

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“PENYULUHAN DO’A-DO’A UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA  
IBU HAMIL TM III DI RSI DARUS SYIFA’ SURABAYA”**

**TIM PENGUSUL**

Rachmawati Ika S., S.ST., M.Kes	: 0723117502
Filda Aulia	: 20181664013
Wellia Dwi Anugraini	: 20181664014
Ziyadatus Sakinah	: 20201664023
Mirza Alfritza	: 20201664024

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

**2022**


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

1. Judul Pengabdian : Penyuluhan do'a-do'a untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil TM III di RSI Darus Syifa' Surabaya
2. Skema : Pengabdian kepada Masyarakat
3. Jumlah Dana : Rp. 10.500.000,-
4. Ketua Pengabdian
  - a. Nama : Rachmawati Ika S, S.ST., M.Kes
  - b. NIDN : 0723117502
  - c. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
  - d. Program Studi : S1 Kebidanan
  - e. Nomor HP : 085648397056
  - f. Alamat Email : [ika.rachmawatiarif2311@gmail.com](mailto:ika.rachmawatiarif2311@gmail.com)
5. Anggota Pengabdian 1
  - a. Nama Lengkap : Roudlotul Hikmah, A.Md.Keb
  - b. Instansi : RSI Darus Syifa' Surabaya -
6. Anggota Pengabdian 2
  - a. Nama Lengkap : Filda Aulia
  - b. NIM : 20181664013
7. Anggota Pengabdian 3
  - a. Nama Lengkap : Wellia Dwi Anugraini
  - b. NIM : 20181664014
8. Anggota Pengabdian 4
  - a. Nama Mahasiswa : Ziyadatus Sakinah
  - b. NIM : 20201664023
9. Anggota Pengabdian 5
  - a. Nama Mahasiswa : Mirza Alfritza
  - b. NIM : 20201664024

Surabaya, 04 April 2022

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

Ketua

  
Rachmawati Ika S, S.ST., M.Kes  
NIDN. 0723117502

Menyetujui,  
Ketua LPPM  
  
  
Dede Nasrullah, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0717098702

## 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

## RINGKASAN

### **Penyuluhan Do'a-Do'a Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Ibu Hamil Trimester III Di "RS Darus Syifa" Surabaya**

Kecemasan dan kekhawatiran selama kehamilan merupakan kejadian yang tidak bisa dihindari, hampir selalu menyertai kehamilan dan merupakan bagian dari suatu proses penyesuaian yang wajar terhadap perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama kehamilan. Apabila ibu hamil tidak mampu mengontrol kecemasannya maka hal tersebut dapat berbahaya bagi kandungannya seperti tumbuh kembang janin menjadi terganggu atau bahkan dapat menyebabkan keguguran. Hal ini disebabkan karena pada saat ibu hamil stress atau cemas tubuh ibu akan memproduksi hormone stress yang bernama kortisol, ketika hormone kortisol meningkat maka pembuluh darah didalam tubuh akan menyempit sehingga pasokan oksigen ke janin menjadi terhambat (Hasim 2018)

Kecemasan sering terjadi pada ibu hamil sebesar 29,2% dibandingkan ibu yang postpartum sebesar 16,5%(Andersson dkk., 2006). Kecemasan yang terjadi selama kehamilan diperkirakan akan memengaruhi antara 15-23% wanita dan berpengaruh dengan peningkatan risiko negatif pada ibu dan anak yang dilahirkan (Dennis dkk., 2017; Sinesi dkk., 2019). Prevalensi kecemasan pada ibu hamil diperkirakan antara 7-20% di negara maju sementara pada negara berkembang dilaporkan 20% atau lebih (Biaggi dkk., 2016; Husain dkk., 2012).

Agama merupakan suatu keyakinan yang didalamnya terdapat sikap berserah diri terhadap Tuhan Yang Maha Tinggi. Sikap pasrah akan memunculkan sikap optimis pada diri seseorang sehingga timbul perasaan positif seperti rasa aman dan tidak cemas. Mendengarkan Al-Qur'an mengandung unsur kerohanian yang dapat membangkitkan keimanan, harapan dan rasa percaya diri seseorang yang sedang cemas, sehingga dapat mempercepat pemulihana dari kondisi cemas yang dirasakan (Deswita and Wahyuni, 2013).

**Kata Kunci: Doa-doa, Kecemasan, ibu hamil**

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang terjadi dan dialami oleh perempuan. Selama kehamilan dapat terjadi berbagai perubahan psikologis pada ibu hamil, kecemasan adalah suatu kondisi psikiatrik yang umum dan sering terjadi pada kehamilan khususnya di trimester III kehamilan ( Fatimah, 2019). Kecemasan merupakan suatu reaksi yang menunjukkan terhadap bahaya yang memperingatkan orang ‘dari dalam’ secara naluri – terdapat bahaya dan orang yang bersangkutan mungkin kehilangan kendali dalam situasi tersebut. Ibu hamil mengalami kecemasan seperti reaksi emosional dalam mengkhawatirkan diri dan janinnya, keberlangsungan kehamilan, persalinan, masa setelah persalinan dan ketika telah berperan menjadi ibu (Alza & Ismarwati, 2017). Penelitian telah menunjukkan bahwa suatu kondisi seperti kecemasan selama kehamilan berhubungan dengan peningkatan kortisol dalam rahim dan memiliki hubungan dengan gangguan perkembangan kognitif anak (Bergman dkk., 2010). Dapat juga menyebabkan masalah perilaku dan emosional jangka panjang pada anak (Shrestha & Pun, 2016).

Kecemasan sering terjadi pada ibu hamil sebesar 29,2% dibandingkan ibu yang postpartum sebesar 16,5% (Andersson dkk., 2006). Kecemasan yang terjadi selama kehamilan diperkirakan akan memengaruhi antara 15-23% wanita dan berpengaruh dengan peningkatan risiko negatif pada ibu dan anak yang dilahirkan (Dennis dkk., 2017; Sinesi dkk., 2019). Prevalensi kecemasan pada ibu hamil diperkirakan antara 7-20% di negara majusmentara pada negara berkembang dilaporkan 20% atau lebih (Biaggi dkk., 2016; Husain dkk., 2012). Di Indonesia sendiri, dilaporkan 28,7% yang mengalami kecemasan pada ibu hamil trimester III (Siallagan & Lestari, 2018).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu hamil trimester III menjelang proses persalinan diantaranya yaitu usia, paritas, pendidikan, dan dukungan keluarga atau suami. Seperti yang dijelaskan Susanti (2008), bahwa usia ibu < 20 tahun dan  $\geq 35$  akan memberikan dampak terhadap perasaan takut dan cemas menjelang proses persalinan. Karena apabila ibu hamil pada usia tersebut, kehamilannya termasuk dalam kategori kehamilan berisiko tinggi dan seorang ibu yang berusia lebih lanjut akan berpotensi tinggi

untuk melahirkan bayi cacat lahir. Efek negatif kecemasan dapat terjadi pada fisik maupun psikologis. Efek fisik diantaranya tubuh menggigil, keringat berlebih, jantung berdebar, sakit kepala, gelisah, tangan gemetar, otot menegang, lambung terasa mual, tubuh terasa lemas, kemampuan berproduktivitas berkurang. Efek psikis diantaranya perasaan tegang, bingung, khawatir, susah berkonsentrasi, perasaan tidak menentu (Wulansari, 2017).

Agama merupakan suatu keyakinan yang didalamnya terdapat sikap berserah diri terhadap Tuhan Yang Maha Tinggi. Sikap pasrah akan memunculkan sikap optimis pada diri seseorang sehingga timbul perasaan positif seperti rasa aman dan tidak cemas. Mendengarkan Al-Qur'an mengandung unsur kerohanian yang dapat membangkitkan keimanan, harapan dan rasa percaya diri seseorang yang sedang cemas, sehingga dapat mempercepat pemulihana dari kondisi cemas yang dirasakan (Deswita and Wahyuni, 2013). Mendengarkan murottal Al-Qur'an dapat memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosional, (EQ) kecerdasan intelektual (IQ), serta kecerdasan spiritual (SQ) seseorang. Mendengarkan murottal akan menimbulkan efek tenang dan rileks pada diri seseorang, sehingga akan turut memberikan kontribusi dalam penurunan tekanan darah (Kartini et al., 2017).

Dzikir merupakan bentuk dari unsur spritual dan religiusitas. Dzikir sebagai salah satu cara mendekatkan diri pada Allah SWT dapat membentuk persepsi yang lain selain ketakutan, yakni keyakinan bahwa setiap stresor akan dapat di hadapi dengan baik dengan bantuan Allah. Umat islam percaya bahwa penyebutan Allah secara berulang – ulang (Dzikir) dapat menyembuhkan jiwa dan menyembuhkan berbagai penyakit. adanya penurunan tingkat kecemasan ibu hamil di pengaruhi oleh tahapan – tahapan terapi dzikir yang dlakukan. Terapi dzikir membantu individu membentuk persepsi lain selain ketakutan, yaitu keyakinan bahwa semua konflik akan dapat di hadapi dengan baik dengan bantuan Allah SWT. Salah satu intervensi yang digunakan untuk menurunkan kecemasan adalah doa dan dzikir

## **1.2 Tujuan**

Mengajarkan dan mendampingi ibu hamil Trimester III yang mengalami kecemasan dengan doa zikir

### **1.3 Manfaat**

1. Mencegah masalah kecemasan pada ibu hamil trimester III
2. Membuat ibu merasakan rileks dengan mendekatkan diri kepada Allah
3. Meningkatkan rasa penerimaan diri dari perubahan kehamilan dalam aspek psikologis

### **1.4 Sasaran Kegiatan**

40 ibu hamil trimester III yang melakukan kunjungan ulang di Poli Hamil RS Daru Syfa Surabaya

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

Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di RS Darus Syifa Surabaya pada bulan Pebruari – Maret 2022.

### **1.6 Solusi yang Ditawarkan**

Pemberian penyuluhan terhadap ibu, bagaimana menangani kecemasan pada trimester III, dengan menggunakan doa-doa yang dapat membuat ibu menjadi dekat dengan Allah SWT, dan membuat pikiran ibu menjadi lebih rileks serta rasa nyaman dan kesiapan dalam menjalani persalinan yang akan datang.

Segera setelah ibu merasakan cemas dilakukannya dzikir dan juga murottal (mendengarkan ayat-ayat suci al-quran) akan membuat ibu merasakan ketenangan dalam hati dan rasa cemas yang dirasakan ibu akan dengan sendirinya menghilang. Ibu dapat melakukan dzikir kapan saja, dan murottal saat akan tidur, hal ini akan membuat ibu tidur dengan nyenyak. Pilihan dzikir dan murottal sangat beragam, ibu bisa memilih akan menggunakan dzikir dan murottal sesuai keinginan ibu.

Saat ibu mulai merasa rileks dan tenang, maka aliran darah ibu akan kembali normal dan baby akan mendapatkan oksigen dengan cukup. Tidak hanya ibu yang akan merasakan ketenangan dan rasa aman baby didalam kandungan ibu juga akan merasakan apa yang dirasakan ibu, saat ibu cemas baby juga akan merasakan cemas dan membuat baby merasakan stress yang dapat membahayakan keadaan baby. Saat pemberian terapi dzikir dan murottal baby didalam kandungan akan merasakan apa yang ibu rasakan, saat baby merasa tenang maka akan menyebabkan perasaan ibu menjadi bahagia dan kecemasan akan proses persalinan akan terlupakan oleh ibu karena ibu merasakan kebahagiaan Bersama dengan babynya. Dan tidak hanya kedekatan ibu dan baby saja

yang akan terjalin, kedekatan antara ibu dan Allah juga akan terjalin, dan membuat ibu yakin atas perlindungan yang Allah berikan.

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

1. Menerbitkan artikel pada Jurnal ber-ISSN
2. Mengetahui Tingkat kecemasan ibu hamil trimester III di RS Darus Syifa Surabaya
3. Program edukasi tentang doa-doa yang dapat digunakan sebagai media promosi pada ibu hamil
4. Mengajarkan mahasiswa untuk intervensi kecemasan pada ibu hamil Trimester III dengan pendekatan spiritual doa dan dzikir

## **BAB 3. METODE PELAKSANAAN**

### **3.1 Persiapan**

- a. Melakukan proses perijinan di UMSurabaya
- b. Diskusi dengan tempat pengabdian Kepala Ruangan poli hamil dan bersalin
- c. Menetapkan kegiatan pengabdian

### **3.2 Pelaksanaan**

Kegiatan dilakukan pada tanggal 16 Pebruari dan 7 Maret 2022 dengan cara kerjasama dengan Poli hamil dan Ruang bersalin:

1. Mendata berapa banyak ibu yang merasakan cemas pada trimester III
2. Mengumpulkan para ibu di tempat yang sudah kami sediakan.
3. Memebrikan kuesoner terkait dengan kecemasab yang dirasakan pada kehamilan trimester III
4. Memberikan penyuluhan dan pendampingan terkait kecemasan pada ibu hamil trimester III

### **3.3 Evaluasi**

Selama kegiatan penyuluhan tidak terjadi kendala, ibu hamil dapat mengulangi doa – doa dan dzikir yang harus dibaca saat merasakan kecemasan, sebagian mengatakan mersa tenang kalua da yang mengajarkan dan memberikan bimbingan



dalam menghadapi kecemasan pada kehamilan dan juga menghadapi waktu persalinan .

## **BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari 40 ibu hamil trimester III dengan kriteria Primigravida 20 orang multi gravida 15 responden dan 5 responden dengan grande multi para dengan usia anatar 23- 52 tahun, pendidikan terbanyak SMA dan semua beragama Islam 30 % mengalami kecemasan berat , 40% mengalami cemas sedang dan 30 % dengan cemas ringan. Setelah dilakukan penyuluhan dan bimbingan Doa 2 secara Islam dan dzikir selama 2 minggu perubahan tingkat kecemasan dengan cemas berat 5 %, cemas sedang 15 %, kecemasan ringan 60 % dan 20% tanpa kecemasan

### **Pembahasan**

Ibu hamil yang merasakan cemas dilakukannya dzikir dan juga murottal (mendengarkan ayat-ayat suci al-quran) akan membuat ibu merasakan ketenangan dalam hati dan rasa cemas yang dirasakan ibu akan dengan sendirinya menghilang. Ibu dapat melakukan dzikir kapan saja, dan murottal saat akan tidur, hal ini akan membuat ibu tidur dengan nyenyak. Pilihan dzikir dan murottal sangat beragam, ibu bisa memilih akan menggunakan dzikir dan murottal sesuai keinginan ibu. Saat ibu mulai merasa rileks dan tenang, maka aliran darah ibu akan kembali normal dan baby akan mendapatkan oksigen dengan cukup.

Perubahan Psikologi Trimester Ketiga Pada trimester ketiga kehamilan, perubahan psikologis ibu hamil semakin kompleks dan meningkat dibandingkan trimester sebelumnya akibat kondisi kehamilan yang semakin membesar. Beberapa kondisi psikologis yang terjadi, seperti perubahan emosional dan rasa tidak nyaman, sehingga ibu hamil membutuhkan dukungan dari suami, keluarga dan tenaga medis. Perubahan emosi ibu semakin berubah-ubah dan terkadang menjadi tidak terkontrol. Perubahan emosi tersebut akibat dari adanya perasaan khawatir, rasa takut, bimbang dan ragu dengan kondisi kehamilannya. Hasim, R. P. (2018)

## BAB 6. SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Diperlukan penyuluhan dan pendampingan pada ibu hamil dengan kecemasan terutama pada primigravida yang mana kehamilannya merupakan pengalaman pertama sehingga kecemasan akan berkurang dalam menjalani kehamilannya maupun menghadapi persalinan. Melakukan doa dan dzikir oleh ibu hamil trimester III untuk menghilangkan/mengurangi cemas menjelang persalinan sangatlah bermanfaat, membantu ibu menjadi lebih rileks dan mendapatkan rasa nyaman serta mendekatkan ibu kepada Allah SWT.

### Saran

Adanya intervensi pendampingan spiritual melalui aktivitas membaca doa dan dzikir untuk ibu hamil trimester III sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis dan *self acceptance* akibat berbagai perubahan yang terjadi selama kehamilan Trimester III dan persepsi yang diakibatkan mendekati persalinan

## LAMPIRAN BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

### Biaya 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 60.000,00	Rp 60.000,00	
2	Tinta Hitam (Epson)	2	Pcs	Rp 40.000,00	Rp 80.000,00	
3	Cetak Banner	1	Pcs	Rp 65.000,00	Rp 65.000,00	
4	Cetak Leaflet	60	Pcs	Rp 2.500,00	Rp 150.000,00	
5	Alat Tulis	1	Pack	Rp 30.000,00	Rp 30.000,00	
7	Cetak buku doa dan dzikir	60	Pcs	Rp 40.000,00	Rp 2.400.000,00	
8	Material klip	60		Rp 250,00	Rp 15.000,00	
<b>Sub Total A</b>					Rp 2.800.000,00	
<b>B. Perjalanan</b>						
1	Bidan	1	Orang	2 kali	Rp 100.000,00	Rp 200.000,00
2	Kader	3	Orang	2 kali	Rp 30.000,00	Rp 180.000,00
3	Ketua	1	Orang	2 kali	Rp 75.000,00	Rp 150.000,00
4	Anggota	2	Orang	2 kali	Rp 42.500,00	Rp 170.000,00

5	Pembantu Teknis/Lapangan	20	Orang	2	kali	Rp 20.000,00	Rp 800.000,00
							Rp -
<b>Sub Total B</b>							Rp 1.500.000,00
<b>C. Cindera Mata</b>							
1	Bidan	1	Orang	1	kali	Rp 200.000,00	Rp 200.000,00
2	Rumah Sakit	1	Pc	1	kali	Rp 350.000,00	Rp 350.000,00
3	Kader	3	Orang	1	kali	Rp 50.000,00	Rp 150.000,00
4	Ibu Hamil	40	Orang	1	kali	Rp 37.500,00	Rp 1.500.000,00
<b>Sub Total C</b>							Rp 1.700.000,00
<b>D. Honorarium</b>							
1	Bidan	1	Orang	2	kali	Rp 240.000,00	Rp 480.000,00
2	Ketua	1	Orang	2	kali	Rp 100.000,00	Rp 200.000,00
3	Anggota	2	Orang	2	kali	Rp 80.000,00	Rp 320.000,00
3	Pembantu Teknis/Lapangan	20	Orang	2	kali	Rp 50.000,00	Rp 2.000.000,00
<b>Sub Total D</b>							Rp 3.000.000,00
<b>E. Konsumsi</b>							
1	Kue & Air Mineral	60	Orang	1	kali	Rp 15.000,00	Rp 900.000,00
2	Konsumsi rapat	10	Orang	2	kali	Rp 5.000,00	Rp 100.000,00
							Rp -
<b>Sub Total E</b>							Rp 1.000.000,00
<b>TOTAL PENGELUARAN</b>							<b>Rp 10.500.000,00</b>

## 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

- Aniroh U, Fatimah RF. Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida dalam Menghadapi Persalinan Ditinjau dari Usia Ibu dan Sosial Ekonomi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*. 2019;2(2):1. doi:10.32584/jikm.v2i2.374
- Hasim, R. P. (2018). Gambaran Kecemasan Ibu Hamil. Skripsi, 373-385. , 4(4), 373-385. <http://eprints.ums.ac.id/63124/1/naskahpublikasiilmiah.pdf>
- Rahman, A. (2020). Terapi Dzikir Dalam Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil. *TARBAWI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 5(01), 75-91.
- Siregar, N. Y., Kias, C. F., Nurfatimah, N., Noya, F., Longgupa, L. W., Entoh, C., & Ramadhan, K. (2021). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan: Anxiety Levels of Third Trimester of Pregnant in Facing Childbirth. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 18-24.
- Rinata, E., & Andayani, G. A. (2018). Karakteristik ibu (usia, paritas, pendidikan) dan dukungan keluarga dengan kecemasan ibu hamil trimester III. *Medisains*, 16(1), 14-20.
- Yuliani, D. R., Widyawati, M. N., Rahayu, D. L., Widiastuti, A., & Rusmini, R. (2018). Terapi murottal sebagai upaya menurunkan kecemasan dan tekanan darah pada ibu hamil dengan preeklampsia: Literature review dilengkapi studi kasus. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 79-98.
- Niko, P. F. (2018). Pengaruh terapi dzikir untuk menurunkan kecemasan pada ibu hamil. *Jurnal Islamika*, 1(1).

Lampiran Biodata

**BIODATA KETUA**

**A. Identitas Diri**

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Rachmawati Ika Sukarsih SST., M.Kes
2	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
3	Jabatan Struktural	-
4	NIK	-
5	NIDN	0723117502
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Surabaya, 23 november 1975
7	Alamat Rumah	Jln Kendung No gang 3 no 90 RT.02 RW.03 Kec benowo kota Surabaya
8	Nomor Telepon/Faks/HP	085648397056
9	Alamat Kantor	Jl. Sutorejo no 59
10	Nomor Telepon/Faks	-
11	Alamat e-mail	<a href="mailto:ika.rachmawatiarif2311@gmail.com">ika.rachmawatiarif2311@gmail.com</a>
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Komunikasi Efektif Dalam Praktik Kebidanan
		2. Asuhan Kebidanan Kehamilan
		3. Asuhan kebidanan Persalinan dan BBL

**B. Riwayat Pendidikan**

<b>Jenjang Pendidikan</b>	<b>Nama Perguruan Tinggi</b>	<b>Bidang Ilmu</b>	<b>Tahun lulus</b>
D4/S1	D.4 Kebidanan Pendidik Poltekkes Sutomo	Kebidanan	2008
S2	S2 Pendidikan Profesi Kesehatan UNS	Pendidikan Profesi Kesehatan	2010

**C. Pelatihan atau workshop yang diikuti dalam 3 tahun terakhir**

Jenis Kegiatan	Tempat	Waktu	Sebagai	
			Penyaji	Peserta
Pelatihan Basic Clinical Hypnosis & Hypno-Birthing	Hotel Haris Surabaya	22-24 Maret 2019		√
Program Pengabmas”Peningkatan Partisipasi Keluarga Dalam Gerakan Masyarakat Sehat “	UMSurabaya	8-29 April 2019		√
Strategi Komunikasi Interpersonal Dalam Peningkatan Asuhan Kebidanan Di Era Industri 4.0	Garden palace Surabaya	19 Oktober 2019		√
Webinar Strategi Percepatan penanggulangan Covid 19 di Jawa Tengah	UNDIP dan DKK Jawa Tengah	5 Mei 2020		√
Webinar Pelayanan maternal di masa pandemi	PD IBI dan universitas Airlangga Surabaya	21 juni 2020		√
Workshop Penyusunan Modul Pembelajaran di Era Pandemi	Universitas Muhammadiyah Surabaya	3 Juli 2020		√
Pelayanan Komplementer pada Kesehatan Reproduksi Remaja	Universitas Ahmad Yani Yogyakarta	6 Juli 2020		√
Optimalisasi Strategi Pemberdayaan Masyarakat Era <i>New Normal</i> ; Promosi Kesehatan dan Ekonomi Industri dalam Upaya Implementasi Sustainable Development Goals (SDGs)	Universitas Sebelas Maret	5 November 2020		√
Webianr media disruption and Its Implication for community development	Universitas Sebelas Maret	5 Desember 2020		√
Pernan gizi dalam pengendalian Hipertensi	IBI cabang Kota Surabaya	17 Januari 2021	√	
Training of Trainer (TOT) Pelatihan Midwifery Update Bagi Pengurus Cabang IBI Kab/Kota se-Jawa Timur Secara Daring	Daring	3-5 September 2021	√	
Strategi Lolos Hibah Kemendikbud Ristek Pendanaan 2022	LPPM UM Surabaya	01 Desember 2021		√

#### D. Pengalaman Penelitian Dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2018-2019	Keteraturan ANC terhadap Deteksi resiko tinggi pada ibu hamil di RS PKU Muhammadiyah Surabaya	Hibah Internal Universitas	Rp. 7.000.000
2	2019-2020	Pengaruh pijat endorphan terhadap lama kala I pada ibu bersalin di RS HAJI SBY	Hibah Internal Universitas	Rp. 8.100.000
3	2020-2021	Pengaruh relaksasi dan meditasi terhadap kecemasan ibu hamil TM III di RSI darus syifa	Hibah Internal Universitas	Rp. 6.700.000
4	2021-2022	Terapi meditasi dzikir untuk mengurangi kecemasan menghadapi persalinan	Hibah Internal Universitas	RP. 6.300.000

#### E. Pengalaman Pengabdian dalam 3 tahun terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2019-2020	Peningkatan Pengetahuan Deteksi Dini Komplikasi Resiko Infeksi Torch Pada Kehamilan di Poskelkel Tanah Kali Kedinding Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
2	2020-2021	Edukasi pijat endorphan untuk memberikan rasa nyaman pada saat persalinan di RSUD Haji Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.800.000
3	2020	Pelatihan manajemen nyeri dengan terapi komplementer pada pendamping persalinan di PMB Enny Juniati	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.000.000
4	2021	Bakti Sosial ANC dalam rangka HUT IBI ke 70	Mandiri	-
5	2021-2022	Penyuluhan do'a-do'a untuk mengurangi kecemasan pada ibu hamil TM III di RSI Darus Syifa' Surabaya	Hibah Internal LPPM	Rp. 10.500.000

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai

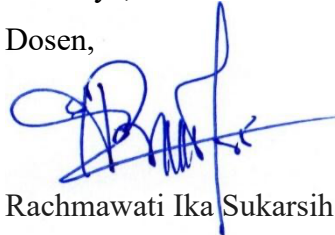


ketidaksiuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikoanya.

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

Surabaya, 20 Januari 2022

Dosen,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Rachmawati Ika Sukarsih', written over a horizontal line.

Rachmawati Ika Sukarsih SST.,M.Kes