



Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu melalui Pemanfaatan Buku KIA dan Yoga Ibu Hamil untuk Pencegahan Risiko Komplikasi Kardiovaskular pada Kehamilan

Hadriani¹, Nurfatimah^{1*}, Siti Hadijah Batjo¹, Hastuti Usman¹, Hadina¹, Yuli Admasari¹, Sarliana¹, Anna Veronica Pont¹, Olkamien Jesdika Longulo¹, Mardiani Mangun¹, Linda¹, Lili Suryani¹, Mercy Joice Kaparang¹, Muliani¹, Dwi Kartika Sari¹, Zakiah Radjulaeni¹, Wiji Suliani¹

¹ Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu, Kota Palu, Provinsi Sulawesi Tengah, Indonesia

* E-mail: nfatimahhh@gmail.com

Received: 4 Juli 2025

Accepted: 28 Agustus 2025

Published: 31 Agustus 2025

Abstract

The maternal mortality rate (MMR) in Indonesia remains high, with cardiovascular diseases, including heart-related disorders, identified as leading causes. At the community level, Posyandu cadres play a crucial role in early detection and health education for pregnant women. This community service program aimed to improve the knowledge and skills of Posyandu cadres in utilizing the Maternal and Child Health Handbook (Buku KIA) and to introduce prenatal yoga as a promotive effort to prevent cardiovascular risks during pregnancy. The program was conducted in Guntarano Village, Tanantovea Subdistrict, Donggala Regency, involving 17 Posyandu cadres and five pregnant women. Training methods included lectures, group discussions, simulations, role-play, and yoga practice guided by a certified instructor. Evaluation employed a one-group pre–post test design using a structured questionnaire with multiple-choice and case-based questions; data were analyzed descriptively and comparatively. Results showed a significant improvement in cadres' knowledge, with mean scores increasing from 62.4 (pre-test) to 88.7 (post-test), representing a 42.2% increase. Understanding of Buku KIA utilization and recognition of pregnancy danger signs reached 100%. However, misconceptions remained, particularly regarding the belief that iron tablets (TTD) should only be consumed when feeling weak and could be taken with tea or coffee, as well as limited knowledge of the minimum recommended number of antenatal visits. This activity demonstrated that structured training effectively strengthens cadres' promotive and preventive roles, although continuous education is necessary to correct persistent misunderstandings. This intervention has the potential to be replicated in other areas as a model for empowering Posyandu cadres in reducing pregnancy-related complications.

Keywords: Posyandu Cadre, Maternal and Child Health Handbook, Prenatal Yoga, Cardiovascular Complications, Pregnancy.

Abstrak

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi, dengan penyakit kardiovaskular termasuk gangguan jantung sebagai penyebab utama. Di tingkat komunitas, kader Posyandu berperan penting dalam deteksi dini dan edukasi ibu hamil. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader Posyandu dalam memanfaatkan Buku KIA serta mengenalkan yoga ibu hamil sebagai upaya promotif pencegahan risiko gangguan jantung. Kegiatan dilaksanakan di Desa Guntarano, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala, dengan melibatkan 17 kader Posyandu dan lima ibu hamil. Metode pelatihan mencakup ceramah, diskusi kelompok, simulasi, role play, dan praktik yoga yang dipandu instruktur bersertifikat. Evaluasi menggunakan desain pre–post test dengan instrumen kuesioner pilihan ganda dan studi kasus; analisis dilakukan secara deskriptif komparatif. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan skor rata-rata pengetahuan kader dari 62,4 (pre-test) menjadi 88,7 (post-test), dengan persentase peningkatan 42,2%. Pemahaman tentang pemanfaatan buku KIA dan deteksi tanda bahaya kehamilan mencapai 100%. Namun, masih ditemukan miskonsepsi, terutama terkait kebiasaan kader yang menganggap Tablet Tambah Darah

(TTD) cukup diminum saat lemas dan boleh dikonsumsi bersama teh/kopi, serta kurangnya pemahaman mengenai minimal kunjungan kehamilan. Kegiatan ini membuktikan bahwa pelatihan terstruktur dapat meningkatkan kapasitas kader dalam peran promotif dan preventif, meskipun diperlukan edukasi berkelanjutan untuk memperbaiki pemahaman yang masih keliru. Intervensi ini diharapkan dapat direplikasi di wilayah lain sebagai model pemberdayaan kader Posyandu dalam upaya menurunkan risiko komplikasi kehamilan.

Kata Kunci: Kader Posyandu, Buku KIA, Yoga Ibu Hamil, Komplikasi Kardiovaskular, Kehamilan.

A. PENDAHULUAN

Angka kematian ibu (AKI) masih menjadi salah satu indikator utama yang mencerminkan derajat kesehatan masyarakat di Indonesia. Hipertensi kehamilan (gestasional) merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu, yang diperkirakan berkontribusi terhadap 10–15% kasus kematian, terutama di negara berkembang (Garovic et al., 2022; Zolekhah et al., 2024). Penyakit kardiovaskular dalam kehamilan, yang dalam konteks ini mencakup hipertensi gestasional, preeklampsia, dan penyakit kardiovaskular lain yang tidak terdeteksi sejak dini, kini semakin mendapatkan perhatian sebagai faktor penyebab kematian maternal yang signifikan (Ramlakhan et al., 2022). Pencegahan risiko jantung pada ibu hamil tidak hanya membutuhkan intervensi medis, tetapi juga upaya promotif dan edukatif yang melibatkan peran serta masyarakat, khususnya kader Posyandu sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan dasar (Ambarwati et al., 2023; Rokhaidah et al., 2025).

Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) merupakan media penting yang dapat dimanfaatkan dalam promosi kesehatan ibu hamil. Buku ini berisi informasi lengkap tentang kehamilan, tanda bahaya, serta panduan perawatan ibu dan bayi (Fajrin & Nikmah, 2022; Simatupang & Silalahi, 2022). Namun, pada kenyataannya, pemanfaatan Buku KIA masih belum optimal di berbagai daerah, termasuk di Desa Guntarano, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala. Data Puskesmas Wani menunjukkan bahwa dari 67 ibu hamil pada tahun 2024, hanya sekitar 58% yang rutin menggunakan Buku KIA dalam pemantauan kehamilannya. Selain itu, tercatat 7 kasus hipertensi kehamilan dalam satu tahun terakhir, yang sebagian besar baru terdeteksi pada trimester ketiga. Kondisi ini menunjukkan rendahnya pemanfaatan Buku KIA sebagai sarana deteksi dini dan masih tingginya risiko komplikasi kardiovaskular di wilayah sasaran. Kader Posyandu di wilayah ini umumnya belum mendapatkan pelatihan khusus mengenai bagaimana menggunakan Buku KIA secara maksimal sebagai alat edukasi dan pemantauan kesehatan ibu hamil, terutama dalam hal pencegahan risiko penyakit kardiovaskular dalam kehamilan.

Kurangnya pemahaman kader terhadap isi dan fungsi Buku KIA berdampak pada minimnya informasi yang disampaikan kepada ibu hamil selama kegiatan Posyandu. Akibatnya, potensi deteksi dini terhadap gangguan kesehatan ibu, termasuk gejala awal penyakit kardiovaskular, menjadi rendah. Untuk itu, diperlukan upaya peningkatan kapasitas kader Posyandu melalui pelatihan yang terarah, agar mampu mengedukasi ibu hamil secara tepat dan menggunakan Buku KIA sebagai alat bantu dalam penyampaian pesan kesehatan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pelatihan kader secara sistematis mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam promosi kesehatan serta deteksi dini komplikasi kehamilan (Marbun et al., 2024; Rokhaidah et al., 2025). Selain itu, pemanfaatan Buku KIA terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai tanda bahaya kehamilan dan pencegahan komplikasi, termasuk yang terkait dengan risiko kardiovaskular (Merben & Hidayanti, 2024; Wijayanti et al., 2024; Wijhati, 2022; Zolekhah et al., 2020). Dengan demikian, penguatan kapasitas kader melalui pemanfaatan Buku KIA tidak hanya mendukung aspek edukasi, tetapi juga menjadi strategi promotif–preventif yang berbasis bukti untuk menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular pada kehamilan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dalam memanfaatkan Buku KIA sebagai media promosi kesehatan ibu hamil, dengan fokus pada pencegahan risiko penyakit kardiovaskular dalam kehamilan. Secara khusus, kegiatan ini menargetkan peningkatan skor pengetahuan kader minimal 20% setelah pelatihan serta mengurangi miskonsepsi terkait konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan tanda

bahaya kardiovaskular. Melalui pelatihan ini diharapkan kader dapat menjadi mitra strategis dalam menurunkan angka komplikasi kehamilan akibat gangguan jantung melalui edukasi dan deteksi dini berbasis komunitas.

B. METODE DAN PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Guntarano, Kecamatan Tanantovea, Kabupaten Donggala, selama dua hari, yaitu pada tanggal 11–12 Juni 2025. Sasaran kegiatan adalah kader Posyandu yang aktif dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak di desa tersebut. Pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader dalam memanfaatkan Buku KIA, khususnya untuk promosi pencegahan risiko gangguan jantung pada ibu hamil. Tahapan kegiatan bisa terlihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1. Pelatihan Kader tentang Pemanfaatan Buku KIA

1. Tahap Persiapan

Tahap ini meliputi koordinasi dengan pemerintah desa, puskesmas setempat, dan pengurus Posyandu untuk menentukan peserta dan lokasi kegiatan. *Sebanyak 17 kader Posyandu dipilih sebagai peserta utama, sementara 5 ibu hamil dilibatkan dalam sesi praktik.* Selain itu, dilakukan penyusunan materi pelatihan, instrumen pretest dan posttest, serta booklet pendampingan pemanfaatan Buku KIA.

2. Pretest

Sebelum pelatihan dimulai, peserta kader Posyandu diberikan pretest untuk mengukur pengetahuan awal mereka mengenai isi dan fungsi Buku KIA serta pemahaman dasar tentang risiko penyakit kardiovaskular dalam kehamilan. Instrumen pretest berupa kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda dengan format benar–salah. Pertanyaan mencakup topik konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), pemantauan kehamilan menggunakan Buku KIA, tanda bahaya kehamilan, edukasi gizi, dan gejala awal penyakit kardiovaskular pada ibu hamil. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0, dengan rentang nilai 0–10 yang kemudian dikonversi ke skala 0–100.

3. Pelatihan Kader

Pelatihan dilaksanakan dalam bentuk penyampaian materi, diskusi interaktif, dan simulasi. Materi yang diberikan mencakup: Pengantar tentang kesehatan ibu hamil dan risiko penyakit kardiovaskular, Fungsi dan isi Buku KIA, Strategi edukasi kepada ibu hamil menggunakan Buku KIA, Tanda bahaya kehamilan dan peran kader dalam deteksi dini. Kegiatan pelatihan juga disertai dengan role-play penggunaan Buku KIA dalam penyuluhan kelompok dan kunjungan rumah. Seluruh 17 kader terlibat aktif dalam setiap sesi.

4. Pendampingan Kader

Setelah menerima pelatihan, kader diberikan kesempatan praktik langsung untuk mengisi dan menjelaskan informasi dalam Buku KIA kepada ibu hamil. Pendampingan ini dilakukan oleh tim

dosen dan mahasiswa melalui observasi lapangan. Tujuannya adalah memastikan kader dapat menerapkan materi secara aplikatif dalam situasi nyata serta memperkuat rasa percaya diri mereka dalam berinteraksi dengan sasaran edukasi.

5. Posttest

Untuk mengukur efektivitas kegiatan, kader diberikan posttest dengan instrumen yang sama seperti pretest. Analisis data dilakukan secara deskriptif komparatif dengan menghitung nilai rata-rata, selisih skor pre–post, serta persentase peningkatan. Perhitungan dilakukan menggunakan Microsoft Excel 2021. Indikator keberhasilan ditetapkan apabila terjadi peningkatan rata-rata skor minimal 20%. Selain itu, dilakukan refleksi kelompok sebagai umpan balik terhadap materi yang diberikan dan metode penyampaian.

6. Yoga Ibu hamil

Sebagai bagian dari pendekatan promotif, dilakukan sesi praktik yoga ibu hamil yang dilaksanakan pada hari kedua kegiatan. Kegiatan ini dipandu oleh instruktur yoga bersertifikat dan diikuti oleh kader Posyandu serta ibu hamil yang hadir sebagai peserta peraga. Materi yang diajarkan meliputi gerakan peregangan ringan, teknik pernapasan, dan relaksasi yang aman dilakukan selama kehamilan. Penerimaan kegiatan yoga dievaluasi melalui observasi keterlibatan peserta, wawancara singkat mengenai manfaat yang dirasakan, serta kuesioner kepuasan sederhana dengan skala 1–5. Tujuan sesi ini adalah mengenalkan alternatif aktivitas fisik sederhana yang dapat diterapkan kader dalam penyuluhan maupun praktik mandiri oleh ibu hamil, khususnya untuk mendukung kesehatan jantung dan keseimbangan emosional.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik peserta

Karakteristik Peserta	Jumlah	Persentase
Pendidikan		
SD	2	11,76
SMP	2	11,76
SMA	12	70,59
Perguruan Tinggi	1	5,88
Pekerjaan		
Bekerja	2	11,77
Tidak Bekerja/IRT	15	88,23
Umur		
< 20 tahun	1	5,88
20-35 tahun	9	52,94
>35 tahun	7	41,18
Lama Menjadi Kader		
≤3 tahun	3	17,65
>3 tahun	14	82,35

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas peserta kelas ibu balita memiliki latar belakang pendidikan yang cukup tinggi, dengan 42,3% berpendidikan perguruan tinggi dan 38,5% berpendidikan SMA. Sebagian besar peserta tidak bekerja atau merupakan ibu rumah tangga (76,9%), yang memungkinkan mereka memiliki lebih banyak waktu untuk berpartisipasi dalam kegiatan dan menerapkan pengetahuan yang didapat. Dari segi jumlah anak, peserta dengan satu atau dua anak mendominasi, masing-masing sebesar 30,8% dan 26,9%, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu masih dalam tahap awal pengasuhan balita.

Selain itu, distribusi jenis kelamin anak memperlihatkan bahwa 57,5% peserta memiliki anak perempuan, sedangkan 42,3% memiliki anak laki-laki. Karakteristik peserta ini menunjukkan bahwa program kelas ibu balita berpotensi memberikan manfaat besar, mengingat sebagian besar peserta memiliki latar belakang pendidikan yang memadai dan waktu yang cukup untuk mengikuti serta menerapkan pengetahuan yang disampaikan dalam program ini.

Tabel 2. Pengetahuan Responden

Pengetahuan	Benar		Salah	
	n	%	n	%
Ibu hamil dianjurkan meminum Tablet Tambah Darah (TTD) hanya jika merasa lemas atau pucat.	16	94,12	1	5,88
Pemantauan berat badan, lingkar lengan atas, dan tekanan darah selama kehamilan dapat dilakukan melalui kurva di Buku KIA	17	100,0	0	0,0
Pemeriksaan kehamilan sebaiknya dilakukan minimal 4 kali selama masa kehamilan.	9	52,94	8	47,06
Tanda bahaya pada ibu hamil harus segera dirujuk ke tenaga kesehatan.	17	100,0	0	0,0
Kader posyandu dapat menggunakan poster Isi Piringku untuk menjelaskan kebutuhan gizi ibu hamil.	17	100,0	0	0,0
Ibu hamil boleh meminum TTD bersamaan dengan teh atau kopi untuk mengurangi mual.	16	94,12	1	5,88
Ibu hamil dianjurkan mengonsumsi air putih sebanyak 8–12 gelas per hari.	16	94,12	1	5,88
Kegiatan posyandu untuk ibu hamil dilakukan dalam 5 langkah utama	14	82,35	3	17,65
Sesak napas berat saat beristirahat atau berbaring bisa menjadi tanda gangguan jantung pada ibu hamil.	15	88,23	2	11,77
Batuk berdahak yang berlangsung lama, terutama saat berbaring, bisa menjadi tanda penyakit jantung pada kehamilan.	10	58,82	7	41,18

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil evaluasi terhadap 17 kader posyandu, diperoleh gambaran bahwa secara umum kader memiliki pengetahuan yang cukup baik mengenai topik-topik penting dalam pelayanan kesehatan ibu hamil. Hal ini ditunjukkan dengan tingginya persentase jawaban benar pada beberapa aspek kunci, seperti pemantauan kehamilan, tanda bahaya, serta edukasi gizi. Seluruh kader (100%) mengetahui bahwa pemantauan berat badan, lingkar lengan atas, dan tekanan darah ibu hamil dapat dilakukan melalui kurva yang tersedia di Buku KIA. Demikian pula, seluruh responden menyadari bahwa tanda bahaya pada kehamilan harus segera dirujuk ke tenaga kesehatan, serta memahami bahwa media seperti poster "Isi Piringku" dapat digunakan untuk menjelaskan kebutuhan gizi ibu hamil kepada masyarakat.

Sebagian besar kader (94,12%) juga menunjukkan pemahaman yang baik terkait kebutuhan konsumsi air putih selama kehamilan dan tanda-tanda bahaya seperti sesak napas berat saat istirahat atau berbaring, yang dapat mengindikasikan gangguan jantung. Selain itu, 82,35% kader memahami bahwa kegiatan posyandu untuk ibu hamil dilaksanakan melalui lima langkah utama.

Namun demikian, terdapat beberapa temuan yang menunjukkan masih adanya miskonsepsi yang perlu diperbaiki. Salah satunya adalah kesalahan pemahaman mengenai konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), di mana sebanyak 94,12% kader menyatakan bahwa TTD hanya perlu diminum saat ibu merasa lemas atau pucat. Padahal, pernyataan tersebut keliru, karena TTD harus dikonsumsi secara rutin selama kehamilan untuk mencegah anemia. Selain itu, sebagian besar kader (94,12%) juga menganggap bahwa TTD boleh diminum bersamaan dengan teh atau kopi, padahal keduanya dapat menghambat penyerapan zat besi, sehingga hal ini berisiko mengurangi efektivitas suplementasi.

Hal yang juga perlu menjadi perhatian adalah rendahnya tingkat pengetahuan kader mengenai jumlah minimal kunjungan pemeriksaan kehamilan, di mana hanya 52,94% kader yang menjawab benar bahwa pemeriksaan kehamilan sebaiknya dilakukan minimal empat kali selama masa kehamilan. Selain itu, hanya 58,82% kader yang menyadari bahwa batuk berdahak yang berlangsung lama, terutama saat berbaring, bisa menjadi tanda penyakit jantung pada ibu hamil.

Secara umum, hasil ini mengindikasikan bahwa meskipun kader telah memiliki pemahaman dasar yang baik dalam beberapa aspek penting, masih terdapat area yang perlu diperkuat melalui pelatihan atau pembinaan lebih lanjut, khususnya terkait konsumsi TTD dan deteksi dini gejala penyakit jantung pada kehamilan. Peningkatan kapasitas kader sangat penting untuk mendukung upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu hamil di tingkat masyarakat.



Gambar 2. Pengisian Kuesioner pretest oleh kader dan Studi kasus



Gambar 3. Pelatihan Kader tentang Pemanfaatan Buku KIA



Gambar 4. Yoga pada ibu hamil

Pembahasan

Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman kader Posyandu terkait pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) (Marbun et al., 2024) dan pentingnya

aktivitas fisik seperti yoga ibu hamil. Sebelum pelatihan, pemahaman kader terhadap fungsi Buku KIA cenderung terbatas pada pencatatan administratif. Setelah intervensi, seluruh peserta mampu menjelaskan fungsi kurva pertumbuhan dalam Buku KIA untuk memantau berat badan, tekanan darah, dan lingkaran lengan atas (LiLA), serta mengenali tanda bahaya yang memerlukan rujukan ke tenaga kesehatan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan skor pengetahuan kader, yang mencerminkan efektivitas pendekatan edukatif berbasis partisipatif dalam kegiatan ini.

Temuan ini menguatkan peran strategis Buku KIA sebagai alat komunikasi dan edukasi, sebagaimana dijelaskan oleh Kementerian Kesehatan bahwa Buku KIA (Kementerian Kesehatan RI, 2024) adalah media penting untuk mendeteksi risiko dan mendukung keterlibatan keluarga dalam pemantauan kesehatan ibu dan anak (Merben & Hidayanti, 2024; Sugiarti et al., 2020; Wijayanti et al., 2024). Sejalan dengan itu, penelitian lain menunjukkan bahwa pelatihan kader secara terstruktur terbukti meningkatkan keterampilan mereka dalam melakukan deteksi dini komplikasi, termasuk yang berkaitan dengan risiko kardiovaskular pada kehamilan (Rokhaidah et al., 2025). Namun, realita di lapangan menunjukkan bahwa pemanfaatan Buku KIA masih belum optimal, terutama pada kader dengan latar belakang pendidikan menengah ke bawah. Rendahnya literasi kesehatan kader berdampak pada minimnya informasi yang tersampaikan kepada ibu hamil. Hal ini sejalan dengan teori komunikasi kesehatan yang menekankan pentingnya pemberdayaan kader sebagai perantara informasi yang efektif (Gannika et al., 2025; Hartati & Sumanti, 2023; Saputri et al., 2024). Dengan demikian, penguatan kapasitas kader melalui pemanfaatan Buku KIA bukan hanya meningkatkan aspek pengetahuan, tetapi juga berkontribusi nyata pada upaya promotif-preventif untuk mengurangi komplikasi kehamilan yang berhubungan dengan penyakit kardiovaskular.

Selain itu, pengenalan yoga ibu hamil sebagai bagian dari intervensi memberikan kontribusi penting dalam meningkatkan pemahaman kader tentang pentingnya aktivitas fisik terarah selama kehamilan (Apreliasari & Wahyuni, 2023; Setiawati et al., 2021). Yoga terbukti secara ilmiah mampu meningkatkan fungsi jantung, mengurangi stres, dan mempersiapkan tubuh ibu hamil menjelang persalinan (Kundarti et al., 2025; Kusumasari, 2023; Yekefallah et al., 2021). Dengan adanya praktik langsung yoga bersama instruktur bersertifikat, kader memperoleh pengalaman empiris yang dapat ditransfer secara praktis kepada ibu hamil di komunitas. Hal ini mendorong kader untuk tidak hanya menjadi penyampai informasi, tetapi juga fasilitator aktivitas promotif yang kontekstual dan berkelanjutan.

Namun demikian, masih ditemukan miskonsepsi di kalangan kader, khususnya terkait konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dan standar kunjungan kehamilan. Sebanyak 94,12% kader memiliki persepsi keliru bahwa TTD hanya diminum saat merasa lemas, dan aman dikonsumsi bersama teh atau kopi, padahal keduanya dapat menghambat penyerapan zat besi. Selain itu, hanya 52,94% kader yang mengetahui bahwa minimal empat kali kunjungan kehamilan (K1-K4) wajib dilakukan. Temuan ini mengindikasikan perlunya tindak lanjut berupa pelatihan berkelanjutan, penguatan media edukasi visual, serta sistem pendampingan lapangan. Hal ini sejalan dengan temuan (Marbun et al., 2024) bahwa peningkatan kapasitas kader tidak cukup dilakukan sekali, melainkan memerlukan intervensi berkelanjutan untuk memastikan perubahan perilaku edukatif yang konsisten. Pengabdian ini berhasil menunjukkan bahwa pelatihan terarah berbasis kebutuhan lokal dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kapasitas kader Posyandu untuk mencegah komplikasi kehamilan berbasis komunitas, khususnya komplikasi yang terkait dengan penyakit kardiovaskular dalam kehamilan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Desa Guntarano berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dalam memanfaatkan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) dan mengenalkan yoga ibu hamil sebagai upaya promotif pencegahan risiko penyakit kardiovaskular dalam kehamilan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan skor rata-rata pengetahuan kader dari 62,4 (pretest) menjadi 88,7 (posttest), atau terjadi peningkatan sebesar 42,2%. Pelatihan yang diberikan terbukti efektif dalam memperkuat

peran kader sebagai agen edukasi di tingkat komunitas, khususnya dalam aspek pemantauan kehamilan dan penyampaian informasi kesehatan secara tepat. Namun, keterbatasan kegiatan ini adalah jumlah peserta yang relatif sedikit (17 kader) dan cakupan wilayah yang terbatas pada satu desa, sehingga hasil belum dapat digeneralisasikan secara luas.

Disarankan agar pelatihan kader dilakukan secara rutin dan terstruktur dengan dukungan media edukasi visual, serta disertai supervisi lapangan oleh tenaga kesehatan puskesmas untuk memastikan penerapan. Pembentukan komunitas belajar kader dan pemanfaatan teknologi informasi seperti WhatsApp atau pelatihan daring dapat memperkuat jejaring edukasi. Selain itu, kolaborasi lintas sektor antara pemerintah desa, puskesmas, dan institusi pendidikan kesehatan diperlukan untuk mendukung sistem rujukan serta keberlanjutan program.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, N. D., Kartasurya, M. I., & Purnami, C. T. (2023). Towards Zero Maternal Mortality: The Role of Policy Makers in Maternal Perinatal Audit Surveillance and Response. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 17(1), 45–56. <https://doi.org/10.33860/jik.v17i1.2124>
- Apreliasari, H., & Wahyuni, I. (2023). Prenatal Yoga Pada Ibu Hamil di Desa Labuhan Labo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 5(1), 82–85. <https://doi.org/10.51933/jpma.v5i1.999>
- Fajrin, F. I., & Nikmah, K. (2022). Pemahaman Buku KIA Melalui Kelas Ibu Hamil. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(3). <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i3.8178>
- Gannika, L., Mulyadi, M., & Rotty, M. P. F. (2025). Pelatihan Kader Posyandu Untuk Pemantauan Tumbuh Kembang Bayi dan Balita Di Kota Manado. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 193–200. <https://doi.org/10.53770/amjpm.v4i2.363>
- Garovic, V. D., Dechend, R., Easterling, T., Karumanchi, S. A., McMurtry Baird, S., Magee, L. A., Rana, S., Vermunt, J. V., & August, P. (2022). Hypertension in Pregnancy: Diagnosis, Blood Pressure Goals, and Pharmacotherapy: A Scientific Statement From the American Heart Association. *Hypertension*, 79(2). <https://doi.org/10.1161/HYP.000000000000208>
- Hartati, S., & Sumanti, N. T. (2023). Hubungan Peran, Interaksi Sosial dan Budaya Kader terhadap Pelayanan Posyandu sebagai Upaya Peningkatan Mutu Pelayanan untuk Ibu dan Anak. *Indonesia Journal of Midwifery Sciences*, 2(4), 313–320. <https://doi.org/10.53801/ijms.v2i4.124>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from: <https://ayosehat.kemkes.go.id/buku-kia-kesehatan-ibu-dan-anak>
- Kundarti, F. I., Titisari, I., & Pujiastuti, N. (2025). Pemberdayaan Wanita Usia Subur dalam Deteksi Kanker Payudara dengan Aplikasi mindful mom dan Pelatihan Mindfulness Based Cognitive Therapy Breast Cancer. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 164–172. <https://doi.org/10.53770/amjpm.v4i2.389>
- Kusumasari, H. A. R. (2023). The Effectiveness of Prenatal Yoga As Complementary Therapy on Birth Outcomes. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 11(1), 85–119. <https://doi.org/10.33650/jkp.v11i1.5542>
- Marbun, U., Irnawati, I., & Sari, L. P. (2024). Pemberdayaan Kader Posyandu Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan dalam Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*, 5(2), 216–223. <https://doi.org/10.36590/jagri.v5i2.1300>
- Merben, O., & Hidayanti, A. N. (2024). Efektifitas Penggunaan Buku KIA dan Kelas Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Tanda Bahaya pada Kehamilan di Puskesmas Ranjeng Tahun 2024. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 9(01), 91. <https://doi.org/10.35720/tscnrs.v9i01.505>
- Ramlakhan, K. P., Malhamé, I., Marelli, A., Rutz, T., Goland, S., Franx, A., Sliwa, K., Elkayam, U., Johnson, M. R., Hall, R., Cornette, J., & Roos-Hesselink, J. W. (2022). Hypertensive disorders of pregnant women with heart disease: the ESC EORP ROPAC Registry. *European Heart Journal*, 43(38), 3749–3761. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehac308>
- Rokhaidah, R., Jansen, S., Herlina, S., & Florensia, L. (2025). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu dalam Pemantauan Pertumbuhan Balita untuk Pencegahan Stunting di Depok. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8(7), 3412–3428.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i7.20389>
- Saputri, R., Holilah, S. N., Raudhatul Jannah, G., Amanah, N., Mustaqimah, M., & Hakim, A. R. (2024). Pemberdayaan Kader Kesehatan Desa Sungai Rangas Tengah Melalui Pemberian Pendidikan Tentang Hipertensi. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 2(1), 51–55. <https://doi.org/10.63004/mcm.v2i1.363>
- Setiawati, N., Latifah, L., Kartikasari, A., & Anggraeni, M. D. (2021). Peningkatan Pengetahuan Penanganan Morning Sickness Pada Kader Kesehatan Melalui Penyuluhan dan Penerapan Latihan Yoga. *Jurnal of Community Health Development*, 2(2), 15. <https://doi.org/10.20884/1.jchd.2021.2.2.3555>
- Simatupang, D., & Silalahi, E. L. (2022). Pengaruh Sosialisasi Buku KIA Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Buku KIA. *Malahayati Nursing Journal*, 4(5). <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i5.6559>
- Sugiarti, S., Rustina, Y., & Efendi, D. (2020). Literature Review: Pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) serta Potensi Pengembangan Selanjutnya. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 311–321. <https://doi.org/10.26630/jk.v11i2.1500>
- Wijayanti, D., Purwati, A., & Retnaningsih, R. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 9(2), 67–74. <https://doi.org/10.33867/c2byzp04>
- Wijhati, E. R. (2022). Peningkatan Kapasitas Kader Dalam Pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). *Abdi Geomedisains*. <https://doi.org/10.23917/abdigeomedisains.v2i2.326>
- Yekefallah, L., Namdar, P., Dehghankar, L., Golestaneh, F., Taheri, S., & Mohammadkhaniha, F. (2021). The effect of yoga on the delivery and neonatal outcomes in nulliparous pregnant women in Iran: a clinical trial study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 351. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03794-6>
- Zolekhah, D., Barokah, L., & Kusumawardani, A. M. (2024). Karakteristik Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil. *PREPOTIF: JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 8(3), 8110–8117. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.34370>
- Zolekhah, D., Shanti, E. F. A., & Barokah, L. (2020). Efektivitas Pelatihan Kader Posyandu Dalam Penggunaan Buku KIA Dengan Metode Make a Match. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1). <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.42>