

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“EDUKASI FERTILISASI UNTUK MENCEGAH PCOS DI RS  
MUHAMMADIYAH SITI KHODIJAH CABANG SEPANJANG SIDOARJO”**

**TIM PENGUSUL**

Irma Maya Puspita, S.Keb., Bd., M.Kes	0707088904
Ratna Koba Alriyani, S.Keb	
Siti Aisyah	(20191664012)
Amelia Rhismaretha Maulani Sugiyarto	(20191664013)
Fitriyatul Hasanah	(20191664016)
Dhina Lailatul Jhanna	(20191664017)

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2020**

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

1. Judul Pengabdian : Edukasi fertilitas untuk mencegah PCOs di RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 10.000.000,00
4. Ketua Pengabdian
  - a. Nama : Irma Maya Puspita, S.Keb., Bd., M.Kes
  - b. NIDN : 0707088904
  - c. Jabatan Fungsional : -
  - d. Program Studi : Pendidikan Profesi Bidan
  - e. Nomor HP : 085336862676
  - f. Alamat Email : [irmamayapuspita@fik.um-surabaya.ac.id](mailto:irmamayapuspita@fik.um-surabaya.ac.id)
5. Anggota Pengabdian 1
  - a. Nama Lengkap : Ratna Koba Alriyani, S.Keb
  - b. Instansi : RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo
6. Anggota Pengabdian 2
  - a. Nama Lengkap : Siti Aisyah
  - b. NIM : 20191664012
7. Anggota Pengabdian 3
  - a. Nama Lengkap : Amelia Rhismaretha Maulani Sugiyarto
  - b. NIM : 20191664013
8. Anggota Pengabdian 4
  - a. Nama Mahasiswa : Fitriyatul Hasanah
  - b. NIM : 20191664016
9. Anggota Pengabdian 5
  - a. Nama Mahasiswa : Dhina Lailatul Jhanna
  - b. NIM : 20191664017

Surabaya, 06 Januari 2020

Mengetahui,  
Dekan  
  
Dr. Mundakir, S.Kep. Ns., M.Kep  
NIDN. 0023037401

Ketua  
  
Irma Maya Puspita, S.Keb., Bd., M.Kes  
NIDN. 0707088904

Menyetujui,  
Ketua LPPM  
  
Dr. Dra. Sujinah, M.Pd  
NIDN. 0730016501

## 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

## **Edukasi Pencegahan PCOS Pada Wanita Usia Subur Di RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo**

### **RINGKASAN**

*Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS) atau sindrom polikistik ovarium adalah kelainan hormonal yang paling sering terjadi pada wanita remaja dan wanita usia subur di dunia. Angka kejadian PCOS bervariasi antara 1,8% dan 15% tergantung etnis, latar belakang dan kriteria diagnostik yang digunakan. Manifestasi klinis yang timbul bisa bermacam-macam. Pada dasarnya PCOS ditandai dengan gangguan siklus menstruasi, kadar hormon androgen (hormon pria) pada seorang wanita meningkat hal ini ditandai dengan gejala klinis atau dinilai oleh data laboratorium serta bentuk sel telur seperti gambaran kista-kista kecil pada pemeriksaan USG.

Wanita remaja dengan PCOS berisiko mengalami gangguan kualitas hidup termasuk gangguan siklus menstruasi, gangguan kesuburan, gangguan psikologis dan perilaku termasuk depresi, gangguan bipolar, kegelisahan dan gangguan makan. Selain itu, gangguan metabolik sangat berhubungan dengan peningkatan risiko klinis sindrom metabolik, seperti obesitas dan diabetes (Sardjito, 2019).

Walaupun PCOS tidak dapat sembuh secara komplit, namun terdapat beberapa pilihan pengobatan yang dapat membantu mengurangi gejala penyakit. Kebanyakan wanita remaja dengan PCOS dapat hidup dengan normal tanpa komplikasi yang berarti. Pilihan terapi pasien PCOS pada usia remaja tergantung pada gejala yang muncul pada setiap individu remaja dan tujuan dari terapi tersebut. Sehingga pengobatan yang diberikan apakah untuk mengobati keluhan jerawat, periode menstruasi yang abnormal atau keluhan terkait hirsutisme

**Kata Kunci: PCOS, Remaja, Wanita**

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Menurut *National Institute of Health, Polycystic Ovary Syndrome (PCOS)* merupakan gangguan endokrin utama pada wanita usia reproduksi. hal Ini merupakan penyebab dari anovulasi dan sumber utama infertilitas wanita. Di Amerika Serikat PCOS ditandai dengan peningkatan kadar androgen dan ketidakteraturan menstruasi dapat menyebabkan penghambatan dan perkembangan folikel, anovulasi dan perubahan menstruasi. PCOS memengaruhi 5 juta wanita usia subur di Amerika Serikat Penelitian yang di lakukan oleh Robinson menunjukkan bahwa 5%-10% wanita berusia 18- yaitu 6,5-8% terjadi pada wanita berusia 15-49 tahun. *Polycystic Ovary Syndrome* (44 tahun dipengaruhi oleh PCOS (Lubis & Nurmaliza, 2019)

PCOS adalah kelainan hormon endokrin yang mempengaruhi wanita usia subur. PCOS menyebabkan kelainan endokrin metabolik pada wanita usia reproduksi. PCOS menyebabkan gejala penyakit seperti amenore, oligomenore, infertilitas dan obesitas. Berdasarkan angka kejadian yang terjadi pada wanita yang mengalami amenore sebanyak 35,23%, oligomenore 64,77%, infertilitas 72,04% dan obesitas 50,5% (Wahyuni, 2015). Salah satu penyebab infertilitas wanita adalah gangguan ovulasi dan penyebab terbanyak gangguan ovulasi adalah PCOS. PCOS adalah suatu kondisi terjadi gangguan pematangan folikel, gangguan folikel ini bersifat kronis. Gejala umumnya siklus haid yang tidak teratur. Salah satu penyebab PCOS adalah gangguan metabolisme hormon insulin, yaitu hormon yang mengatur penggunaan gula darah oleh sel-sel tubuh (Purnama, 2014)

### **1.2 Tujuan**

Memberikan edukasi pencegahan PCOS pada wanita usia subur di RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo.

### **1.3 Manfaat**

1. Mencegah terjadinya PCOS pada wanita usia subur
2. Memberikan pengetahuan yang luas mengenai PCOS

### **1.4 Sasaran Kegiatan**

Wanita usia subur yang berkunjung di poli kandungan di RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo.

### **1.5 Waktu dan Tempat Pelaksanaan**

Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo. Waktu pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Desember 2019

### **1.6 Solusi yang Ditawarkan**

Pemberian edukasi pencegahan PCOS pada wanita usia subur merupakan hal yang penting untuk dilakukan. PCOS adalah kelainan hormon endokrin yang mempengaruhi wanita usia subur. Menurut Center for Disease Control dan Prevention (CDC) PCOS merupakan penyebab umum infertilitas pada wanita. Di Eropa prevalensi PCOS merupakan masalah umum diantar gadis remaja dan wanita muda. Faktanya, hampir 1 dari 10 wanita memiliki PCOS yang merupakan ketidakseimbangan hormon yang dapat menyebabkan menstruasi tidak teratur, pertumbuhan rambut yang tidak diinginkan dan jerawat. PCOS biasanya dimulai selama masa remaja, dengan gejala ringan maupun berat (Lubis & Nurmaliza, 2019). PCOS merupakan suatu kondisi yang mempengaruhi wanita usia subur sehingga mengubah kadar hormon, yang mengakibatkan masalah yang memengaruhi banyak sistem tubuh.

Tanda dan gejala PCOS biasanya mulai sekitar masa pubertas, meskipun beberapa wanita tidak mengalami gejala sampai akhir masa remaja atau bahkan sampai awal masa dewasa. Gejala yang sering dialami oleh pasien-pasien PCOS usia remaja yaitu adanya gangguan dari siklus menstruasi dan gejala akibat kenaikan kadar hormon androgen (hormon pria).

Siklus menstruasi yang tidak teratur atau bahkan periode menstruasi yang tidak datang sama sekali (amenore) sering dijumpai pada pasien remaja dengan PCOS. Siklus yang tidak teratur ini merupakan tanda bahwa tidak terjadi ovulasi pada setiap siklusnya. Jika ovulasi tidak terjadi, lapisan rahim (disebut endometrium) menjadi lebih tebal dan dapat luruh secara tidak teratur, yang dapat menyebabkan perdarahan yang banyak dan

memanjang. Periode menstruasi yang tidak teratur atau tidak ada menstruasi sama sekali dapat meningkatkan risiko wanita mengalami pertumbuhan berlebih endometrium (disebut hiperplasia endometrium) atau bahkan kanker endometrium.

Karena perubahan hormon bervariasi dari satu wanita ke wanita lain, pasien dengan PCOS mungkin memiliki jerawat ringan hingga parah, pertumbuhan rambut wajah, atau rambut rontok pada kulit kepala. Jerawat adalah kondisi kulit yang disebabkan oleh kulit berminyak dan penyumbatan pada folikel rambut. Jerawat yang berlebihan adalah salah satu bentuk gejala pada kulit akibat kadar hormon androgen yang tinggi pada wanita remaja. Tingkat keparahan jerawat dapat dinilai berdasarkan jumlah lesi, adanya lesi sedang ( $> 10$  lesi wajah) atau jerawat radang parah selama bertahun-tahun pada usia sekitar *menarche*. Terdapat konsensus yang mengatakan bahwa jerawat meradang dengan derajat sedang hingga berat yang kurang responsif terhadap pengobatan merupakan indikasi untuk menguji kadar hormon androgen. Pertumbuhan rambut pola pria (*hirsutisme*) dapat dilihat pada bibir atas, dagu, leher, daerah cambang, dada, perut bagian atas atau bawah, lengan atas, dan paha bagian dalam. Tingkat keparahan *hirsutisme* ini dinilai berdasarkan sistem *Ferriman-Gallwey* yang mengukur tingkat pertumbuhan rambut di area yang paling peka terhadap hormone androgen. *Hirsutisme* didefinisikan sebagai skor 8 atau lebih pada populasi wanita dewasa di Amerika Serikat dan bergantung etnis pada populasi lainnya.

Pilihan terapi pasien PCOS pada usia remaja tergantung pada gejala yang muncul pada setiap individu remaja dan tujuan dari terapi tersebut. Sehingga pengobatan yang diberikan apakah untuk mengobati keluhan jerawat, periode menstruasi yang abnormal atau keluhan terkait hirsutisme. Pilihan pengobatan untuk keluhan jerawat dapat diobati dengan pengobatan yang diberikan melalui kulit seperti antibiotik, pemberian sediaan hormon kombinasi estrogen dan progesteron melalui oral (dapat juga meregulasi siklus haid), atau pil spironolakton yang dapat memblokir hormon androgen penyebab jerawat. Periode menstruasi yang abnormal dapat diobati dengan berbagai cara. Banyak dokter menggunakan pil kontrasepsi oral, yang mengandung hormon estrogen dan progesteron untuk mengatur siklus menstruasi pasien. Pilihan terapi lain yaitu dengan menggunakan pil progesterone yang diberikan selama 5-10 hari setiap 1-3 bulan dan penggunaan patch estrogen dan progesteron. Beberapa pasien tidak dapat menggunakan

beberapa pilihan terapi ini karena alasan kondisi kesehatan sehingga diperlukan informasi yang menyeluruh berkaitan dengan riwayat medis dan keluarga dari pasien.

Pertumbuhan rambut pola pria (hirsutisme) dapat dikurangi dengan penggunaan pengobatan estrogen dan progesteron (kontrasepsi oral) dan atau penggunaan pil spironolakton. Beberapa pasien remaja juga mencoba cara yang berbeda untuk mengurangi gejala hirsutisme ini yaitu dengan pengobatan laser, waxing dan pencukuran (shaving). Pengobatan dengan Vaniqua dapat digunakan dua kali sehari yang dioleskan pada area pertumbuhan rambut yang tidak diinginkan. Namun sayangnya pengobatan ini tidak ditanggung oleh asuransi dan harus digunakan setiap hari.

Pilihan pengobatan lainnya yang dianjurkan yaitu dengan modifikasi gaya hidup. Olahraga selama 150 menit dengan terjadinya peningkatan denyut jantung setiap minggu membantu menurunkan kejadian resistensi insulin pada pasien dengan PCOS. Diet sehat tanpa konsumsi minuman manis seperti soda dan konsumsi karbohidrat serta makanan cepat saji juga membantu untuk menurunkan resistensi insulin dan berat badan dimana akan sangat membantu mengurangi gejala-gejala pada pasien PCOS remaja (Lubis & Nurmaliza, 2019).

## **BAB 2. TARGET DAN LUARAN**

1. Menerbitkan jurnal komunitas ber-ISSN
2. Meningkatkan pengetahuan pencegahan PCOS pada wanita Usia Subur

## **BAB 3. METODE PELAKSANAAN**

### **3.1 Persiapan**

- a. Melakukan proses perijinan di UMSurabaya
- b. Diskusi dengan tempat pengabdian ( Kepala Ruangan poli kandungan RS Siti Khotijah Sepanjang Sidoarjo)
- c. Menetapkan waktu kegiatan pengabdian Bersama kepala ruangan poli kandungan

### **3.2 Pelaksanaan**

Kegiatan dilakukan pada tanggal 8 dan 16 Desember 2019 dengan cara kerjasama dengan Poli KAndungan :



1. Mendata ibu / pasien dan pengunjung poli kandungan
2. Mengumpulkan para ibu yang melakukan kunjungan di poli kandungan di tempat yang sudah kami sediakan.
3. Melakukan penyuluhan tentang cara pencegahan PCOS pada wanita usia subur dengan menggunakan alat bantu Laptop dan LCD serta leaflet

### **3.3 Evaluasi**

Selama kegiatan penyuluhan tidak terjadi kendala, peserta penyuluhan antusias bertanya tentang PCOS dan kasus yang terjadi di masyarakat sesuai dengan informasi yang diterima sebelumnya,

## **BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebanyak 15 wanita subur mengikuti penyuluhan tentang pencegahan *Polycystic Ovary Syndrome (PCOS)* di RS Muhammadiyah Siti Khodijah Cabang Sepanjang Sidoarjo. Berdasarkan pre test tidak ada dari peserta yang mengetahui apa yang dimaksud dengan PCOS dan bahayanya. Hal tersebut karena mereka kurang informasi tentang hal tersebut. Mereka menyatakan bahwa baru pertama kali mengetahui PCOS dari kegiatan ini.

Saat pemberian penyuluhan, kami menyiapkan bahan materi dengan media leaflet dan Power Point agar pesan dapat tersampaikan. Pada kesempatan ini kami juga menyampaikan tentang manfaat teh hijau untuk mencegah terjadinya PCOS pada Wanita subur. Berdasarkan penelitian yang saya lakukan bahwa teh hijau sangat direkomendasikan bagi penderita PCOS karena manfaat kesehatan yang positif (Puspita, et al., 2019) Selain itu, teh hijau juga dapat membantu untuk meningkatkan antioksidan dan polifenol, yaitu senyawa alami yang dikenal untuk mengurangi peradangan serta melawan kanker.

Polycystic ovary syndrome (PCOS) merupakan masalah endokrinologis reproduksi yang sering terjadi dan masih menjadi kontroversi. Gejala klinis bervariasi, tetapi biasanya termasuk oligo-ovulasi atau anovulasi, hiperandrogenisme (baik klinis maupun biokimiawi), dan adanya ovarium polikistik. PCOS bukan hanya penyebab paling umum dari gangguan ovulasi dan hirsutisme, tetapi juga terkait dengan gangguan metabolisme yang memiliki pengaruh penting pada kesehatan Wanita (Rahayu, 2013)

## BAB 7. SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Kegiatan yang kami lakukan memberikan hasil yang positif yaitu ditandai dengan pemahaman wanita subur apa itu PCOS, bagaimana bahaya dan cara mencegahnya serta bagaimana teh hijau dimanfaatkan untuk pengobatan PCOS.

### Saran

Adanya acara penyuluhan ini wanita subur dapat mencegah diri mereka dari penyakit PCOS.

### 7.1 DOKUMENTASI, BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

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

No	Item	Satuan	Harga	Jumlah	
<b>A. Bahan Habis Pakai dan Peralatan</b>					
1	Kertas A4 80 gram	1 Rim	Rp 55.000,00	Rp 55.000,00	
2	Tinta Hitam (Epson)	2 Pcs	Rp 35.000,00	Rp 70.000,00	
3	Cetak Banner	1 Pcs	Rp 65.000,00	Rp 65.000,00	
4	Cetak Leaflet	55 Pcs	Rp 2.000,00	Rp 110.000,00	
5	Alat Tulis	1 Pack	Rp 30.000,00	Rp 30.000,00	
7	Cetak leaflet	60 Pcs	Rp 5.000,00	Rp 300.000,00	
8	Material klip	1 Pack	Rp 5.000,00	Rp 5.000,00	
<b>Sub Total A</b>				Rp 635.000,00	
<b>B. Perjalanan</b>					
1	Bidan	2 Orang	2 kali	Rp 100.000,00	Rp 400.000,00
2	Ketua	1 Orang	2 kali	Rp150.000,00	Rp 300.000,00
3	Anggota	4 Orang	2 kali	Rp50.000,00	Rp 400.000,00
4	Pembantu Teknis/Lapangan	10 Orang	2 kali	Rp40.000,00	Rp 800.000,00
<b>Sub Total B</b>				Rp 1.900.000,00	
<b>C. Cinderamata</b>					
1	Bidan	2 Orang	1 kali	Rp 100.000,00	Rp 200.000,00
2	Rumah Sakit	1 Pc	1 kali	Rp 375000,00	Rp 375.000,00
4	Peserta	30 Orang	2 kali	Rp 50.000,00	Rp 3.000.000,00

<b>Sub Total C</b>						Rp 3.575.000,00	
<b>D. Honorarium</b>							
1	Bidan	2	Orang	1	kali	Rp 300.000,00	Rp 600.000,00
2	Ketua	1	Orang	2	kali	Rp 155.000,00	Rp 310.000,00
3	Anggota	4	Orang	2	kali	Rp 110.000,00	Rp 880.000,00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	10	Orang	2	kali	Rp 65.000,00	Rp 1.300.000,00
<b>Sub Total D</b>						Rp 3.090.000,00	
<b>E. Konsumsi</b>							
1	Kue & Air Mineral	40	Orang	2	kali	Rp 10.000,00	Rp 800.000,00
<b>Sub Total E</b>						Rp 1.900.000,00	
<b>Total Pengeluaran</b>						<b>Rp10.000.000,00</b>	

## 7.2 DOKUMENTASI

### 1. Dokumentasi Pelaksanaan

#### Gambar Penyuluhan



### 7.3 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

- Lubis, R., & Nurmaliza, L. (2019). Pengetahuan Siswi Sma Tentang Polycystyc Ovary Syndrome (Pcos) Di SMA IT Indah Medan Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Flora Vol 12, No 1*, 51-58.
- Purnama. (2014). *Buku Kehamilan*.
- Puspita, et al., (2019) Green tea extract reduces insulin level and folliculogenesis in insulin-resistant PCOS rats model
- Rahayu HK. Pengaruh pemberian ekstrak air sambiloto terhadap ekspresi reseptor estrogen?di ovarium dan siklus birahi pada tikus model SOPKresistensi insulin. Surabaya: Reproductive Health Master Program, Faculty of Medicine, Universitas Airlangga; 2013.
- Sardjito, H. (2019, September 30). *Sardjito*. Retrieved from Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) Pada Remaja: <https://sardjito.co.id/2019/09/30/polycystic-ovary-syndrome-pcos-pada-remaja/>

**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	<a href="mailto:irmamayapuspita@gmail.com">irmamayapuspita@gmail.com</a>
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		☺
Pelatihan Peningkatan Keterampilan Dasar Teknik Instruksional (PEKERTI)	Universitas Muhammadiyah Surabaya	29 Juli – 2 Agustus 2019		☺
Pelatihan <i>Applied Approach</i> (AA)	Universitas Muhammadiyah Surabaya	09 – 13 September 2019		☺
Seminar Nasional Strategi Komunikasi Interpersonal dalam Peningkatan Asuhan Kebidanan di Era Industri 4.0.	Hotel Garden Palace Surabaya	19 Oktober 2019		☺
Webinar Pencegahan dan Pengendalian Infeksi COVID-19 dalam Pelayanan Kebidanan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Primer”	Daring	22 April 2020		☺
Webinar dalam memperingati <i>The International Day of the Midwife</i>	Jakarta (Daring)	05 Mei 2020		☺
Seminar Online Pengabdian Masyarakat “Pemberdayaan Masyarakat di Perguruan Tinggi di era Covid-19”	Surakarta (Daring)	05 Mei 2020		☺
Seminar Online “Pemberdayaan Masyarakat di Era Pandemi Covid-19”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	08 Mei 2020		☺
Webinar “Penatalaksanaan Bayi Baru Lahir di Fasilitas Kesehatan Tingkat Primer dalam Masa Pandemi COVID-19”	Daring	13 Mei 2020		☺
Webinar Bidan “Peran Bidan dalam Mendorong Penggunaan ASI di Masa Pandemi COVID-19	Daring	15 Mei 2020		☺
Webinar Series HOGSI Malang “Pelayanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi Covid-19”	Daring	16 Mei 2020		☺
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		☺

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		☺
Webinar “Etika Penelitian pada Pandemi COVID-19”	RSCM FKUI (Daring)	03 Juni 2020		☺
Seminar Online “Covid Talk “Digital Brand Activation Perguruan Tinggi di Masa Pandemi”	Yogyakarta (Daring)	04 Juni 2020		☺
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		☺
Webinar Nasional Kebidanan STIK Sint Carolus “Penanganan Preeklampsia di era Pandemi COVID-19”	STIK Sint Carolus Jakarta (Daring)	12 Juni 2020		☺
Workshop Series 1 “How to Do Systematic Review”	FKM Universitas Jember (Daring)	12 Juni 2020		☺
Webinar “Peran Bidan dalam Mempersiapkan Pelayanan Maternal Neonatal pada Masa pandemi COVID-19 di Era New Normal”	Poltekkes Kemenkes Jambi (Daring)	17 Juni 2020		☺
International Webinar Health Polytechnic of Jakarta III “The Learning Strategies in Era 5.0 for Higher Vocational Institutions”	Daring	18 Juni 2020		☺
Webinar Series HOGSI Malang “Ketahanan Kesehatan Maternal di Era Pandemi COVID-19”	Daring	19 Juni 2020		☺
Webinar Nasional “Pelayanan Maternal di Masa Pandemi Covid-19 terhadap Ibu dengan Penuh Rasa Tulus & Ikhlas”	Universitas Airlangga (Daring)	21 Juni 2020		☺
Webinar “Pengembangan Modul Pembelajaran dengan Metode Daring”	Kemenkes RI (Daring)	24 Juni 2020		☺



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		☺
Workshop “Prosedur Skill Keperawatan dan Kebidanan”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	27 Juni 2020		☺
Workshop “Penyusunan Modul Pembelajaran di Era Pandemi COVID-19”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	3 Juli 2020		☺
Bimbingan Teknis Penyusunan Proposal Penelitian oleh Majelis Diktilitbang Pimpinan Pusat Muhammadiyah	Daring	9 Juli 2020		☺
Webinar “Peran Bidan dalam Menghadapi Tatahan Kehidupan Global New Normal”	Universitas Islam Lamongan (Daring)	21 Juli 2020		☺
Seminar Online “Tuberkulosis pada Anak & Peran Bidan dalam Penanggulangan Tuberkulosis Nasional”	Direktorat jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemenkes RI (Daring)	28-29 Juli 2020		☺
Webinar “Pekerja Wanita Hamil di Masa COVID-19, Amankah?”	Universitas Airlangga (Daring)	29 Juli 2020		☺
Workshop Kurikulum Merdeka Belajar “Restrukturisasi Kurikulum Merdeka Belajar-Kampus Merdeka”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	27 Agustus 2020		☺
Bayer Scientific Event 2020 “Kiat Bidan dalam Memberikan Pelayanan di Masa Pandemi COVID-19”	POGI Surabaya (Daring)	6 September 2020		☺
Webinar Series “Peran Kampus dalam Penanggulangan Covid-19”	Universitas Muhammadiyah Surabaya (Daring)	9 September 2020		☺

Webinar Conference Series “The Strategy of Stimulation Learning Process in Midwifery Education (II)”	Universitas Airlangga (Daring)	16 September 2020		☺
Webinar “Maternal Health and Adapting to New Habits Era”	Universitas Airlangga (Daring)	26 September 2020		☺
Webinar “ <i>Improving Article Writing Skill and Publication in Scientific Reputation Journal</i> ”	Universitas Brawijaya (Daring)	28 November 2020		☺
Webinar “Peran Gizi sebagai Langkah Pengendalian Hipertensi dan Menjaga Imunitas pada Kehamilan”	Gizi Kebugaran – Nutrition – Health – Fitness (Daring)	17 Januari 2021		☺
Senam Maryam Virtual Massal	Daring	4 April 2021		☺
Webinar “Peran Kalsium dan Mikronutrien Lainnya dalam Kehamilan”	POGI Cab. Kalimantan Selatan (Daring)	10 April 2021		☺
Zoominar “Dinamika Etika Profesi di Era digital”	Daring (HOGSI Malang)	24 April 2021		☺
Webinar Kesehatan “Nutrisi selama Kehamilan dan Tumbuh Kembang Anak”	RSU Queen Latifa Kulon Progo (Daring)	24 Juni 2021		☺
Webinar Seri #2 “How To Publish Research Article In International Journals : Some strategies and Tactics”	Daring	29 Juni 2021		☺
Webinar “Pendampingan Psikologis untuk Ibu dengan Masalah Kesehatan jiwa”	Daring	11 Juli 2021		☺
Webinar Nasional dalam Rangka Pekan ASI Sedunia	Daring	6 Agustus 2021		☺
Stadium Generale Risetmu Batch V Tahun 2021	Daring	7 Agustus 2021		☺
Webinar Vaksinasi COVID-19 pada Ibu Hamil	Daring	8 Agustus 2021		☺

#### 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	Rena Cipta Mandiri ISBN: 978-623-5431-22-2	Buku Ajar Biologi Reproduksi

	Kebidanan dan Profesi Bidan		
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, 20 Oktober 2019  
Dosen,



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