



Edukasi Pencegahan Prolaps Organ Panggul Pasca Kehamilan dan Persalinan: Program Kemitraan Masyarakat

Eighty Mardiyani Kurniawati^{1*}, Gatut Hardianto¹, Riska Wahyuningtyas¹,
Nur Anisah Rahmawati², Vina Firmanty Mustofa³, Cahyani Tiara Safitri⁴,
Agde Muzaky Kurniawan⁴, Mardianti⁴

¹Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

²Faculty of Vocational Studies, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

³Faculty of Medicine, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

⁴Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Correspondence author: eighty mardiyani kurniawati

Email: eighty-m-k@fk.unair.ac.id

Address : Jl. Prof. DR. Moestopo No.47, Pacar Kembang, Kec. Tambaksari, Surabaya, Jawa Timur 60132

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i4.584>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Pelvic organ prolapse is the descent of the pelvic structure into the vagina due to weakness of the ligaments or muscles. This complication can affect the quality of life of women in the future. One of the risk factors is related to pregnancy and childbirth. The health center is one of the health facilities that meet and make initial contact with pregnant women.

Objective: This community service aims to empower health workers in preventing pelvic organ prolapse as a long-term impact that is at risk of occurring due to the physiological process of pregnancy and childbirth, so that it can contribute to improving the quality of life of mothers.

Method: This public service was conducted by the community service team from Universitas Airlangga, on October 5, 2024, involving 27 pregnant women and 10 healthcare workers. The activities were designed to be participatory. Evaluation was carried out by providing pretests and posttests to pregnant women and health workers.

Result: The activities carried out were providing materials on the introduction of Pelvic Organ Prolapse (POP), risk factors for POP related to pregnancy and childbirth, the impact of POP on women's quality of life, prevention of POP during pregnancy and childbirth, family support and management if POP has occurred. The average pretest score was 76.00 (SD ± 5.2), while the average posttest score increased to 78.00 (SD ± 4.8). Statistical analysis indicated a significant increase in knowledge before and after the educational intervention ($p < 0.05$).

Conclusion: The community partnership program proved effective in increasing participants' knowledge. It is recommended that this program be carried out regularly and expanded in

scope to reach a broader audience, enhancing awareness and understanding of POP, particularly among pregnant women and healthcare workers.

Keywords: Pelvic organ prolapse, Pregnancy, Labor, Maternal health

Latar Belakang

Prolaps organ panggul adalah suatu kondisi di mana struktur atau organ-organ yang berada di dalam panggul, seperti rahim, kandung kemih, atau rektum, mengalami penurunan posisi dan menonjol ke dalam vagina. Hal ini terjadi akibat melemahnya jaringan penyangga, seperti otot dan ligamen di area dasar panggul, yang tidak lagi mampu menopang organ-organ tersebut dengan baik.

Insiden prolaps organ panggul sangat terkait dengan peningkatan usia. Banyak wanita dengan POP simptomatik menderita tekanan fisik dan emosional, yang menyebabkan dampak negatif pada kesejahteraan sosial, fisik, dan psikologis wanita. Meskipun sekitar 41% hingga 50% wanita datang dengan POP pada pemeriksaan fisik, hanya sekitar 3% yang bergejala. Insiden prolaps organ panggul diproyeksikan meningkat sebesar 46%, menjadi 4,9 juta, pada tahun 2050 (Aboseif & Liu, 2021). Penelitian yang dilakukan di rumah sakit rujukan di Indonesia, menemukan bahwa perempuan dengan persalinan pervaginam memiliki peluang untuk mengembangkan gangguan dasar panggul 1,9 kali dan wanita pascamenopause memiliki probabilitas 18 kali. Disfungsi dasar panggul mempengaruhi sebagian besar wanita dan meningkat seiring bertambahnya usia, paritas, dan penuaan (Junizaf. Santoso, 2013) .

Prolaps organ panggul (POP) dapat ditemukan pada lebih dari separuh dari semua wanita yang telah melahirkan. Prolaps organ panggul dapat menjadi beban bagi pasien, baik itu psikologis, sosial dan/atau ekonomi (Kusuma et al., 2017). Prolaps organ panggul berdampak negatif pada kesehatan fisik wanita dan, akibatnya, kesejahteraan psikologisnya. Studi kualitatif pada wanita usia subur dengan prolaps organ panggul menunjukkan bahwa kondisi tersebut memengaruhi hubungan intim dan keluarga, memengaruhi pengasuhan anak, aktivitas sehari-hari dan olahraga, dan bahkan memicu gangguan stres pascatrauma (Mirskaya et al., 2023).

Puskesmas Pucang Sewu memiliki program antenatal care yang rutin dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan kesehatan ibu hamil. Namun, hingga saat ini belum terdapat kegiatan edukasi yang terstruktur maupun layanan skrining terkait prolaps organ panggul (POP) pada perempuan. Angka kejadian prolaps organ panggul umumnya tercatat di rumah sakit rujukan, karena sebagian besar pasien tidak melakukan pemeriksaan atau deteksi dini di fasilitas kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam upaya promotif dan preventif di tingkat layanan primer, khususnya dalam pencegahan dan penanganan dini kasus prolaps organ panggul pada perempuan.

Tujuan

Puskesmas merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang bertemu dan melakukan kontak awal dengan ibu hamil. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk (1) meningkatkan pengetahuan ibu hamil, (2) memberdayakan tenaga kesehatan dalam mencegah prolaps organ panggul sebagai dampak jangka panjang yang berisiko terjadi akibat dari proses fisiologis kehamilan dan persalinan sehingga dapat berkontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup ibu.

Metode

Edukasi ini dilaksanakan di Puskesmas Pucang Sewu Kota Surabaya. Metode implementasi dilakukan melalui kegiatan, yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan merupakan tahap pertama yang akan dilakukan sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh tim pengusul kepada mitra, termasuk tahap perencanaan. Perencanaan dilakukan dengan koordinasi dengan pihak puskesmas. Setelah semua tahapan persiapan selesai dan terpenuhi, tahapan selanjutnya adalah memasuki tahap pelaksanaan yaitu pemberian materi. Metode komunikasi dua arah dimana narasumber memberikan materi melalui ceramah dan mengajak audiens untuk berdiskusi. Evaluasi yang dilakukan menggunakan metode one-group pretest-posttest.

Kriteria Inklusi peserta yaitu ibu hamil trimester kedua dan ketiga yang terdaftar di Puskesmas, tenaga kesehatan (bidan atau perawat) yang aktif bekerja di Puskesmas, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan edukasi, dapat membaca dan memahami materi edukasi yang disampaikan (baik secara lisan maupun tertulis) dan tidak memiliki gangguan pendengaran atau komunikasi yang menghambat proses edukasi. Kriteria Eksklusi yaitu ibu hamil dengan kondisi medis yang memerlukan tirah baring total atau komplikasi kehamilan berat, tenaga kesehatan yang sedang cuti atau tidak aktif selama masa pelaksanaan program dan peserta yang tidak menyelesaikan pretest dan posttest secara lengkap serta peserta yang sudah pernah mendapatkan edukasi terkait prolaps organ panggul dalam 3 bulan terakhir.

Evaluasi penyediaan materi dengan meninjau nilai pretest dan posttest. Data dilakukan analisis deskriptif dan statistik. Analisis statistik dilakukan dengan membandingkan rata-rata skor pretest dan posttest dengan uji paired t test, pada data berdistribusi normal. Hasil dikatakan signifikan apabila $p < 0.05$.

Hasil

Responden dalam program ini terdiri dari dua kelompok, yaitu ibu hamil ($n = 27$) dan tenaga kesehatan ($n = 10$). Mayoritas ibu hamil berada dalam rentang usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 21 orang (77,8%), sementara 6 orang (22,2%) berusia di atas 35 tahun, dan tidak ada yang berusia di bawah 20 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar ibu hamil memiliki pendidikan tinggi sebanyak 15 orang (55,6%), diikuti oleh pendidikan menengah 12 orang (44,4%), dan tidak ada yang berpendidikan dasar. Berdasarkan status pekerjaan, sebanyak 9 orang (33,3%) ibu hamil bekerja, sedangkan 18 orang (66,7%) tidak bekerja. Berdasarkan jumlah anak, sebagian besar ibu hamil memiliki 0–2 anak (77,8%), dan 22,2% memiliki lebih dari dua anak. Adapun berdasarkan usia kehamilan, mayoritas berada pada trimester kedua sebanyak 18 orang (66,7%), kemudian 6 orang (22,2%) pada trimester pertama, dan 3 orang (11,1%) pada trimester ketiga. Sementara itu, dari 10 tenaga kesehatan yang terlibat, masing-masing 5 orang (50%) memiliki lama kerja 1–5 tahun, dan 5 orang lainnya (50%) telah bekerja lebih dari 5 tahun. Tidak ada tenaga kesehatan dengan lama kerja kurang dari 1 tahun.

Tabel 1. karakteristik ibu hamil dan tenaga kesehatan

Variabel	Jumlah (%)
Ibu Hamil	
Umur	
<20 tahun	0 (0.0)
20-35 tahun	21 (77.8)

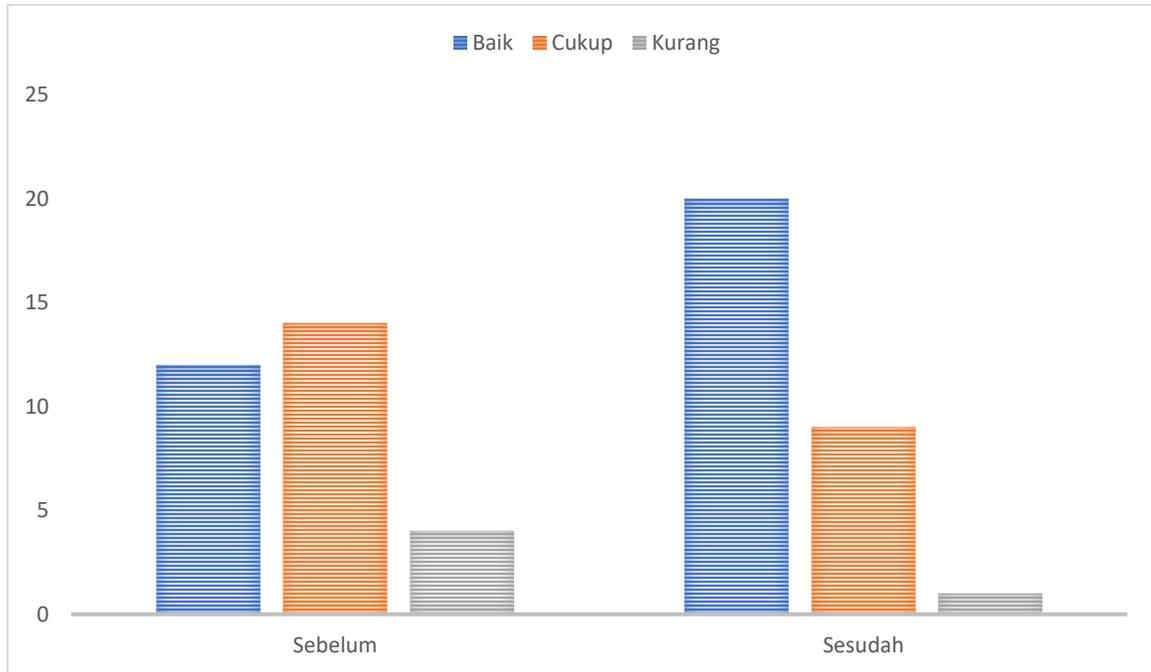
>35 tahun	6 (22.2)
Pendidikan	
Dasar	0 (0)
Menengah	12 (44.4)
Tinggi	15 (55.6)
Pekerjaan	
Ya	9 (33.3)
Tidak	18 (66.7)
Jumlah anak	
0-2	21 (77.8)
>2	6 (22.2)
Usia kehamilan	
Trimester 1	6 (22.2)
Trimester 2	18 (66.7)
Trimester 3	3 (11.1)
Tenaga kesehatan	
Lama kerja	
<1 tahun	0 (0%)
1-5 tahun	5 (50%)
>5 tahun	5 (50%)

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 5 Oktober 2024, di Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. Kegiatan dilaksanakan selama 120 menit. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 27 ibu hamil dan 10 tenaga kesehatan. Mereka melakukan pretest dan posttest dan menemukan peningkatan sebelum dan sesudah kegiatan. Materi yang diberikan yaitu pengenalan Prolaps Organ Panggul (POP), faktor risiko POP terkait kehamilan dan persalinan, dampak POP pada kualitas hidup perempuan, pencegahan POP selama kehamilan dan persalinan, dukungan keluarga dan penatalaksanaan jika sudah terjadi POP.



Gambar 1. Penyampaian materi

Hasil pemberian edukasi menunjukkan adanya peningkatan jumlah peserta yang mendapatkan pengetahuan kategori baik. Secara umum, kegiatan ini mampu memberikan bekal bagi ibu hamil dan tenaga kesehatan dalam pencegahan gangguan dasar panggul yang dapat terjadi akibat dari proses siklus reproduksi perempuan.



Gambar 2. Grafik Peningkatan pengetahuan hasil pelatihan ibu hamil

Hasil program menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan intervensi edukasi. Rata-rata skor pretest adalah 76,00 (SD \pm 5,2), sedangkan rata-rata skor posttest meningkat menjadi 78,00 (SD \pm 4,8). Hasil analisis statistik menggunakan uji paired t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah edukasi ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa program edukasi ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta.

Tabel 2. Perbedaan skor pretest dan posttest

Variabel	Rata-rata	Standar Deviasi (SD)	P-value
Ibu Hamil			
Skor Pretest	76,00	\pm 5,2	
Skor Posttest	78,00	\pm 4,8	< 0,05
Tenaga Kesehatan			
Skor Pretest	80,00	\pm 4,2	
Skor Posttest	82,00	\pm 2,8	< 0,05

Diskusi

Hasil edukasi menunjukkan ada perbedaan peningkatan pengetahuan ibu hamil dan tenaga kesehatan. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa adanya peningkatan pengetahuan meskipun tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pemilihan metode persalinan yang diinginkan sebelum dengan setelah konseling terkait pengaruhnya pada kesehatan dasar panggul (Hakim & Ekaputra, 2017). Studi lain menemukan

adanya peningkatan pengetahuan kesehatan panggul setelah satu sesi edukasi berbasis gerakan, dan hal ini bertahan hingga 1 bulan kemudian. Edukasi kesehatan panggul dapat diimplementasikan dalam pendekatan virtual untuk melibatkan perempuan di komunitas kurang terlayani dalam mempelajari lebih lanjut tentang kesehatan panggul melalui pengalaman positif sebagai dasar pendidikan untuk mendapatkan otonomi layanan kesehatan (Gillett et al., 2024).

Program edukasi mengenai kesehatan dasar panggul, khususnya pencegahan prolaps organ panggul (POP), menunjukkan hasil yang positif terhadap peningkatan pengetahuan baik pada ibu hamil maupun tenaga kesehatan. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa intervensi edukatif yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai anatomi dasar panggul, faktor risiko terjadinya prolaps organ panggul, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan sejak masa kehamilan. Meskipun peningkatan rata-rata skor tidak terlalu besar, signifikansi statistik menunjukkan bahwa perubahan tersebut bukan kebetulan, melainkan hasil dari edukasi yang diberikan secara terstruktur dan tepat sasaran. Khusus pada tenaga kesehatan, skor awal yang lebih tinggi dibanding ibu hamil menunjukkan bahwa mereka telah memiliki pemahaman dasar sebelumnya. Namun demikian, edukasi tetap memberikan manfaat dalam memperkuat dan memperbarui pengetahuan mereka, yang penting untuk mendukung peran mereka sebagai pendidik dan pendamping ibu hamil di layanan primer. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dasar panggul merupakan intervensi yang efektif dan relevan, serta perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dalam program kesehatan ibu di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama (Ningrum et al., 2024).

Studi scoping review menunjukkan adanya defisit pengetahuan terkait prevalensi gangguan dasar panggul yang tinggi seperti inkontinensia urin, inkontinensia fekal, atau gejala prolaps organ panggul. Hal ini menekankan pentingnya peningkatan edukasi spesifik dan saran kesehatan terkait kesehatan dasar panggul bagi ibu hamil untuk menutup kesenjangan pengetahuan dan meningkatkan kesehatan dasar panggul yang berkelanjutan. Pembentukan kelompok profesional dituntut untuk menekankan pentingnya konsep edukasi yang spesifik dan sesuai dengan kelompok sasaran terkait kesehatan dasar panggul (Weinert & Plappert, 2025).

Kesimpulan

Program kemitraan masyarakat yang dilaksanakan, termasuk edukasi mengenai Prolaps Organ Panggul (POP), terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta, yang ditunjukkan dengan peningkatan skor posttest secara signifikan. Materi yang disampaikan mencakup faktor risiko, pencegahan, dampak terhadap kualitas hidup, serta penanganan dan dukungan keluarga bagi perempuan dengan POP. Selain itu, program ini sebaiknya dilaksanakan secara rutin dan diperluas cakupannya agar menjangkau lebih banyak ibu hamil dan tenaga kesehatan. Puskesmas dapat memasukkan edukasi mengenai latihan otot dasar panggul, seperti senam Kegel, ke dalam kelas ibu hamil secara berkala sebagai upaya pencegahan sejak dini.

Daftar Pustaka

1. Aboseif, C., & Liu, P. (2021). Pelvic Organ Prolapse. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing.
2. Gillett, A., Traywick, L., LaGorio, K., & Dold, A. (2024). Increasing Access to Pelvic Health Education for Women in Underserved Communities: A Mixed-methods study. *Health Promotion International*, 39(6), <https://doi.org/10.1093/heapro/daae180>
3. Hakim, S., & Ekaputra, F. (2017). The Impacts of Pelvic Floor Dysfunction Counseling to the

Knowledge Level and Attitude of Pregnant Women with Gestational Age above Thirty Six Weeks in the Selection of Delivery Method. *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology*, 5(2), 5–10.

4. Junizaf, Santoso, B. (2013). *Panduan Penatalaksanaan Prolaps Organ Panggul*. Jakarta: Himpunan Uroginekologi Indonesia.
5. Kusuma, I. G. Y. S., Putra, I. G. M., Megadhana, I. W., Sanjaya, I. N. H., & Manuaba, I. F. (2017). Characteristics of Patients with Pelvic Organ Prolapse in Obstetrics and Gynecologic Outpatient Clinic in Sanglah Hospital, Bali, Indonesia from January 2014 to December 2015. *Bali Medical Journal*, 6(1), 76. <https://doi.org/10.15562/bmj.v6i1.390>
6. Mirskaya, M., Isaksson, A., Lindgren, E.-C., & Carlsson, I.-M. (2023). Bearing the Burden of Spill-over Effects: Living with A Woman Affected by Symptomatic Pelvic Organ Prolapse after Vaginal Birth – from A Partner’s Perspective. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 37, 100894. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2023.100894>
7. Ningrum, E. W., Lusmilasari, L., Huriyati, E., Marthias, T., & Hasanbasri, M. (2024). Improving Maternal Health Literacy among Low-Income Pregnant Women: A systematic review. *Narra J*, 4(2), 1–13. <https://doi.org/10.52225/narra.v4i2.886>
8. Weinert, K., & Plappert, C. F. (2025). Pregnant Women’s Knowledge of Pelvic Floor and Related Dysfunctions: A Scoping Review. *Healthcare (Switzerland)*, 13(8). <https://doi.org/10.3390/healthcare13080847>