

Pendampingan Psiko-Spiritual Melalui Gerakan Kub Peduli Ibu Hamil untuk Penguatan Kesehatan Mental dan Spiritual Ibu

Damianus Dionisius Nuwa*, Maria Yulita C. Age, Grasela Novita Bebe, Maria Helena Enga

Sekolah Tinggi Pastoral Atma Rekso, Ende, Indonesia

Email: ^{1*}denolrita@gmail.com ¹cagemariayulita@gmail.com ²gracelanovyta@gmail.com ³Imeldahelena90@gmail.com ⁴

(* : denolrita@gmail.com)

Abstrak—Ibu hamil di wilayah Kevikepan Ende menghadapi berbagai tantangan, antara lain keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan, jarak geografis yang jauh, serta minimnya dukungan psikologis dan spiritual selama masa kehamilan. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan kecemasan dan kerentanan emosional ibu hamil, khususnya di komunitas basis gerejani. Menanggapi situasi ini, dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Gerakan Komunitas Umat Basis (KUB) Peduli Ibu Hamil sebagai bentuk pendampingan psiko-spiritual berbasis komunitas. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan pendampingan holistik bagi ibu hamil melalui keterlibatan aktif KUB dan pastoral paroki. Pendampingan dilakukan melalui kunjungan pastoral, doa bersama, pemberkatan, dukungan solidaritas, serta fasilitasi pemeriksaan kesehatan bekerja sama dengan tenaga medis setempat. Metode pelaksanaan meliputi pendampingan langsung di komunitas, observasi partisipatif, serta wawancara dengan ibu hamil, ketua KUB, dan pastor paroki sebagai bahan refleksi dan evaluasi kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil mampu menciptakan ruang aman dan inklusif bagi ibu hamil, menurunkan tingkat kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan psiko-spiritual dan rasa dimaknai dalam komunitas. Namun demikian, pelaksanaan kegiatan belum merata di seluruh lingkungan KUB, sehingga diperlukan penguatan pendampingan berkelanjutan, peningkatan kapasitas anggota KUB, serta dukungan struktural dari paroki. Kegiatan pengabdian ini menegaskan bahwa pendampingan psiko-spiritual berbasis komunitas merupakan model pelayanan pastoral yang kontekstual, partisipatif, dan relevan untuk mendukung kelompok rentan, khususnya ibu hamil, serta layak diintegrasikan ke dalam kebijakan pastoral keuskupan guna menjamin keberlanjutan program.

Kata Kunci: Komunitas Umat Basis; Ibu Hamil; Kebutuhan Psiko-Spiritual; Pendampingan Pastoral; Kevikepan Ende

Abstract—Pregnant women in the Kevikepan Ende region face various challenges, including limited access to health facilities, long geographical distances, and a lack of psychological and spiritual support during pregnancy. These conditions may increase anxiety and emotional vulnerability, particularly within church-based community settings. In response to this situation, a community service program was implemented through the Basic Ecclesial Community (KUB) Care for Pregnant Women Movement as a form of community-based psycho-spiritual accompaniment. This community service activity aims to provide holistic accompaniment for pregnant women through the active involvement of Basic Ecclesial Communities and parish pastoral services. The accompaniment was carried out through pastoral visits, communal prayers, blessings, solidarity-based support, and the facilitation of routine health check-ups in collaboration with local medical personnel. The implementation methods included direct community accompaniment, participatory observation, and interviews with pregnant women, KUB coordinators, and parish priests as part of activity reflection and evaluation. The results indicate that the KUB Care for Pregnant Women Movement successfully created a safe and inclusive space for pregnant women, reduced anxiety levels, and enhanced psycho-spiritual well-being as well as a sense of meaning and belonging within the community. However, the implementation has not been evenly distributed across all KUB units, highlighting the need for strengthened organizational structures, sustained pastoral accompaniment, and increased capacity-building for KUB members. This community service activity affirms that community-based psycho-spiritual accompaniment represents a contextual, participatory, and relevant pastoral service model for supporting vulnerable groups, particularly pregnant women, and should be integrated into diocesan pastoral policies to ensure program sustainability and broader impact.

Keywords: Basic Ecclesial Community, Pregnant Women, Psycho-Spiritual Needs, Pastoral Care, Ende Vicariate

1. PENDAHULUAN

Gerakan Komunitas Umat Basis (KUB) Peduli Ibu Hamil termasuk sebagai salah satu strategi untuk mencapai visi Keuskupan Agung Ende yang dihasilkan pada Musyawarah Pastoral (Muspas) VIII di Bajawa pada tanggal 27-30 Oktober 2021 yang lalu. Visi Keuskupan Agung Ende pada tahun pastoral 2022-2027 adalah Keluarga Kristiani bertumbuh dalam KUB dan iklim kerja pastoral yang tangguh (Puspas KAE, 2023). Ada tiga Model Gerakan yang ditetapkan sebagai strategi dalam pencapaian visi dan misi Keuskupan Agung Ende yakni Gerakan KUB peduli Anak Usia Dini, Gerakan KUB Peduli Dalam Sidang Lintas Perangkat Pastoral (SLPP) Keuskupan Agung Ende pada bulan Januari tahun 2024 telah para fungsionaris pastoral telah menetapkan tahun 2024 sebagai tahun pelaksanaan Gerakan KUB Peduli Ibu hamil di seluruh wilayah Keuskupan Agung Ende.

Pada dasarnya, gerakan ini berangkat dari kenyataan bahwa ada begitu banyak masalah kesehatan ibu hamil dan anak seperti stunting serta kematian ibu dan bayi. Untuk konteks Indonesia, masalah Kesehatan ibu dan bayi masih menjadi masalah utama di bidang kesehatan. Menurut UNICEF, setiap tiga menit, di suatu tempat di Indonesia, terdapat seorang anak balita yang meninggal. Selain itu, setiap jam terdapat seorang perempuan yang meninggal akibat masalah yang berkaitan dengan kehamilan (Lestari, 2020). Kenyataan ini mendorong usaha pemerintah dalam kolaborasi dengan berbagai pemangku kepentingan untuk menjalankan berbagai program yang dapat meningkatkan kualitas Kesehatan di Indonesia secara khusus Kesehatan ibu dan bayi. Menurut laporan Badan Pusat Statistik, jumlah balita stunting di Kabupaten Ende adalah 2.775 (14%) pada tahun 2021,

1.749 (9%) pada tahun 2022 dan 1.241(7%) pada tahun 2023 (BPS Kab. Ende, 2025-a; diakses 2025). Untuk angka kematian ibu di Kabupaten Ende, pada tahun 2022 terdapat 10 kasus dan pada tahun 2023 terdapat 8 kasus (BPS Kab. Ende, 2024-c; diakses 2025). Sementara itu, angka kematian bayi mencapai 23 kasus pada tahun 2021, 51 kasus pada tahun 2022 dan 23 kasus pada tahun 2023 (BPS Kab. Ende, 2025-b; diakses 2025). Data ini menunjukkan masalah kesehatan ibu dan bayi di kabupaten Ende masih cukup memprihatinkan dan karena itu diperlukan kerja sama berbagai pihak untuk menurunkan angka stunting maupun angka kematian ibu dan bayi.

Berbagai program kesehatan yang dijalankan oleh pemerintah melalui tenaga medis seperti dokter, bidan, dan perawat telah berfokus pada aspek fisik dan medis, termasuk pemenuhan gizi, pemeriksaan kehamilan, serta penanganan risiko medis. Namun demikian, dalam praktiknya masih terdapat ruang kosong dalam pemenuhan kebutuhan psikologis dan spiritual ibu hamil. Kehamilan merupakan fase yang rentan terhadap kecemasan dan stres psikologis, terutama dalam situasi krisis, dan berbagai bentuk pendampingan komunitas terbukti memberikan pengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan ibu hamil (Zulfiana et al., 2021). Menurut teori hierarki kebutuhan yang dikemukakan oleh Abraham Maslow, kebutuhan akan rasa aman, cinta, dan penghargaan diri merupakan kebutuhan mendasar yang harus terpenuhi setelah kebutuhan fisiologis, termasuk pada masa kehamilan yang rentan secara psikologis dan spiritual (Aryani et al., 2023). Kehamilan sering kali disertai kecemasan, ketakutan, rasa tidak aman, serta kebutuhan akan dukungan emosional dan spiritual yang tidak selalu terjangkau oleh layanan medis formal, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses dan dukungan sosial. Dalam hal ini Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil hadir sebagai bentuk pendampingan psiko-spiritual berbasis komunitas. Kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil dalam konteks KUB mencakup ketenangan batin, rasa aman dan diterima dalam komunitas, penguatan iman melalui doa dan pemberkatan, serta kehadiran yang memberi harapan selama masa kehamilan. Melalui kunjungan pastoral, doa bersama, pemberkatan, dan dukungan solidaritas, KUB menjadi ruang pendampingan yang melengkapi pelayanan medis yang telah ada.

Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil tidak lain merupakan bentuk konkret keterlibatan Gereja Keuskupan Agung Ende melalui Komunitas Umat Basis untuk menjamin kesehatan dan keselamatan ibu hamil dan bayi yang akan dilahirkannya. Hal ini didasari oleh beberapa alasan penting yakni: pertama, gerakan ini menjadi salah satu bentuk jawaban atas panggilan dan keputusan Gereja di tengah tata dunia sebagai garam dan terang dunia dalam realitas kehidupan sehari-hari. Kedua, kehamilan merupakan bagian dari partisipasi manusia sebagai co-creator bersama Allah sang pencipta. Ketiga, tingginya angka kematian ibu dan bayi serta tingginya kasus stunting. Keempat, kebutuhan para ibu hamil akan perhatian dan jaminan secara psikologis dan spiritual (Wuli, 2024). Dengan demikian, Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil merupakan wujud nyata keterlibatan Gereja dalam mendukung kesehatan fisik, psikologis, dan spiritual ibu hamil serta upaya menekan angka kematian ibu, bayi, dan kasus stunting.

Kesehatan ibu hamil merupakan hal yang amat penting baik sehat secara fisik maupun secara psikis dan spiritualnya. Seorang ibu hamil tidak hanya membutuhkan asupan nutrisi bagi kesehatan fisiknya semata tapi lebih dari itu ibu hamil membutuhkan perhatian dan pendampingan yang mendukung terjaminnya pemenuhan kebutuhan psiko-spiritualnya. Karena itu, kehadiran Gereja melalui Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil adalah wujud nyata perhatian Gereja Keuskupan Agung Ende pada situasi dan kondisi para ibu hamil yang amat rentan terhadap masalah-masalah kesehatan. Dengan kata lain, Gereja Keuskupan Agung Ende melalui para fungsionaris pastoralnya turut mendukung kinerja pihak yang lebih berkompeten dalam penanganan masalah ibu hamil dan bayi dalam hal ini pemerintah melalui para tenaga kesehatan seperti dokter, bidan dan perawat. Gereja tidak mengambil peran pemerintah yang telah dijalankan melalui para tenaga Kesehatan akan tetapi dengan caranya Gereja hadir memberi kontribusi dalam berbagai bentuk perhatian dan kepedulian kepada para ibu hamil yang ada di KUB-KUB.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengetahui sejauh mana Gerakan ini dijalankan di KUB-KUB yang ada di wilayah Keuskupan Agung Ende, secara khusus di Kevikepan Ende, dan bagaimana pengaruhnya bagi para ibu hamil serta anak yang dikandungnya. Oleh karena itu, tim peneliti memilih judul “Pengaruh Implementasi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil terhadap Pemenuhan Kebutuhan Psiko-spiritual Para Ibu Hamil di Kevikepan Ende Keuskupan Agung Ende”.

Tujuan pengabdian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh implementasi Gerakan KUB peduli ibu hamil bagi pemenuhan kebutuhan psiko-spiritual para ibu hamil di Kevikepan Ende. Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil tidak hanya menjadi bentuk pelayanan kasih Gereja di tengah realitas sosial, tetapi juga mempertegas komitmen Gereja untuk ikut serta dalam membangun peradaban kasih yang berpihak pada kehidupan, terutama kehidupan yang sedang tumbuh di dalam rahim seorang ibu. Dengan mengetahui pengaruh implementasi Gerakan KUB peduli ibu hamil bagi pemenuhan kebutuhan psiko-spiritual para ibu hamil, diharapkan dapat menambah wawasan bagi para pelayan pastoral di paroki-paroki di Kevikepan Ende dalam menjalankan karya pastoral khususnya dalam bidang kesehatan yang berkaitan dengan para ibu hamil.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan memperoleh pemahaman mendalam mengenai pengalaman dan persepsi ibu hamil terhadap pendampingan psiko-spiritual dalam implementasi Gerakan Komunitas Umat Basis (KUB) Peduli Ibu Hamil di wilayah Kevikepan Ende. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan penggalian makna, dinamika relasional, serta pengalaman subjektif ibu hamil secara holistik dalam konteks pendampingan pastoral berbasis komunitas. Subjek pengabdian berjumlah 35 peserta kegiatan yang terdiri atas 20 ibu hamil peserta kegiatan, 10 ketua Komunitas Umat Basis (KUB), dan 5 pastor paroki dari lima paroki di wilayah Kevikepan Ende. Pemilihan peserta kegiatan dilakukan secara purposive dengan kriteria tertentu. Ibu hamil yang dilibatkan adalah mereka yang terdaftar sebagai anggota atau penerima pendampingan KUB, telah mengikuti minimal dua kegiatan pendampingan, serta berada pada usia kehamilan trimester kedua atau ketiga. Ketua KUB dan pastor paroki dipilih berdasarkan keterlibatan aktif mereka dalam perencanaan dan pelaksanaan Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil.

Jumlah peserta kegiatan tidak ditetapkan secara kaku, melainkan bersifat fleksibel mengikuti prinsip kejenuhan data (data saturation). Proses pengumpulan data dihentikan ketika informasi yang diperoleh telah berulang dan tidak lagi menghasilkan temuan baru, sehingga kedalaman dan validitas data tetap terjaga. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah dan menyederhanakan data sesuai fokus pengabdian, penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif tematik, dan penarikan kesimpulan dilakukan secara bertahap melalui proses refleksi dan verifikasi terhadap data lapangan. Analisis dilakukan secara simultan selama dan setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian, sehingga hasil yang diperoleh mencerminkan kondisi lapangan secara kontekstual dan relevan dengan tujuan pendampingan psiko-spiritual ibu hamil.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui tahapan identifikasi permasalahan ibu hamil di lingkungan KUB, koordinasi dengan paroki dan ketua KUB, perencanaan kegiatan pendampingan, pelaksanaan pendampingan psiko-spiritual, refleksi bersama, serta evaluasi kegiatan sebagai dasar perumusan rekomendasi pastoral.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil

Pada gambar 1, uraian masing-masing tahapan pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut.

a. Sesi Identifikasi dan Koordinasi

Tahap awal kegiatan diawali dengan identifikasi ibu hamil di lingkungan KUB melalui pendataan oleh ketua KUB dan koordinasi dengan fungsionaris pastoral paroki. Pada tahap ini dilakukan pemetaan kondisi ibu hamil, kebutuhan psiko-spiritual, serta kesiapan komunitas KUB dalam melaksanakan pendampingan. Koordinasi juga dilakukan dengan tenaga kesehatan setempat untuk mendukung aspek pemeriksaan kesehatan ibu hamil.

b. Sesi Sosialisasi dan Pengenalan Program

Sesi ini bertujuan memperkenalkan tujuan, bentuk kegiatan, dan urgensi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil kepada ibu hamil, pengurus KUB, dan umat. Pada tahap ini dijelaskan pentingnya pendampingan psiko-spiritual selama masa kehamilan, peran KUB sebagai komunitas pendukung, serta nilai solidaritas dan kepedulian sebagai dasar gerakan pastoral. Sesi ini juga menjadi ruang membangun kesepahaman dan komitmen bersama antar pihak yang terlibat.

c. Sesi Pendampingan Psiko-Spiritual

Tahap inti pengabdian dilaksanakan melalui pendampingan psiko-spiritual yang meliputi kunjungan pastoral ke rumah ibu hamil, doa bersama, pemberkatan, serta penguatan iman dan batin. Pendampingan dilakukan secara personal dan komunal untuk menciptakan rasa aman, ketenangan batin, serta pengalaman diterima dan dimaknai dalam komunitas. Pada tahap ini juga dilakukan observasi partisipatif terhadap interaksi komunitas dan respons emosional-spiritual ibu hamil.

d. Sesi Dukungan Sosial dan Kesehatan

Sebagai bentuk pendampingan holistik, kegiatan dilengkapi dengan dukungan sosial dan kesehatan berupa pemberian sembako, penggalangan dana solidaritas, serta fasilitasi pemeriksaan kesehatan bekerja sama dengan tenaga medis setempat. Tahap ini menegaskan bahwa pendampingan psiko-spiritual tidak berdiri sendiri, melainkan terintegrasi dengan perhatian terhadap kebutuhan fisik dan sosial ibu hamil.

e. Sesi Refleksi dan Evaluasi

Tahap akhir kegiatan difokuskan pada refleksi dan evaluasi pelaksanaan pengabdian. Refleksi dilakukan bersama ibu hamil, ketua KUB, dan fungsionaris pastoral untuk menggali pengalaman, manfaat yang dirasakan, serta kendala selama pelaksanaan kegiatan. Evaluasi ini menjadi dasar perumusan rekomendasi pastoral untuk penguatan dan keberlanjutan Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil di tingkat paroki dan keuskupan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN**3.1 Hasil**

Pengabdian ini mengkaji implementasi Gerakan Komunitas Umat Basis (KUB) Peduli Ibu Hamil dan dampaknya terhadap pemenuhan kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil di wilayah Kevikepan Ende. Melalui wawancara mendalam terhadap ibu hamil, ketua KUB, dan pastor paroki, ditemukan bahwa ibu hamil menghadapi beragam tantangan fisik seperti mual, nyeri punggung, meriang, sesak napas, pusing, dan kelelahan, serta tekanan psikologis berupa kecemasan, khususnya pada kehamilan pertama. Temuan ini mengonfirmasi literatur yang menyatakan bahwa masa kehamilan merupakan fase krusial yang rentan terhadap tekanan emosional dan gangguan keseimbangan spiritual. Dalam konteks tersebut, implementasi gerakan KUB menunjukkan peran signifikan dalam merespons kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil melalui pendekatan pastoral yang empatik, partisipatif, dan berbasis komunitas, sehingga menciptakan ruang pendampingan yang mendukung ketenangan batin dan rasa diterima secara spiritual (Keliat et al., 2023).

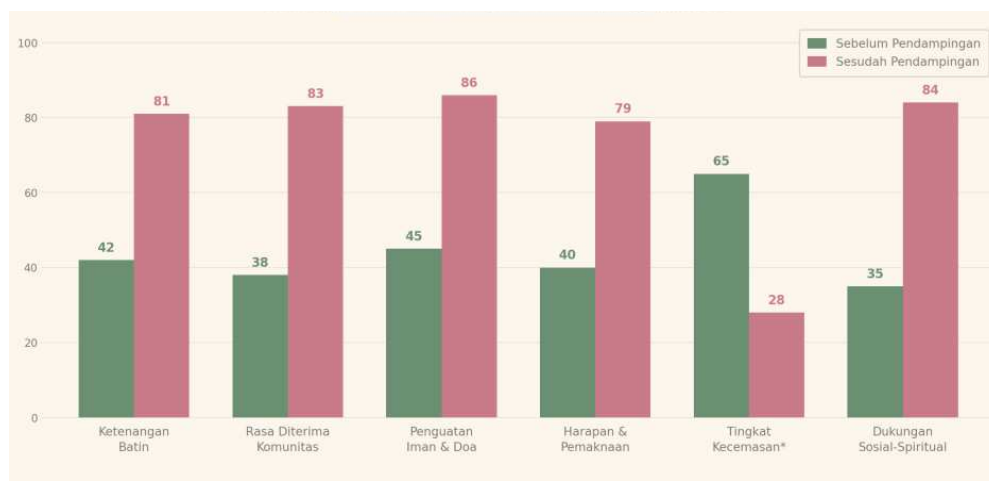
Setiap ibu hamil menunjukkan respons yang unik dalam menghadapi tantangan kehamilan, mencerminkan pendekatan yang beragam dan kontekstual terhadap pemenuhan kebutuhan fisik maupun psiko-spiritual. Strategi yang umum dijalankan meliputi istirahat yang memadai, pengaturan pola makan sehat, konsultasi medis secara berkala, pencarian kekuatan batin melalui praktik spiritual seperti doa, serta penerimaan dukungan emosional dari keluarga. Variasi pendekatan ini mengindikasikan bahwa kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil tidak dapat dipisahkan dari dimensi medis, emosional, sosial, dan spiritual yang saling berkelindan. Oleh karena itu, intervensi pastoral yang efektif perlu mempertimbangkan kompleksitas pengalaman kehamilan sebagai proses multidimensional yang menuntut pendampingan holistik dan kontekstual.

Perhatian sosial dan pastoral yang diterima oleh ibu hamil di wilayah Kevikepan Ende mencerminkan dinamika dukungan yang bersifat multilevel, dengan keluarga terutama suami dan kerabat dekat berperan sebagai sumber utama penguatan emosional dan spiritual. Sementara itu, keterlibatan pastoral dari paroki dan Kelompok Umat Basis (KUB) menunjukkan variasi dalam intensitas dan konsistensi pelayanan. Sebagian ibu hamil telah merasakan manfaat kunjungan dan doa bersama, sedangkan lainnya belum memperoleh pendampingan rutin. Meski demikian, KUB telah menunjukkan kontribusi nyata dalam pemenuhan kebutuhan psiko-spiritual melalui kegiatan seperti doa bersama, pemberian sembako, penggalangan dana sukarela, dan doa rosario khusus di rumah ibu hamil. Dari perspektif pengurus KUB, implementasi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil telah dijalankan dengan semangat solidaritas, meskipun belum merata di seluruh komunitas.

Praktik konkret seperti pendataan ibu hamil, kunjungan pastoral, doa, dan distribusi makanan bergizi menjadi indikator komitmen komunitas terhadap pelayanan berbasis kasih. Di tingkat paroki, beberapa pastor telah mengambil inisiatif melalui penyediaan kotak amal khusus, bantuan perlengkapan bayi, dan pemberkatan ibu hamil, walaupun pelaksanaannya belum sepenuhnya konsisten di seluruh stasi. Temuan ini mengindikasikan adanya kesadaran kolektif yang mulai tumbuh dan bergerak menuju model pelayanan pastoral yang lebih inklusif, kontekstual, dan responsif terhadap kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil.



Gambar 2. Kegiatan pendampingan ibu hamil



Gambar 3. Skor Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Gambar 2 menunjukkan kegiatan pendampingan ibu hali dan gambar 3, hasil kajian Pengabdian ini menunjukkan bahwa Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil memberikan pengaruh positif terhadap pemenuhan kebutuhan psiko-spiritual para ibu hamil. Hal ini sejalan dengan Pengabdian Killinger (2020) yang menyatakan bahwa pemberian perawatan spiritual kepada ibu hamil dengan preeklamsia terbukti efektif dalam mengurangi risiko gangguan stres pascapersalinan. Dukungan spiritual yang diberikan dalam Pengabdian ini antara lain: doa bersama, kunjungan pastoral, dan berkat khusus; dukungan emosional dan sosial melalui keterlibatan aktif keluarga serta komunitas basis; serta dukungan material berupa pemberian sembako dan bantuan dana dari solidaritas umat. Meskipun demikian, pelaksanaan program ini masih menghadapi beberapa tantangan, seperti ketidakmerataan antar KUB dan belum adanya mekanisme koordinasi yang sistematis antara paroki dan KUB. Selain itu, keterlibatan ibu hamil yang masih rendah dalam kegiatan misa dan pertemuan komunitas juga menjadi kendala dalam upaya pemberian pelayanan spiritual secara langsung. Secara teoretis, hasil Pengabdian ini menguatkan pandangan bahwa dukungan dari komunitas religius dapat menjadi sumber kekuatan spiritual dan ketahanan (resiliensi) bagi individu yang berada dalam fase rentan kehidupan, seperti masa kehamilan. Oleh karena itu, intervensi spiritual layak dipertimbangkan sebagai bagian dari perawatan rutin bagi kelompok ibu hamil dengan kehamilan berisiko tinggi, guna mendukung kesehatan psiko-spiritual dan meningkatkan kualitas adaptasi selama masa kehamilan hingga pascapersalinan.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Pemenuhan Kebutuhan Psiko-Spiritual Ibu Hamil

Kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil merupakan komponen esensial dalam menjaga kesejahteraan holistik selama masa kehamilan, yang tidak dapat dipisahkan dari aspek fisik, emosional, dan sosial. Di samping perubahan biologis yang dialami, ibu hamil kerap menghadapi tekanan psikologis berupa kecemasan terkait kesehatan janin, proses persalinan, dan transformasi tubuh yang berlangsung cepat. Kondisi ini tercermin dari pengakuan salah satu informan ibu hamil yang menyatakan, “Waktu hamil pertama saya sering takut, apalagi kalau badan terasa tidak enak. Banyak pikiran tentang nanti melahirkan bagaimana” (IH-3).

Berbagai studi menunjukkan bahwa kecemasan merupakan gangguan mental yang umum terjadi pada ibu hamil, terutama pada trimester ketiga, dan memiliki korelasi dengan sejumlah faktor risiko seperti status pekerjaan, riwayat aborsi, komplikasi kehamilan sebelumnya, ambivalensi terhadap kehamilan, konsumsi rokok, serta penggunaan zat adiktif. Dalam konteks ini, dukungan spiritual dan psikologis menjadi krusial untuk membantu ibu hamil menjalani proses kehamilan dengan lebih tenang, penuh harapan, dan bermakna. Oleh karena itu, pendekatan pastoral dan komunitas yang responsif terhadap kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil menjadi bagian integral dari pelayanan kesehatan dan kesejahteraan ibu secara menyeluruh (Couto et al., 2009, Silva et al., 2017).

Dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga dan KUB membantu ibu hamil merasa lebih tenang dan tidak sendirian menghadapi kehamilan. Hal ini diungkapkan oleh seorang ibu hamil yang mengatakan, “Kalau ibu-ibu KUB datang berdoa, saya merasa dikuatkan. Saya tidak merasa sendirian lagi” (IH-7). Rasa diterima dan didukung secara sosial meningkatkan ketenangan batin, menurunkan kecemasan dan risiko depresi pada pasca kehamilan (Żyrek et al., 2024). Dukungan sosial yang kuat dapat berperan untuk melindungi ibu hamil dari depresi, kecemasan, dan perilaku melukai diri sendiri (Bedaso et al., 2021). Dalam mengatasi kondisi emosional dan psikologis ibu hamil dapat diberikan dukungan psiko-spiritual, antara lain pemenuhan kebutuhan psikologis, pemenuhan kebutuhan spiritual, penciptaan lingkungan yang mendukung, membangun keseimbangan antara

pikiran, tubuh, dan jiwa, serta menghargai perjalanan kehamilan. Spiritualitas memainkan peran penting dalam mengurangi stres dan menawarkan mekanisme strategi mengatasi perasaan tidak nyaman atau cemas bagi sebagian orang (Al-Mutawtah et al., 2023). Dukungan sosial dan psiko-spiritual terbukti berperan penting dalam menurunkan kecemasan, mencegah depresi, serta membantu ibu hamil menjalani kehamilan dengan lebih tenang, seimbang, dan bermakna.

Dalam pelaksanaan pendampingan, penguatan psiko-spiritual juga dilakukan melalui aktivitas partisipatif berupa permainan edukatif (games) yang dirancang untuk menciptakan suasana aman, rileks, dan reflektif bagi ibu hamil. Salah satu peserta menyampaikan, “Waktu ikut permainan, saya bisa tertawa dan lupa sebentar dengan rasa cemas. Hati jadi lebih ringan” (IH-12). Aktivitas ini berfungsi sebagai medium untuk membangun emosional, menurunkan ketegangan, dan membuka ruang refleksi diri secara spiritual.



Gambar 4. Aktivitas permainan edukatif (games) sebagai media penguatan psiko-spiritual ibu hamil dalam pendampingan KUB

Gambar 4 menunjukkan bahwa pemenuhan psikologis dapat berupa edukasi dan informasi yang cukup, dukungan emosional dari orang terdekat, konseling psikologis, dan latihan relaksasi dan manajemen stres. Kelas-kelas kehamilan, konseling, dan diskusi dengan tenaga kesehatan bisa membantu memenuhi kebutuhan ini. Selain itu, Dukungan emosional dari pasangan, keluarga, atau teman dapat membantu mengurangi kecemasan. Semakin banyak dukungan sosial yang diterima ibu hamil, semakin rendah risikonya mengalami PPD (postpartum depression) (Žyrek et al., 2024). Pengabdian Chehraz et al., (2021) menyatakan bahwa spiritualitas memiliki efek tidak langsung yang signifikan terhadap perilaku promosi kesehatan ($\beta = 0,33$; $p < 0,001$), yang dimediasi melalui hubungannya dengan kecemasan keadaan dan koping perencanaan-persiapan. Pemberian edukasi dan informasi yang cukup, yaitu memberikan informasi yang tepat terkait kehamilan, persalinan, dan perawatan bayi baru lahir dapat mengurangi kecemasan dan memberi ibu hamil rasa kendali. Oleh karena itu, integrasi antara dukungan emosional, spiritual, dan edukatif sangatlah penting untuk meningkatkan kesejahteraan menyeluruh ibu hamil.

3.2.2 Pengaruh positif pelayanan paroki

Ibu hamil kerap mengalami kecemasan dan kekhawatiran selama masa kehamilan, yang dapat dipicu oleh berbagai faktor seperti perubahan fisik, ketidakpastian terkait proses persalinan, serta kekhawatiran akan kondisi janin. Dalam konteks ini, pelayanan pastoral berbasis komunitas, khususnya melalui Kelompok Umat Basis (KUB), memiliki potensi besar dalam memberikan pendampingan rohani yang bermakna. Seorang ibu hamil menyatakan, “Waktu pastor datang dan memberi berkat, saya merasa lebih tenang dan yakin bahwa Tuhan menjaga saya dan bayi saya” (IH-15). Implementasi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil di tingkat paroki telah diwujudkan melalui sejumlah kegiatan konkret seperti pemberkatan ibu hamil, pemeriksaan kesehatan oleh Seksi Kesehatan paroki, doa bersama di lingkungan KUB, serta penggalangan dana solidaritas.

Ketua KUB mengungkapkan, “Kami berusaha mendata ibu hamil dan mengunjungi mereka supaya mereka tahu bahwa gereja peduli” (KUB-4). Aktivitas-aktivitas tersebut tidak hanya menciptakan rasa damai dan ketenangan batin, tetapi juga memperkuat rasa diterima dan diperhatikan secara spiritual oleh komunitas gerejawi. Lebih jauh, pendekatan pastoral yang dijalankan secara konsisten dapat membantu ibu hamil dalam memaknai kehamilan sebagai anugerah dan panggilan ilahi. Pendampingan rohani yang bersifat personal dan komunitatif mendorong munculnya sikap syukur, kesiapsiagaan emosional, serta ketahanan spiritual dalam menghadapi tantangan kehamilan.

Dengan demikian, pelayanan pastoral tidak hanya berfungsi sebagai bentuk dukungan moral, tetapi juga sebagai mekanisme transformatif yang memperkuat kesejahteraan psiko-spiritual ibu hamil secara menyeluruh. Pendekatan ini menegaskan pentingnya integrasi antara dimensi medis dan spiritual dalam pelayanan gereja yang responsif terhadap kebutuhan perempuan dalam fase kehidupan yang rentan namun penuh makna.

3.2.3 Efektivitas Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil

Meskipun belum menyeluruh, implementasi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil menunjukkan dampak positif. Ada KUB yang telah mengimplementasikan bentuk-bentuk kegiatan yang menunjukkan kepedulian dan dukungan bagi para ibu hamil. Namun masih banyak juga KUB yang belum serius menjadikan gerakan ini sebagai gerakan bersama yang dapat membantu para ibu hamil di KUB-KUB. Kegiatan seperti kunjungan, doa, dan bantuan nyata menjadi sarana pemenuhan kebutuhan psikologis dan spiritual bagi para ibu hamil yang mendorong mereka untuk menemukan rasa aman dan damai selama masa kehamilan. Bosire et al., (2022) menyatakan bahwa keyakinan, kepercayaan, dan agama dapat secara kuat membentuk cara orang hidup dan pulih dari penyakit. Terlibat dalam praktik keagamaan, mulai dari berkumpul untuk beribadah hingga membaca kitab suci dan berdoa secara pribadi, dapat menjadi cara penting untuk mengatasi atau membangun ketahanan di tengah tantangan sosial, moral, dan medis sehari-hari.

Pengabdian Bosire et al., (2022) menyelidiki tentang mengapa, apa, dan bagaimana orang yang hidup dengan penyakit kronis di sebuah kota di Afrika Selatan memprioritaskan praktik penyembuhan Gereja dari pada Klinik kesehatan. Kebanyakan orang menggambarkan keyakinan dan praktik sosio-spiritual yang kompleks yang banyak diprioritaskan atau dipraktikkan di luar perawatan biomedis. Hal ini termasuk praktik keagamaan, seperti berdoa dan minum air yang diberkati serta sebagai cara penting bagi orang untuk menemukan penyembuhan. Dalam Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil, sasarannya adalah para ibu hamil yang merupakan bagian dari kelompok berisiko dan sangat membutuhkan dukungan psiko-spiritual.

Namun. Disadari pula bahwa Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil di paroki-paroki telah menunjukkan efektivitas dalam memberikan pendampingan yang holistik. Namun, keberlanjutannya membutuhkan komitmen dari seluruh komponen dan strukturisasi yang lebih baik. Peran aktif para pengurus dan anggota KUB serta dukungan fungsionaris pastoral di paroki menjadi penentu keberhasilan gerakan ini. Jika gerakan ini dikelola dengan serius dan para fungsionaris pastoralnya sungguh berkomitmen dalam menjalankannya, maka gerakan ini bisa menjadi model pelayanan pastoral yang berdampak besar bagi masyarakat secara khusus karya pastoral di bidang kesehatan.

3.2.4 Potensi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil

Meskipun implementasi Gerakan Komunitas Umat Basis (KUB) Peduli Ibu Hamil belum merata di seluruh lingkungan paroki akan tetapi gerakan ini menunjukkan potensi besar sebagai elemen strategis dalam pelayanan pastoral berbasis komunitas. Dengan pendekatan yang kontekstual dan strategi yang terstruktur, gerakan ini dapat menjadi ruang partisipatif bagi tumbuhnya kepedulian lintas anggota umat, memperkuat relasi sosial dan spiritual dalam komunitas gerejawi. Kegiatan seperti doa bersama, kunjungan rohani, pemberian dukungan moral dan materiil, serta penggalangan solidaritas menunjukkan bahwa gerakan ini mampu merevitalisasi semangat solidaritas Kristiani yang bersumber dari nilai-nilai Injili dan praksis semangat cinta kasih.

Lebih dari sekadar bentuk kepedulian sosial, keterlibatan aktif anggota KUB dalam mendampingi ibu hamil berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psiko-spiritual mereka, terutama dalam menghadapi tantangan emosional dan eksistensial selama masa kehamilan. Pendampingan yang bersifat spiritual dan komunitatif ini tidak hanya memberikan rasa aman dan diterima, tetapi juga membantu ibu hamil memaknai kehamilan sebagai bagian dari panggilan iman. Dengan demikian, Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil dapat diposisikan sebagai sarana evangelisasi yang konkret dan transformatif, yang menyentuh langsung kehidupan umat dan memperkuat dimensi pastoral Gereja yang inklusif dan berbelarasa.

4. KESIMPULAN

Pengabdian ini menunjukkan bahwa Gerakan Komunitas Umat Basis (KUB) Peduli Ibu Hamil memberikan kontribusi positif terhadap pemenuhan kebutuhan psiko-spiritual ibu hamil, khususnya di wilayah paroki yang telah mengimplementasikan kegiatan secara konkret dan berkelanjutan. Kegiatan seperti pemberkatan, doa bersama, kunjungan pastoral, dan dukungan solidaritas terbukti mampu menciptakan ruang pendampingan yang bermakna secara spiritual dan emosional bagi ibu hamil. Sebagai luaran PKM, pengabdian ini menghasilkan model pendampingan KUB Peduli Ibu Hamil berbasis kegiatan pastoral-partisipatif yang dapat direplikasi di lingkungan paroki lainnya. Namun, temuan juga mengungkapkan bahwa pelaksanaan gerakan ini belum merata di seluruh lingkungan KUB. Kondisi tersebut terutama dipengaruhi oleh belum optimalnya pemahaman teknis pengurus KUB terhadap konsep pendampingan psiko-spiritual ibu hamil serta lemahnya koordinasi struktural antara KUB dan fungsionaris pastoral paroki. Oleh karena itu, diperlukan penguatan struktur organisasi, pendampingan berkelanjutan dari pihak paroki, serta edukasi pastoral kepada anggota KUB agar gerakan ini dapat berakar sebagai bagian integral dari spiritualitas pelayanan gereja yang hidup dan kontekstual. Keberhasilan implementasi Gerakan KUB Peduli Ibu Hamil sangat bergantung pada komitmen pelayanan dan kerja sama lintas sektor, termasuk keterlibatan aktif komunitas umat, dukungan pastoral paroki, serta kolaborasi dengan tenaga medis.

Integrasi program ini ke dalam kebijakan pastoral Keuskupan menjadi langkah strategis untuk memastikan keberlanjutan dan dampak yang lebih luas. Dengan demikian, pengabdian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan model pelayanan pastoral yang lebih inklusif, partisipatif, dan berdampak, khususnya dalam mendukung kesejahteraan psiko-spiritual ibu hamil sebagai kelompok rentan yang membutuhkan perhatian khusus dalam kehidupan gereja dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mutawtah, M., Campbell, E., Kubis, H. P., & Erjavec, M. (2023). Women's experiences of social support during pregnancy: a qualitative systematic review. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12884-023-06089-0>
- Aryani, N. P., Afrida, B. R., Idyawati, S., & Jannati, S. H. (2023). Penyuluhan Untuk Meningkatkan Pemenuhan Kebutuhan Dasar Ibu Hamil Untuk Mengurangi Keluhan Nyeri Punggung Pada Pekerja Kerajinan Anyaman. *JPM: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 3(4), 109–114. <https://doi.org/10.47065/jpm.v3i4.745>
- Bedaso, A., Adams, J., Peng, W., & Sibbritt, D. (2021). The relationship between social support and mental health problems during pregnancy: a systematic review and meta-analysis. *Reproductive Health*, 18(1), 1–23. <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01209-5>
- Bosire, E. N., Cele, L., Potelwa, X., Cho, A., & Mendenhall, E. (2022). God, Church water and spirituality: Perspectives on health and healing in Soweto, South Africa. *Global Public Health*, 17(7), 1172–1185. <https://doi.org/10.1080/17441692.2021.1919738>
- Chehrazi, M., Faramarzi, M., Abdollahi, S., Esfandiari, M., & Shafie rizi, S. (2021). Health promotion behaviours of pregnant women and spiritual well-being: Mediatory role of pregnancy stress, anxiety and coping ways. *Nursing Open*, 8(6), 3558–3565. <https://doi.org/10.1002/nop2.905>
- Couto, E. R., Couto, E., Vian, B., Gregório, Z., Nomura, M. L., Zaccaria, R., & Passini, R. (2009). Quality of life, depression and anxiety among pregnant women with previous adverse pregnancy outcomes. *Sao Paulo Medical Journal*, 127(4), 185–189. <https://doi.org/10.1590/S1516-31802009000400002>
- Ende, Badan Pusat Statistik Kab. Ende, (2025-a). Jumlah Bayi Stunting. <https://ntt.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTQ4OSMy/jumlah-balita-stunting-menurut-kabupaten-kota.html>
- Ende, Badan Pusat Statistik Kab. Ende, (2025-b). Jumlah Kematian Bayi dan Balita. <https://endekab.bps.go.id/id/statistics-table/2/NjA3IzI=/jumlah-kematian-bayi-dan-balita.html>
- Ende, Badan Pusat Statistik Kab. Ende (2024-c). Jumlah Kematian Ibu. <https://ntt.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTUzMCMY/jumlah-kematian-ibu-menurut-%20kabupaten-kota-.html>
- KAE, P. (2023). Rencana Strategis Keuskupan Agung Ende Tahun Pastoral 2022-2027. Puspas KAE.
- Keliat, B. A., Mulia, M., & Yunita Asriani Hardayati. (2023). Promosi Kesehatan Jiwa Terapi Kelompok Terapeutik (Buku 1). EG.
- Killinger, J. E. (2020). Encyclopedia of Psychology and Religion. In Springer Reference. https://doi.org/10.1007/978-3-030-24348-7_301
- Lestari, T. R. P. (2020). Achievement of Mother and Baby Health Status As One of the Successes of Mother and Child Health Programs. *Kajian*, 25(1), 75–89.
- Moleong, L. J. (2017). Metodologi Pengabdian Kualitatif. Remaja Rosdakarya.
- Mudra, S., Göbel, A., Barkmann, C., Goletzke, J., Hecher, K., Schulte-Markwort, M., Diemert, A., & Arck, P. (2020). The longitudinal course of pregnancy-related anxiety in parous and nulliparous women and its association with symptoms of social and generalized anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 260(June 2019), 111–118. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.033>
- Silva, M. M. de J., Nogueira, D. A., Clapis, M. J., & Leite, E. P. R. C. (2017). Anxiety in pregnancy: Prevalence and associated factors. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 51, 1–8. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2016048003253>
- Wuli, R. N. (2024). Model Gerakan Peduli Ibu Hamil. Bajawa Press.
- Zulfiana, E., Cikmah, A. M., & Latifah, U. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesiapan Mental Pada Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Saat Pandemi Covid-19 di Posyandu. *JPM: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 1(3), 2020–2022.
- Żyrek, J., Klimek, M., Apanasewicz, A., Ciochoń, A., Danel, D. P., Marcinkowska, U. M., Mijas, M., Ziolkiewicz, A., & Galbarczyk, A. (2024). Social support during pregnancy and the risk of postpartum depression in Polish women: A prospective study. *Scientific Reports*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-57477-1>