



PENINGKATAN KINERJA BIDAN MELALUI PERSONAL TRAINING, BUILDING SELF-EFFICACY DAN ASERTIVITAS PERSONAL

Lusianah Meinawati¹⁾, Sri Sayekti²⁾

^{1,2} Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang

Korespondensi: Lusianah Meinawati; lusianameinawati85@gmail.com

Abstrak

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, diantaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). Definisi AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan, terjatuh, dll di setiap 100.000 kelahiran hidup. World Health Organization (WHO) memperkirakan di Indonesia terdapat sebesar 126 kematian ibu setiap 100.000 kelahiran hidup dengan jumlah total kematian ibu sebesar 6400 pada tahun 2017. Angka ini sudah terjadi penurunan dari angka kematian ibu menurut SDKI 2018 yaitu sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Prevalensi AKI di Jawa Timur cenderung meningkat pada dua tahun terakhir. AKI Provinsi Jawa Timur pada tahun 2022 mencapai 499 kasus angka ini jauh lebih rendah dibanding tahun 2021 sebesar 1.279 kasus. Bidan sebagai tenaga profesional dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak wajib mematuhi standar pelayanan kebidanan. Kinerja bidan dalam menerapkan standar pelayanan kebidanan berdampak dan mempunyai daya ungkit terhadap kualitas pelayanan antenatal yang selanjutnya berkontribusi terhadap penurunan angka morbiditas dan mortalitas pada ibu dan bayi. Bidan dengan *self-efficacy* dan asertivitas yang baik akan menghasilkan kinerja yang optimal. asertif sebagai kemampuan seseorang untuk berperilaku jujur, terbuka, penuh percaya diri dan teguh pendiriannya terhadap dirinya, dan jujur, serta terbuka mengekspresikan pendapat kebutuhan secara proporsional. Sasaran kegiatan Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini adalah bidan praktik mandiri di wilayah kerja Puskemas Tambak Rejo Kabupaten Jombang. Mengacu kepada butir Analisis Situasi, permasalahan mitra adalah rendahnya kepercayaan diri bidan praktik mandiri dalam membuat keputusan terkait diagnosa pemeriksaan.

Kata kunci: Kinerja Bidan, Personal Training, Self-efficacy, Asertivitas

Abstract

The success of maternal health efforts can be seen from the Maternal Mortality Rate (MMR) indicator. The definition of MMR is the number of maternal deaths during pregnancy, childbirth, and the postpartum period caused by pregnancy, childbirth, and postpartum management, but not due to other causes such as accidents, falls, etc., per 100,000 live births (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2020). The World Health Organization (WHO) estimates that in Indonesia there are 126 maternal deaths per 100,000 live births, with a total of 6,400 maternal deaths in 2017. This number has decreased from the maternal mortality rate according to the Indonesian Demographic and Health Survey (SDKI) 2018, which was 359 per 100,000 live births (WHO, 2018). The prevalence of MMR in East Java has tended to increase in the last two years. The MMR in East Java province in 2022 reached 499 cases, which is far lower than the 2021 figure of 1,279 cases. Midwives, as professional personnel in maternal and child health services, are required to adhere to the standards of midwifery services. The performance of midwives in applying these standards impacts and has a leverage effect on the quality of antenatal services, which in turn contributes to the reduction of morbidity and mortality rates among mothers and infants. Midwives with good self-efficacy and assertiveness will produce optimal performance. Assertiveness is the ability of a person to behave honestly, openly, confidently, and firmly toward themselves, as well as to express their opinions and needs honestly and openly in a proportional manner. The target of this community service activity (PKM) is independent midwives in the working area of the Tambak Rejo Community Health Center in Jombang Regency. Referring to the points in the Situation Analysis, the partner's problem is the low self-confidence of independent practice midwives in making decisions related to examination diagnosis.

Keywords: Self-Efficacy, Assertivitas, Midwifery



PENDAHULUAN

Keberhasilan upaya kesehatan ibu, diantaranya dapat dilihat dari indikator Angka Kematian Ibu (AKI). Definisi AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan, terjatuh, dll di setiap 100.000 kelahiran hidup⁵⁾. World Health Organization (WHO) memperkirakan di Indonesia terdapat sebesar 126 kematian ibu setiap 100.000 kelahiran hidup dengan jumlah total kematian ibu sebesar 6400 pada tahun 2017. Angka ini sudah terjadi penurunan dari angka kematian ibu menurut SDKI 2018 yaitu sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup⁸⁾. Prevalensi AKI di Jawa Timur cenderung meningkat pada dua tahun terakhir. AKI Provinsi Jawa Timur pada tahun 2022 mencapai 499 kasus angka ini jauh lebih rendah dibanding tahun 2021 sebesar 1.279 kasus.

Data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022 menunjukkan bahwa tiga penyebab tertinggi kematian ibu pada tahun 2022 adalah Preeklampsia dan penyebab lain. merupakan penyebab utama sebesar 28,92%. Data profil menunjukkan penyebab kematian ibu menunjukkan bahwa penyebab kematian karena preeklampsia masih menjadi prioritas masalah. Menurut Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI). Penyebab langsung kematian ibu terkait kehamilan dan persalinan terutama adalah perdarahan (28%). Sebab lain, yaitu eklampsia (24%), infeksi (11%), partus lama (5%), dan abortus(5%) .Preeklampsia dan eklampsia menjadi penyebab terbanyak sebesar 28% dari beberapa penyebab kematian ibu di Kabupaten Jombang. Preeklampsia/eklampsia merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas ibu dan bayi di dunia khususnya negara-negara sedang berkembang. Pada negara sedang berkembang frekuensi dilaporkan berkisar antara 0,3 persen sampai 0,7 persen, sedang, di negara-negara maju angka eklampsia lebih kecil, yaitu 0,05 persen sampai 0,1 persen^{7), 13)}.

Di Indonesia preeklampsia berat dan eklampsia merupakan penyebab kematian ibu berkisar 1,5 persen sampai 25 persen. Eklampsia menyebabkan 50.000 kematian/tahun di seluruh dunia, 10 persen dari total kematian maternal. Kematian preeklampsia dan eklampsia merupakan kematian obsetrik langsung, yaitu kematian akibat langsung dari kehamilan, persalinan atau akibat komplikasi tindakan pertolongan sampai 42 hari pascapersalinan (Heriyono, 2000). Penelitian Prual, et.all di Nigeria (2019) menyebutkan kualitas pemeriksaan faktor risiko selama konsultasi antenatal memiliki efektivitas dalam mencegah dan memprediksi komplikasi obsetrik. Didukung penelitian Mathole di Zimbabwe



(2019) yang menyatakan kunjungan antenatal yang pertama kali dapat mendeteksi komplikasi kehamilan. Terjadinya peningkatan kasus preeklampsia pada ibu hamil di Kabupaten Jombang disebabkan oleh rendahnya kualitas pelayanan kebidanan khususnya dalam deteksi faktor resiko.

Bidan sebagai tenaga profesional dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak wajib mematuhi standar pelayanan kebidanan. Kinerja bidan dalam menerapkan standar pelayanan kebidanan berdampak dan mempunyai daya ungkit terhadap kualitas pelayanan antenatal yang selanjutnya berkontribusi terhadap penurunan angka morbiditas dan mortalitas pada ibu dan bayi. Bidan dengan *self-efficacy* dan asertivitas yang baik akan menghasilkan kinerja yang optimal. asertif sebagai kemampuan seseorang untuk berperilaku jujur, terbuka, penuh percaya diri dan teguh pendiriannya terhadap dirinya, dan jujur, serta terbuka mengekspresikan pendapat kebutuhan secara proporsional. Bidan dengan asertivitas positif akan berpengaruh terhadapnya tingginya *self-efficacy* yang selanjutnya mempengaruhi perilaku bidan dalam meningkatkan kinerja deteksi preeklampsia dengan baik. Menurut (Weaver, 1993) orang yang asertif dapat mengambil keputusan dengan baik dan benar, berperilaku jujur dan tepat^{9) 11)}.

Hasil penelitian Anggi (2020) menunjukkan bahwa hubungan antara *self-efficacy* dengan perilaku asertif pada *Advisor di X store Y mall* Bandung bertaraf kuat dimana artinya antara setiap aspek-aspek dari *self-efficacy* dan perilaku asertif saling berhubungan dan melengkapi satu sama lain. Arah positif menunjukan bahwa korelasi yang terjadi diantara *self-efficacy* dan perilaku asertif merupakan hubungan yang searah (berbanding lurus), artinya menunjukkan semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi perilaku asertif begitupun sebaliknya. Belum ada penelitian yang menjelaskan pengaruh asertivitas secara langsung terhadap kinerja, namun beberapa penelitian menjelaskan pengaruh asertivitas terhadap *self-efficacy*, dimana *self-efficacy* secara langsung mempengaruhi kinerja.

MASALAH, TARGET, DAN LUARAN

Berdasarkan studi awal yang dilakukan pada 30 bidan desa di Kabupaten Jombang didapatkan hasil, bahwa pelaksanaan deteksi preeklampsia belum dilakukan secara optimal. Peneliti melakukan evaluasi terhadap pengisian hasil pemeriksaan pada buku KIA ibu hamil. Hanya 6% bidan yang melakukan anamnesis riwayat keluarga dan kehamilan sebelumnya, 60% bidan hanya melakukan pengukuran berat badan tanpa memperhitungkan indeks massa tubuh, 56% bidan hanya melakukan pemeriksaan tekanan darah secara konvensional tanpa melaksanakan metode ROT dan MAP. Setelah peneliti melakukan observasi pada pengisian



buku KIA, peneliti melanjutkan dengan melakukan wawancara terhadap 10 bidan untuk melakukan klarifikasi terhadap kinerja bidan. Klarifikasi dilakukan untuk mengetahui kinerja bidan dalam deteksi preeklampsia¹⁾²⁾¹⁰⁾. Dari 15 bidan tersebut diperoleh pernyataan bahwa; 1) sebanyak 2 bidan tidak melakukan anamnesis terhadap riwayat keluarga maupun penyakit sebelumnya, dengan alasan hal itu bukan komponen yang penting dalam penegakan diagnosis preeklampsia, 2) 5 bidan tidak melakukan perhitungan indeks massa tubuh, dengan alasan bahwasanya dengan menghitung kenaikan berat badan sebelum dan selama hamil sudah cukup efektif mendiagnosis preeklampsia 3) 3 bidan tidak melakukan pemeriksaan metode ROT dan MAP dengan alasan, teknik pemeriksaan tidak praktis, membutuhkan waktu yang lama, dan juga beberapa bidan belum mengetahui dengan benar perhitungan ROT dan MAP. 4) 5 bidan melakukan rujukan ke puskesmas untuk pemeriksaan urin reduksi. 5) sebagian besar bidan tidak melakukan deteksi preeklampsia dengan optimal dikarenakan belum ada umpan balik kinerja oleh organisasi terkait pelaksanaan deteksi preeklampsia¹⁾¹⁰⁾¹³⁾.

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan setelah semua perijinan dan persiapan peralatan sudah selesai dilakukan. Kegiatan akan dilaksanakan di Hall ITSKes ICMe Jombang Jl. Kemuning 57 A Candimulyo Kabupaten Jombang. Kegiatan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yaitu sebagai berikut :

Hari/Tanggal	:	10 S.D 14 November 2025
Jam	:	09.00-12.00 WIB
Tempat	:	Hall ITSKes ICMe Jombang
Sasaran	:	30 Bidan Praktik Mandiri

Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut:

Tanggal	Kegiatan	Waktu	Alat/Bahan
10 November 2025	PreTest	09.00 s.d 12.00 wib	Kuesioner, PPT,
11-13 November 2025	Materi	09.00 s.d 12.00 wib	LCD, Projector
14 November 2025	Post- Test	09.00 s.d 12.00 wib	

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Persiapan

Adapun kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada tahap persiapan yaitu:

- a. Pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat.
- b. Melakukan perizinan ke puskesmas terkait pemakaian Bidan Praktik Mandiri yang dipakai untuk responden dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat.



- c. Mempersiapkan tempat dan sarana pelaksanaan training
- d. Menyiapkan tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat

2. Gambaran Umum Sasaran

Berkaitan dengan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemberian personal training kepada bidan praktik mandiri wilayah kerja Puskesmas Tambak Rejo sejumlah 20 bidan desa yang dilaksanakan di Hal ITSKes ICMe Jl. Kemuning 57 A Candimulyo Kabupaten Jombang pada tanggal 10-14 November 2025.

3. Gambaran Umum Pelaksanaan Penyuluhan

Jenis kegiatannya berupa *personal training* peningkatan kapasitas kepribadian bidan. Pelaksanaan pengabdian masyarakat pemberian personal training dilakukan dengan tahapan sebagai berikut: yang pertama pembukaan dilakukan dengan memberikan pre-test kepada bidan, dilanjutkan dengan mempresentasikan materi setelah itu pada akhir sesi dilakukan posttes. Evaluasi akan dilakukan dengan melakukan monitoring kinerja bidan dalam waktu 3 bulan ke depan melalui instrumen evaluasi kinerja bidan. Hambatan atau kendala yang dihadapi dalam kegiatan ini adalah ketersediaan anggaran dana yang tidak mencukupi dikarenakan personal training merupakan kegiatan yang tidak bisa dilihat hasilnya melalui evaluasi dalam satu kali waktu namun butuh waktu yang lama paling sedikit adalah 3 bulan untuk bisa melihat hasil dari pelaksanaan personal training yang diberikan kepada bidan. Workshop *Personal Training* dengan tema *Self-Efficacy* dan *Asertivitas* berlangsung dengan baik dan mendapatkan antusiasme tinggi dari para peserta. Kegiatan ini dirancang untuk membantu peserta mengenali potensi diri, meningkatkan keyakinan akan kemampuan pribadi, serta melatih keterampilan komunikasi yang lebih tegas dan sehat.

Melalui rangkaian kegiatan berupa refleksi diri, pemaparan materi, diskusi kelompok, serta latihan peran (*role play*), peserta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *self-efficacy* serta cara mengembangkan sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari. Peserta diajak untuk mengidentifikasi pengalaman pribadi terkait rasa percaya diri maupun pola komunikasi yang cenderung pasif atau agresif, kemudian berlatih mengubahnya menjadi sikap yang lebih asertif. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri dan keberanian peserta dalam mengekspresikan pendapat maupun kebutuhan tanpa mengabaikan hak orang lain. Peserta merasa lebih mampu mengendalikan emosi, bersikap tegas, serta mengambil keputusan dengan lebih yakin. Selain itu, mereka menyusun rencana aksi sederhana yang



dapat diterapkan setelah workshop, seperti melatih komunikasi asertif dalam lingkungan kerja maupun keluarga. Secara umum, workshop ini berhasil memberikan pengalaman belajar yang aplikatif dan relevan dengan kebutuhan peserta. Umpan balik yang diberikan menunjukkan bahwa pelatihan ini tidak hanya menambah wawasan, tetapi juga mendorong perubahan sikap positif yang dapat mendukung pengembangan diri secara berkelanjutan.

Adapun Hasil Analisis Kegiatan dituangkan sebagai berikut:

No	Aspek Yang Dinilai	Hasil Temuan	Analisis
1	Pemahaman Materi	Peserta memahami konsep <i>self-efficacy</i> (faktor internal & eksternal) serta prinsip komunikasi asertif.	Materi mudah dipahami karena disampaikan dengan contoh nyata. Pemahaman menjadi dasar penting untuk penerapan ke depan.
2	Partisipasi Peserta	Tingkat keterlibatan aktif tinggi, terutama saat diskusi kelompok & <i>role play</i> .	Aktivitas interaktif meningkatkan antusiasme dan membuat peserta lebih berani mencoba sikap asertif.
3	Keterampilan Praktis	Peserta mampu mengidentifikasi situasi ketika mereka bersikap pasif/agresif, dan melatih respons asertif.	Latihan langsung memberi pengalaman nyata, sehingga peserta tidak hanya tahu teori tetapi juga bisa mempraktikkannya.
4	Perubahan Sikap	Peserta merasa lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat & mampu mengontrol emosi lebih baik.	Terdapat peningkatan <i>self-awareness</i> dan kepercayaan diri, meskipun butuh pendampingan lanjutan untuk konsistensi.
5	Rencana Tindak Lanjut	Sebagian besar peserta menyusun <i>action plan</i> sederhana (misalnya: mencoba komunikasi asertif di tempat kerja/keluarga).	Menunjukkan komitmen peserta untuk mengaplikasikan hasil workshop. Monitoring diperlukan agar progres dapat terukur.
6	Umpan Balik Peserta	Peserta menilai workshop bermanfaat, aplikatif, dan relevan. Ada permintaan tindak keberhasilan	Kepuasan tinggi menunjukkan

lanjut berupa sesi coaching.

kegiatan, serta adanya kebutuhan program lanjutan untuk memperdalam materi.

Workshop *Personal Training* dengan tema *Self-Efficacy* dan *Asertivitas* menghasilkan sejumlah pencapaian yang signifikan bagi para peserta. Dari sisi pemahaman, peserta mampu mengenali konsep *self-efficacy* serta faktor-faktor yang memengaruhinya, seperti pengalaman keberhasilan, dukungan sosial, dan pengelolaan emosi. Peserta juga memahami prinsip dasar komunikasi asertif, yaitu menyampaikan pendapat dengan jelas, jujur, dan tetap menghargai orang lain Secara praktik, melalui simulasi dan latihan peran, peserta berhasil mengidentifikasi pola komunikasi pribadi yang cenderung pasif atau agresif, kemudian melatih diri untuk merespons dengan lebih tegas dan seimbang. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan dalam menghadapi situasi menantang baik di lingkungan kerja maupun kehidupan sehari-hari.

Dari segi sikap, terjadi perubahan positif berupa meningkatnya rasa percaya diri, keberanian menyampaikan pendapat, serta kemampuan mengendalikan emosi. Peserta merasa lebih yakin dengan potensi yang dimiliki, sekaligus lebih siap menghadapi tantangan dengan strategi yang tepat.

Sebagai tindak lanjut, sebagian besar peserta menyusun rencana aksi sederhana untuk diterapkan, seperti melatih komunikasi asertif dalam rapat, memberikan umpan balik dengan cara yang konstruktif, serta mengatur target pribadi yang realistik untuk meningkatkan *self-efficacy*.

Secara keseluruhan, pencapaian workshop ini tidak hanya menambah wawasan peserta, tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang mendukung peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan berkomunikasi secara asertif. Hasil ini menjadi pondasi penting bagi peserta untuk terus mengembangkan diri secara berkelanjutan.

SIMPULAN

Bidan sebagai tenaga profesional dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak wajib mematuhi standar pelayanan kebidanan. Kinerja bidan dalam menerapkan standar pelayanan kebidanan berdampak dan mempunyai daya ungkit terhadap kualitas pelayanan antenatal yang selanjutnya berkontribusi terhadap penurunan angka morbiditas dan mortalitas pada ibu dan bayi. Bidan dengan *self-efficacy* dan asertivitas yang baik akan menghasilkan kinerja yang optimal. asertif sebagai kemampuan seseorang untuk berperilaku jujur, terbuka, penuh



percaya diri dan teguh pendiriannya terhadap dirinya, dan jujur, serta terbuka mengekspresikan pendapat kebutuhan secara proporsional. Bidan dengan asertivitas positif akan berpengaruh terhadapnya tingginya *self-efficacy* yang selanjutnya mempengaruhi perilaku bidan dalam meningkatkan kinerja deteksi preeklampsia dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Anderson PG, Lutshall SM. (2020). Personal Training: *a Comfort Intervention for Peorformance* North Spec. 21 (3): 161-5
2. Armstrong, M, 2009. Armstrong Handbook of Human Resource Management.Practice. 11 th edition. London
3. Arikunto, dkk. 2012. Evaluasi Program Pendidikan. PT. Bumi Aksara. Jakarta
4. B. Johnson, Elaine. 2007. Contextual Teaching and Learning. Terjemahan Ibnu Setiawan. Bandung. MLC
5. Bandura, Albert. 1997. Social Foundation of Thought and Action; a Social Cognitif Theory. New Jersey; Practice_Hall, Inc.
6. Bangun, Wilson. 2012. Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta: Erlangga.
7. Brahmasisari, dkk. 2008. Pengaruh Motivasi Kerja Dan Budaya Organisasi Terhadap Kepuasan Kerja Kayawan Serta Dampaknya Pada Kinerja Perusahaan (Studi Kasus Pada PT Pei Hai Internasional Wiratama Indonesia). (Desertasi). vol 10, no 2.
8. Davis, K & Newstrom J,W. 1985. Perilaku Dalam Organisasi Edisi Ketujuh. Alih Bahasa Dharma. Jakarta. Erlangga
9. Dermawan, Wibisono, 2016. Manajemen Kinerja Korporasi dan Organisasi, Jakarta: Erlangga.
10. Harahap, Sofyan Syahri, 2006. Manajemen Kinerja. Jakarta: Salemba Medika.
11. Hanlon, J., 2009. Public Health Administration and Practice, eight edition,St. Louis: Time mirror/Mosby College Publishing.
12. Hasibuan, Malayu, S.P, 2008. Manajemen Sumber Daya Manusia. Cetakan ke-11. Jakarta. PT. Bumi Aksara
13. Hamalik, Oemar. 2008. Kurikulum dan Pembelajaran. Jakarta: Sinar Grafika
14. Helen Varney, et al., 2010. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4. Jakarta: EGC
15. John, Bernardin & Russel, Joyce, 2011. Manajemen Sumber Daya Manusia. Terjemahan paramita Singapore: Mc.Grow_Hill Book Company