

## **Kegiatan Kelas Ibu Hamil di Desa Grogolpenatus Kecamatan Petanahan**

**GROGOLPENATUS**, Selasa, 28 Mei 2024, telah diselenggarakan kegiatan Kelas Ibu Hamil di Desa Grogolpenatus. Acara ini diisi oleh petugas gizi dari Puskesmas Petanahan, Endah Prastia, S.Gz, bersama bidan Desa Grogolpenatus, Fitri Laili, Amd, Keb. Kegiatan ini merupakan bagian dari upaya peningkatan kesehatan ibu dan bayi di Desa Grogolpenatus.

### **TUJUAN KEGIATAN**

Kelas Ibu Hamil ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan informasi yang penting bagi para ibu hamil mengenai kesehatan selama kehamilan, gizi yang baik, serta persiapan menjelang persalinan. Edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para ibu hamil mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri dan janin mereka.

### **MATERI YANG DISAMPAIKAN**

Endah Prastia, S.Gz, selaku petugas gizi, memberikan materi tentang pentingnya asupan nutrisi yang seimbang selama masa kehamilan. Beliau menjelaskan mengenai makanan-makanan yang harus dikonsumsi dan dihindari, serta pentingnya vitamin dan mineral bagi perkembangan janin.

Fitri Laili, Amd, Keb, sebagai bidan desa, memberikan penjelasan tentang tanda-tanda kehamilan sehat dan komplikasi yang harus diwaspadai. Selain itu, beliau juga mengajarkan teknik-teknik relaksasi dan latihan ringan yang dapat dilakukan oleh para ibu hamil untuk menjaga kebugaran dan mempersiapkan tubuh menghadapi persalinan.

### **INTERAKSI DAN DISKUSI**

Kegiatan ini juga diisi dengan sesi tanya jawab, di mana para peserta dapat mengajukan pertanyaan seputar kehamilan dan persiapan persalinan. Diskusi yang interaktif ini memberikan kesempatan bagi para ibu hamil untuk mendapatkan jawaban langsung dari para ahli dan berbagi pengalaman dengan sesama peserta.

### **PENTINGNYA KEGIATAN INI**

Kelas Ibu Hamil merupakan program yang sangat penting dalam upaya meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Dengan pengetahuan yang tepat, para ibu hamil dapat menjaga kesehatan mereka dan janin dengan lebih baik, serta mempersiapkan diri untuk proses persalinan yang aman dan sehat.

### **KESIMPULAN**

Kegiatan Kelas Ibu Hamil di desa Grogolpenatus berjalan dengan lancar dan penuh antusiasme dari para peserta. Kami mengucapkan terima kasih kepada Endah Prastia, S.Gz, dan Fitri Laili, Amd, Keb, atas kontribusi dan dedikasi mereka dalam memberikan edukasi kepada para ibu hamil. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang besar bagi kesehatan ibu dan anak di desa Grogolpenatus.

Sumber :

<https://puskesmaspetanahan.kebumenkab.go.id/index.php/web/post/129/kegiatan-kelas-ibu-hamil-di-desa-grogolpenatus-kecamatan-petanahan>