



PENDAMPINGAN IBU HAMIL DALAM PENGGUNAAN TERAPI HERBAL MELALUI MEDIA DIGITAL FLIP PDF DAN VIDEO EDUKASI BERFLATFOM TIKTOK

Rini Rahmayanti*, Fitri Wahyuni, Yani Maidelwita, Putri Sakinah, Suci Marta Diningsih

Universitas Mercubaktijaya, Jalan Jamal Jamil Pondok Kopi, Siteba, Padang, 25000, Indonesia

*rinie.rahmayanti@gmail.com

ABSTRAK

Kelurahan Andalas memiliki jumlah ibu hamil paling banyak tiga bulan terakhir dibanding kelurahan lain yaitu 185 orang dengan komplikasi anemia dan kurang energi kronis (KEK) sebanyak 37 orang (20%). Gizi ibu hamil berkaitan dengan kejadian stunting. Dilihat dari status gizi balita, kejadian stunting untuk daerah ini masih tinggi yaitu sekitar 25%, terdiri dari anak balita pada kategori berat badan kurang (8,5%), gizi kurang (7,1%) dan pendek (9,4%). Gizi masih menjadi fenomena masalah di daerah ini, sehingga dibutuhkan pendampingan ibu hamil dalam penggunaan terapi herbal dengan tujuan meningkatkan status gizi ibu dan mencegah terjadinya stunting pada anak. Kegiatan dilakukan dengan metode pendampingan ibu hamil dalam penggunaan terapi herbal dengan media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok di RW 05 Kelurahan Andalas dengan sasaran 15 orang ibu hamil. Hasil nilai pretest didapatkan nilai terendah 7 dan tertinggi 12 Nilai posttest didapatkan nilai terendah 15 dan tertinggi 18. Nilai rata-rata pretest yaitu 11 dan posttest yaitu 16,6. Hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat peningkatan pengetahuan melalui pendampingan ibu hamil dalam penggunaan terapi herbal dengan media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok.

Kata kunci: flip PDF; ibu hamil; pendampingan; terapi herbal; tiktok

GUIDANCE FOR PREGNANT WOMEN IN THE USE OF HERBAL THERAPY THROUGH DIGITAL MEDIA FLIP PDF AND EDUCATIONAL VIDEOS ON THE TIKTOK PLATFORM

ABSTRACT

Andalas Village has the highest number of pregnant women in the last three months compared to other villages, namely 185 people with complications of anemia and chronic energy deficiency (KEK) as many as 37 people (20%). Judging from the nutritional status of toddlers, the incidence of stunting for this area is still high, namely around 25%, consisting of toddlers in the categories of underweight (8.5%), malnutrition (7.1%) and short (9.4%). Nutrition is still a problematic phenomenon in this area, so that assistance is needed for pregnant women in the use of herbal therapy with the aim of improving the nutritional status of mothers and preventing stunting in children. The activity was carried out using the method of assisting pregnant women in the use of herbal therapy with digital media flip pdf and educational videos on the tiktok platform in RW 05, Andalas Village, targeting 15 pregnant women. The results of the pretest score obtained the lowest score of 7 and the highest 12. The posttest score obtained the lowest score of 15 and the highest 18. The average pretest score was 11 and the posttest was 16.6. These results indicate that there is an increase in knowledge. The results of this community service activity include increased knowledge through mentoring pregnant women in the use of herbal therapy with digital media flip pdf and educational videos on the TikTok platform.

Keywords: flip PDF; herbal therapy; mentoring; pregnant women; tiktok

PENDAHULUAN

Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia terutama masalah pendek (stunting) dan kurus (wasting) pada balita serta masalah anemia dan kurang energi kronik (KEK) pada ibu hamil. Stunting dapat terjadi sebagai akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 HPK (hari pertama kehidupan). Pemenuhan gizi dan pelayanan kesehatan pada ibu hamil perlu mendapat perhatian untuk mencegah terjadinya stunting. Stunting akan berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan anak dan status kesehatan pada saat dewasa. Akibat kekurangan gizi pada 1000 HPK bersifat permanen dan sulit untuk diperbaiki (Fitriani et al., 2022).

Kelurahan Andalas merupakan salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Padang Timur Kota Padang dengan luas wilayah 1,12 km². Kelurahan Andalas terdiri dari 11 RW dan 47 RT. Kelurahan ini merupakan salah satu daerah dengan jumlah penduduk terpadat di Kecamatan Padang Timur berpenduduk 9.413 jiwa yang terdiri dari 4.655 laki-laki dan 4.785 perempuan. RW 05 Kelurahan Andalas merupakan daerah paling padat penduduk dibanding RW lain dengan jumlah perempuan 5,17% lebih banyak dari laki-laki. Jumlah penduduk menurut usia didominasi oleh usia 30-34 tahun (52,8%). Pekerjaan ibu di daerah ini mayoritas adalah ibu rumah tangga (72,5%), pedagang (12,2%) dan pegawai swasta (8%) dan PNS (7,3 %) (BPS, 2023).

Menurut data Puskesmas Andalas, Kelurahan Andalas memiliki jumlah ibu hamil paling banyak tiga bulan terakhir dibanding kelurahan lain yaitu 185 orang dengan komplikasi anemia dan kurang energi kronis (KEK) sebanyak 37 orang (20%). Dilihat dari status gizi balita, kejadian stunting untuk daerah ini masih tinggi yaitu sekitar 25%, terdiri dari anak balita pada kategori berat badan kurang (8,5%), gizi kurang (7,1%) dan pendek (9,4%) (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2022). Data ini cukup mengkhawatirkan karena kondisi ibu hamil sangat berhubungan dengan keadaan bayi yang dilahirkan nantinya. RW 05 Kelurahan Andalas merupakan lokasi yang tepat untuk sasaran kegiatan ini karena jika ditinjau dari resiko masalah gizi ibu hamil dan kejadian stunting. Tidak dapat dipungkiri kurangnya pengetahuan dan dukungan berbagai pihak menimbulkan perilaku yang kurang tepat dalam pola makan sehari-hari dan penanganan masalah gizi ibu hamil. Maka dibutuhkan pengabdian kepada masyarakat dengan judul pendampingan ibu hamil dalam penggunaan terapi herbal melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang penggunaan terapi herbal melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok.

METODE

Metode pendampingan yang digunakan berupa edukasi ibu hamil tentang gizi yang tepat pada masa kehamilan melalui ceramah, penayangan flip pdf dan video serta dilanjutkan dengan diskusi. Kegiatan diikuti oleh 15 orang ibu hamil. Tim pengabdian memberikan materi terkait gizi ibu hamil, stunting dan kaitannya dengan kehamilan dan penggunaan terapi herbal melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok. Pemberian materi dilakukan sebanyak tiga sesi di rumah kader bertempat di kelurahan Andalas. Metode kegiatan terangkum pada tabel dibawah ini:

Tabel 1.
Metode Kegiatan

Waktu	Rencana Kegiatan	Partisipasi Mitra
Bulan 1 minggu 1 dan 2	<p>Tahap Persiapan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rapat persiapan kegiatan oleh enam orang tim pelaksana pengabdian yang terdiri dari dosen, alumni dan mahasiswa 2. Melakukan perizinan kepada Kecamatan Padang Timur, Kelurahan Andalas 3. Melakukan perizinan kepada Puskesmas Andalas 4. Mengajukan surat permintaan narasumber kepada Puskesmas Andalas untuk menjadi salah satu narasumber di kegiatan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ikut serta membantu tim pengabdian untuk berkoordinasi dan pertemuan dengan pihak kecamatan, kelurahan dan Puskesmas Andalas
Bulan 1 Minggu 3 dan 4	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sosialisasi kepada Kelurahan Andalas, Kecamatan Padang Timur dan Puskesmas Andalas 2. Sosialisasi dan Pengenalan serta pendekatan intensif dengan kader dan ibu hamil 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengikuti sosialisasi kegiatan 2. Membuat komitmen bersama untuk bekerja sama dalam kegiatan
Bulan 2 Minggu 1	<p>Tahap Pelaksanaan</p> <p>Melakukan pretest untuk menilai pengetahuan peserta tentang gizi seimbang ibu hamil</p>	Menjawab pertanyaan pretest dengan mengisi kuesioner
Bulan 2 Minggu 2 Sesi 1	<p>Edukasi ibu hamil tentang gizi yang tepat pada masa kehamilan melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok</p> <p>Materi : Gizi Ibu Hamil</p> <p>Penanggung Jawab : Yani Maidelwita,SKM,M.Biomed, PhD</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membantu koordinasi tempat kegiatan 2. Hadir saat kegiatan 3. Aktif selama kegiatan
Sesi 2	<p>Pendampingan ibu hamil dalam penggunaan terapi herbal melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok</p> <p>Materi: Stunting dan kaitannya dengan kehamilan</p> <p>Penanggung Jawab: Ns. Fitri Wahyuni, M.Kep,Sp.Kep.An</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Membantu koordinasi tempat kegiatan 2. Hadir saat kegiatan 3. Aktif selama kegiatan
Sesi 3	<p>Pendampingan ibu hamil dalam penggunaan terapi herbal melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok</p> <p>Penanggung Jawab: Ns. Rini Rahmayanti,M.Kep,Sp.Kep.Mat</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1.Membantu koordinasi tempat kegiatan 2. Hadir saat kegiatan 3. Aktif selama kegiatan
Bulan 3 Minggu 1	Melakukan posttest untuk menilai pengetahuan ibu tentang gizi seimbang ibu hamil, terapi herbal pada ibu hamil	Menjawab pertanyaan posttest dengan mengisi kuesioner
Bulan 3 Minggu 2	<p>Tahap Evaluasi</p> <p>Evaluasi hasil bersama tim dan mitra</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Hadir saat kegiatan 2. Aktif selama kegiatan pertemuan dan memberikan saran kegiatan
Bulan 4	Melakukan monitoring dan evaluasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat	
Bulan 5	Membuat laporan dan luaran kegiatan pengabdian kepada Masyarakat	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh ibu hamil RW 5 Kelurahan Andalas berjumlah 15 orang. Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian melakukan rapat dengan tim untuk menyamakan

persepsi terkait pelaksanaan kegiatan. Berdasarkan hasil koordinasi tersebut maka tim pengabdian yang terdiri dari 3 dosen dan 4 mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan melakukan rapat koordinasi dengan pihak mitra pengabdian yaitu kader, Ketua RW 05 Kelurahan Andalas.

Tabel 2.

Distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil sebelum edukasi kesehatan

Test	Nilai Minimum	Nilai Maximum	Mean
Pretest	7	15	11
Posttest	12	18	16,6

Tabel 1. Hasil nilai pretest didapatkan nilai terendah 7 dan tertinggi 12. Nilai posttest didapatkan nilai terendah 15 dan tertinggi 18. Nilai rata-rata pretest yaitu 11 dan posttest yaitu 16,6. Hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan, nilai rata-rata sebanyak 5,6. Pretest dilakukan untuk mengetahui sejauh mana peserta mengetahui dan memahami tentang gizi seimbang ibu hamil, stunting dan penggunaan terapi herbal pada ibu hamil. Pada kegiatan ini, pretest dilakukan sebelum edukasi kesehatan melalui kuesioner yang di bagikan ke peserta. Selanjutnya tim pengabdian melakukan edukasi dengan ceramah menggunakan flip pdf dan video berplatform tiktok. Kegiatan dihadiri sebanyak 15 orang peserta. Pada sesi diskusi, peserta sangat antusias yang ditunjukkan banyak pertanyaan dan berbagi pengalaman mengatasi pola makan selama hamil. Setelah pemberian edukasi pada saat penutupan kegiatan, peserta melakukan posttest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman peserta tentang materi yang sudah diberikan.



Gambar 1. Kegiatan pengabdian dan foto bersama

Pemberian informasi yang tepat kepada masyarakat dapat mengubah status kesehatan masyarakat menjadi lebih baik. Upaya promosi kesehatan dalam bentuk pendidikan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat dan mempengaruhi perilakunya, khususnya perempuan. Orang yang melakukan hal yang benar dapat meningkatkan kesehatannya dan memberikan dampak positif bagi masyarakat. Promosi kesehatan penting untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat menuju peningkatan kesehatan (Oktafia, R., & Indriastuti, 2022). Edukasi gizi sebagai upaya untuk pencegahan stunting telah banyak dilakukan pada semua sasaran seperti ibu hamil, ibu menyusui dan ibu dengan balita. Beberapa hasil penelitian mendukung bahwa dengan adanya edukasi pada ibu dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan sehingga terhindar dari resiko stunting. Beberapa teori juga mendukung bahwa pada teori *health promotion model*, komitmen untuk berperilaku ditimbulkan oleh perilaku kesehatan individu yang dipertahankan dengan baik, bukan karena takut akan ancaman suatu penyakit (Siahaya, 2021). Metode edukasi menentukan keberhasilan dari penyampaian informasi.

Media edukasi yang digunakan adalah E-Book dalam bentuk flipbook. *Flip PDF Professional* merupakan salah satu aplikasi yang berguna buat membuat *e-book* dalam wujud format *flipbook*. Aplikasi *Flip PDF Professional* ini dilengkapi bermacam fitur multimedia

semacam video, audio, serta animasi (Watin & Kustijono, 2017). Adapun kelebihan dari E-modul dengan aplikasi *Flip PDF Professional* adalah tampilannya yang menarik dengan penambahan gambar, animasi, video, audio dan lain sebagainya, sehingga membuat *flipbook* interaktif dengan penggunaannya. Dengan adanya gambar, video, animasi, serta audio, dapat mempermudah ibu hamil dalam memahami materi yang dipelajari. Kelebihan dari penggunaan digital *book flip PDF* adalah Media flip book dapat dibolak-balik seperti buku yang sesungguhnya. Saat membalik halaman, file terbuka seperti membalik buku, sehingga menimbulkan sensasi yang berbeda dan lebih menarik. Dalam tiap halaman flip book, dapat disisipi animasi yang mendukung materi pembelajaran, serta video dan E-book merupakan media pembelajaran yang interaktif dalam penyampaian informasi karena dapat menampilkan ilustrasi multimedia (Febrianti, 2021).

Selain media digital flip PDF, media yang dapat digunakan dalam pendampingan ibu hamil adalah aplikasi tiktok. Aplikasi ini merupakan platform media sosial berbasis video pendek yang sangat populer saat sekarang ini. Aplikasi ini berupa video yang berisi pesan-pesan visual dengan didukung suara. Media ini mengutamakan pesan-pesan visual yang biasanya terdiri dari media sosial video pendek yang dipadukan dengan musik gambaran sejumlah kata, gambar atau foto. Penyuluhan dengan media mampu membangkitkan dan membawa ibu hamil ke dalam suasana rasa senang dan gembira, dimana ada keterlibatan emosional dan mental. Efektivitas penggunaan media penyuluhan sangat ditentukan oleh banyaknya indera penerimaan yang terlibat. Semakin banyak indera yang digunakan, penyampaian pesan penyuluhan semakin mudah dimengerti. Dalam konteks edukasi kesehatan, video animasi yang menarik dapat memicu minat pengguna untuk belajar dan memperoleh informasi kesehatan yang berguna (Lestari et al., 2024). Video pembelajaran dalam TikTok akan ditampilkan dari 15 detik hingga tiga menit. Kelebihan pembelajaran dengan menggunakan bantuan media sosial TikTok yaitu pembelajaran akan lebih menarik, karena disertai ilustrasi, musik latar, dapat diakses kapanpun dan di manapun, mudah digunakan, serta penggunaannya yang tidak terbatas (Yendra, 2024).

SIMPULAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat peningkatan pengetahuan ibu terkait gizi seimbang, stunting dan kaitannya dengan kehamilan dan penggunaan terapi herbal melalui media digital flip pdf dan video edukasi berplatform tiktok . Adanya peningkatan pengetahuan dan keterlibatan kader dan puskesmas dalam meningkatkan pemberdayaan kader untuk meningkatkan kesehatan wanita khususnya ibu hamil sebagai upaya pencegahan terjadinya stunting. Saran kegiatan pengabdian masyarakat ini, sebaiknya melakukan kerjasama dengan puskesmas setempat dan melakukan monitoring secara berkala terhadap kesehatan ibu hamil serta mendukung penggunaan terapi herbal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Yayasan MERCUBAKTIJAYA atas bantuan dana dan dukungannya. Selanjutnya terimakasih kepada Universitas Mercubaktijaya, LPPM Universitas Mercubaktijaya, Kelurahan Andalas, Kecamatan Padang Timur, Partisipan dan Kader.

DAFTAR PUSTAKA

Alita, R., Rani, N., & Masruroh. (2021). Studi Literatur: Terapi Komplementer Untuk Mengurangi Mual Dan Muntah Pada Ibu Hamil. *Jurnal Medika Utama*, 2(4), 1255–1262. <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/646%0Ahttp://www.jurn>

- BPS. (2023). *Data monografi kelurahan andalas kecamatan padang timur 2023*.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2022). *Profil Kesehatan Kota Padang*.
- Febrianti, F. A. (2021). Pengembangan Digital Book Berbasis Flip PDF Professional untuk Meningkatkan Kemampuan Literasi Sains Siswa. *Caruban: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dasar*, 4(2), 102. <https://doi.org/10.33603/caruban.v4i2.5354>
- Fitriani, Barangkau, Masrah Hasan, Ruslang, Eka Hardianti, Khaeria, Resti Oktavia, & Selpiana. (2022). Cegah Stunting Itu Penting! *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JurDikMas) Sosiosaintifik*, 4(2), 63–67. <https://doi.org/10.54339/jurdikmas.v4i2.417>
- Lestari, D., Shafira, A., Agustini, W., Yunizar, N., & Nursanti, R. (2024). *Efek Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui TikTok dan Buku Terhadap Pengetahuan Remaja*. 4, 13446–13454.
- Mistari, N., Rahim, R., Tinggi, S., Manajemen, I., & Kota, S. (2023). Pemanfaatan Media Sosial sebagai Media Penyajian Konten Edukasi. *Remik: Riset Dan E-Jurnal Manajemen Informatika Komputer*, 7(3), 1276–1290. <http://doi.org/10.33395/remik.v7i3.12521>
- Nadiyah, D. L. (2021). Pemanfaatan Aplikasi Tik Tok Sebagai Media Pembelajaran Akidah Akhlak Di MTS NU Banat Kudus. *Al-Riwayah : Jurnal Kependidikan*, 13(2), 263–280. <https://doi.org/10.47945/al-riwayah.v13i2.393>
- Putri, H., Herlambang, A. D., & Zulvarina, P. (2023). Pengaruh Penggunaan Aplikasi Tiktok sebagai Sumber Belajar Digital di dalam Implementasi Problem Based Learning terhadap Hasil Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Karya Desain di SMK Negeri 5 Malang. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komput*, 7(7), 3242–3250.
- Rahmana, P. N., Putri N, D. A., & Damariswara, R. (2022). Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Media Edukasi Di Era Generasi Z. *Akademika*, 11(02), 401–410. <https://doi.org/10.34005/akademika.v11i02.1959>
- Rahmana, P. N., Putri N, D. A., & Damariswara, R. (2022). Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Media Edukasi Di Era Generasi Z. *Akademika*, 11(02), 401–410. <https://doi.org/10.34005/akademika.v11i02.1959>
- Rizqiyah, W. (2024). Analisis Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Media Sosial Dalam Memberikan Pemahaman Keislaman Bagi Generasi Milenial. *February*, 4–6.
- Wulandari, R. S., & Sari, F. K. (2022). Media Sosial sebagai Platform Pembelajaran Alternatif di Era Digital. *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro*, 3(1), 65–80.
- Yendra, Y.P. Yunardi, I., Wahyudi, S. (2024). Pemanfaatan Media Sosial Aplikasi Tiktok Sebagai Media Edukasi Di Era Generasi Z. *Jurnal Rekayasa Sistem Informasi dan Teknologi*. 1(4). 300-307