improving Article Writing Skill and Publication in Scientific Reputation Journal</i> ”	Universitas Brawijaya (Daring)	28 November 2020		<input type="checkbox"/>
Webinar “Peran Gizi sebagai Langkah Pengendalian Hipertensi dan Menjaga Imunitas pada Kehamilan”	Gizi Kebugaran – Nutrition – Health – Fitness (Daring)	17 Januari 2021		<input type="checkbox"/>
Senam Maryam Virtual Massal	Daring	4 April 2021		<input type="checkbox"/>
Webinar “Peran Kalsium dan Mikronutrien Lainnya dalam Kehamilan”	POGI Cab. Kalimantan Selatan (Daring)	10 April 2021		<input type="checkbox"/>
Zoominar “Dinamika Etika Profesi di Era digital”	Daring (HOGSI Malang)	24 April 2021		<input type="checkbox"/>
Webinar Kesehatan “Nutrisi selama Kehamilan dan Tumbuh Kembang Anak”	RSU Queen Latifa Kulon Progo (Daring)	24 Juni 2021		<input type="checkbox"/>
Webinar Seri #2 “How To Publish Research Article In International Journals : Some strategies and Tactics”	Daring	29 Juni 2021		<input type="checkbox"/>
Webinar “Pendampingan Psikologis untuk Ibu dengan Masalah Kesehatan jiwa”	Daring	11 Juli 2021		<input type="checkbox"/>

Webinar Nasional dalam Rangka Pekan ASI Sedunia	Daring	6 Agustus 2021		<input type="checkbox"/>
Stadium Generale Risetmu Batch V Tahun 2021	Daring	7 Agustus 2021		<input type="checkbox"/>
Webinar Vaksinasi COVID-19 pada Ibu Hamil	Daring	8 Agustus 2021		<input type="checkbox"/>

D. Pengalaman Penelitian Dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2020-2021	Pemanfaatan terapi komplementer untuk mengurangi mual muntah pada ibu hamil TM I di RS PKU Muhammadiyah Surabaya (Irma Maya, Aryunani, Weni Mufidah)	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.750.000
2	2019-2020	Green tea Extract reduce insulin level and Follicuogenesis in insulin-resistant PCOS Rats Model	Hibah Internal Universitas	Rp. 15.750.000
3	2020-2021	Gambaran implementasi hypnosis terhadap kecemasan dan kepatuhan remaja putri dalam menghadapi kebiasaan baru di masa pandemic Covid-19	Hibah Internal Universitas	Rp. 5.300.000
4	2021-2022	Hubungan tingkat kecemasan ibu hamil terhadap persiapan persalinan di masa pandemi Covid-19	Hibah Internal Universitas	Rp. 6.350.000
5	2021-2022	Terapi massage efflurage untuk mengurangi nyeri disminorrhoe di Tanah Kali Kedinding	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	2020-2021	Edukasi cara mengatasi mual muntah dengan terapi komplementer di RS PKU Muhammadiyah Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
2	2019-2020	Edukasi fertilisasi untuk mencegah PCOS di RS Siti Khodijah Sepanjang Sidoarjo	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.300.000

3	2021-2022	Pemberdayaan keluarga untuk persiapan persalinan di Masa pandemi covid-19 di Poskeskel Tanah Kali Kedinding	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
4	2021-2022	Pelatihan massase efflurage untuk mengurangi nyeri disminorrhoe di SMA Muhammadiyah 1 Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.500.000
5	2020-2021	Pengendalian Penyebaran Covid-19 Dengan 5M untuk memutus rantai penularan Di Desa Pacangan, Kecamatan Tragah, Kabupaten Bangkalan	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.600.000

F. Publikasi Ilmiah dan HaKI dalam 3 tahun terakhir

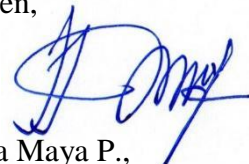
No	Nama Dosen / Mahasiswa / Program Studi	Karya	
		HKI, Teknologi tepat guna, dan Model / desain / rekayasa	Karya yang Mendapat Pengakuan / Penghargaan dari Lembaga Nasional / Internasional
1	Supatmi/ S1 Keperawatan Irma Maya P, A'im Matun N, Annisa Wigati R / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-22-2	Buku Ajar Biologi Reproduksi
2	Irma Maya P, Fulatul Anifah, Asta Adyani, Annisa Wigati R / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-21-5	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Remaja dan Perimenopause
3	Irma Maya Puspita, Umi Ma'rifah, A'im Matun N, Syuhrotut Taufiqoh, / S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-20-8	Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas
4	Irma Maya Puspita/ Siti Aisyah/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	No HKI : 000267859	Video Edukasi Perubahan Psikologis Pada Kehamilan Trimester 1
5	Irma Maya Puspita/ S1 Kebidanan dan Profesi Bidan	Universitas Muhammadiyah Surabaya: Publishing ISBN: 978-623-6498-71-2	Buku Bunga Rampai: Meninjau Pandemi Covid-19 dari Berbagai Sudut Keilmuan

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, 1 April
2022

Dosen,

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Irma Maya P.', written in a cursive style.

Irma Maya P.,
S.Keb.Bd., M.Kes