

ABSTRAK

Latar belakang: Menurunkan angka kesakitan dan kematian ibu dan anak menjadi tantangan bersama untuk mencari jalan keluar. Penilaian indikator fisik tidak lagi memadai karena kesehatan ibu dan anak perlu dinilai tidak hanya berdasar menyelamatkan nyawa, tetapi juga dalam meningkatkan kualitas hidup ibu. Perlu diujicobakan suatu bentuk pelatihan persiapan masa nifas, dan perlu adanya pengkajian tentang pengetahuan, dukungan sosial, efikasi diri, dan kualitas hidup ibu nifas sebagai upaya peningkatan kualitas hidup ibu nifas.

Tujuan: Menguji dan mendapatkan bukti secara empirik adanya hubungan antara pelatihan persiapan masa nifas, pengetahuan ibu nifas, dukungan sosial, efikasi diri ibu nifas dengan kualitas hidup ibu nifas.

Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan kuasi eksperimen *non equivalent control group design* dengan *repeated measures design*. Dilaksanakan di Kabupaten Sragen pada bulan Desember 2012-Desember 2013. Kelompok perlakuan (Kecamatan Miri) mendapatkan pelatihan persiapan masa nifas (PMN) pada masa kehamilan trimester III, sedangkan kelompok kontrol (Kecamatan Sukodono) tidak mendapatkan PMN. Pelatihan PMN menggunakan media Buku Perawatan Nifas dan Bayi Baru Lahir. Pada kedua kelompok dilakukan pengukuran pengetahuan, dukungan sosial, efikasi diri, dan kualitas hidup pada saat nifas. Penghitungan sampel dengan *proporsional random sampling*. Sampel diambil dengan kuota sampling sesuai dengan kriteria inklusi sejumlah 45 ibu nifas pada kelompok perlakuan dan 45 ibu nifas pada kelompok kontrol. Kriteria inklusi sampel adalah kehamilan pertama, saat kehamilan mendapatkan perawatan rutin (minimal 4 kali kunjungan *antenatal care/ANC*) dengan memeriksakan diri ke bidan desa di wilayahnya, persalinan pervaginam, bayi lahir tunggal, persalinan ditolong oleh bidan desa di wilayahnya, memiliki kontak dengan ibu kandung dan ibu mertua atau keluarga yang dihormati, dan bersedia menjadi responden, suku Jawa. Ibu dengan kriteria inklusi akan dikeluarkan (dieksklusi) bila mengalami bayi meninggal, dan bayi dengan kelainan bawaan. Kriteria inklusi tersebut untuk memastikan bahwa penelitian ini memiliki sampel yang homogen.

Hasil: Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil sebelum PMN dengan setelah PMN. Terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara ibu nifas dengan PMN dan tanpa PMN. Pelatihan persiapan masa nifas berhubungan dengan efikasi diri ibu nifas. Pelatihan persiapan masa nifas, pengetahuan, dan efikasi diri ibu nifas berhubungan dengan kualitas hidup ibu nifas dengan arah hubungan yang kuat dan searah. Hubungan antara dukungan sosial ibu nifas dengan kualitas hidup ibu nifas adalah lemah, dan searah.

Kesimpulan: Kualitas hidup pada ibu nifas memiliki sifat multidimensi. Pencapaian efikasi diri dan kualitas hidup ibu nifas dapat diupayakan dengan peningkatan pengetahuan melalui pemberian PMN saat kehamilan trimester 3. Ibu hamil yang telah mengikuti PMN memiliki skor pengetahuan, efikasi diri, dukungan sosial, dan kualitas hidup yang tinggi.

Kata Kunci: Pelatihan persiapan masa nifas, pengetahuan, efikasi diri ibu nifas, dukungan sosial, kualitas hidup ibu nifas

ABSTRACT

Background: Reduce morbidity and mortality of mothers and children became a common challenge to find a way out. Assessment of physical indicators are no longer sufficient for maternal and child health needs to be assessed based not only save lives, but also in improving the quality of life of the mother. Training needs to be tested a form *Pelatihan Persiapan Masa Nifas*, and the need for assessment of knowledge, social support, self-efficacy, and quality of life of puerperal women as improving the quality of life for women.

Objective: To test and obtain empirical evidence of a link between the training during postpartum preparation, postpartum mother's knowledge, social support, postpartum self-efficacy with a postpartum quality of life.

Methods: This study used a quasi-experimental design non equivalent control group design with repeated measures design. Implemented in Sragen in December 2012- December 2013. The treatment group (District of Miri) was received *Pelatihan Persiapan Masa Nifas* (PMN) during the third trimester of pregnancy, while the control group (District of Sukodono) was not PMN training using media Buku *Perawatan Nifas dan Bayi Baru Lahir*. Both groups performed the measurement of knowledge, social support, self-efficacy, and quality of life during childbirth. The calculation of the sample with proportional random sampling. Samples were taken with a corresponding quota sampling inclusion criteria as may as 45 puerperal women in the treatment group and 45 postpartum mothers in the control group. The inclusion criteria were post-partum mothers, first pregnancy, receive routine care during pregnancy (at least four antenatal care visits/ANC) to check up into the village midwife in its territory, vaginal delivery, the baby is born single, births assisted by midwives in the region, has a husband (her husband is still alive), have contact with the birth mother and mother-in-law or a respected family, and willing to become respondents. Mother with the inclusion criteria will be issued (excluded) when experiencing babies die, and infants with congenital abnormalities.

Results: There are significant differences between the knowledge of pregnant women before PMN with after PMN. There are significant differences in knowledge between puerperal women with PMN and without PMN. Training during postpartum preparation related to postpartum self-efficacy. Training during postpartum preparation (PMN), knowledge, and postpartum self-efficacy related postpartum quality of life with a strong direction and unidirectional relationship. The relationship between postpartum social support with postpartum quality of life is weak, and direction.

Conclusion: Postpartum quality of life have multidimensional nature. The achievement of postpartum self-efficacy and postpartum quality of life can be pursued with increased knowledge through the provision of PMN when the third trimester. Pregnant women who have followed the PMN will have a high score of knowledge, self-efficacy, social support, and quality of life.

Keywords: Training during postpartum preparation, knowledge, postpartum self-efficacy, social support, postpartum quality of life