



PENYULUHAN PERSIAPAN PRANIKAH MENUJU KEHAMILAN SEHAT DAN BEBAS STUNTING

Liananiar¹, Nuraina^{1*}, Siti Rahmah², Yuswita², Yusi Lutfia Akasah³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Almuslim Bireuen-Aceh, Jalan Almuslim, Matangglumpnagdua, Paya Cut, Peusangan, Bireuen, Aceh 2426, Indonesia

²Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Almuslim Bireuen-Aceh, Jalan Almuslim, Matangglumpnagdua, Paya Cut, Peusangan, Bireuen, Aceh 2426, Indonesia

³Program Studi D-III Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Almuslim Bireuen-Aceh, Jalan Almuslim, Matangglumpnagdua, Paya Cut, Peusangan, Bireuen, Aceh 2426, Indonesia

*nurainaumuslim@gmail.com

ABSTRAK

Seorang ibu harus mengoptimalkan kesehatannya serta mengurangi risiko yang dapat mempengaruhi kesehatannya dimulai dari masa prakonsepsi. Kehamilan yang direncanakan dengan baik mulai dari masa prakonsepsi merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting. Persiapan pranikah menjadi penting untuk dilakukan, dimana pasangan calon pengantin dibekali dengan pengetahuan Kesehatan reproduksi, persiapan gizi pada masa prakonsepsi serta upaya pencegahan yang bisa dilakukan oleh pasangan calon pengantin sehingga pada saat anak lahir tidak terjadi stunting. Tujuan pelaksanaan kegiatan agar calon pengantin memahami tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah metode ceramah dan diskusi. Adapun media yang digunakan berupa powerpoint, leaflet dan video. Pelaksanaan kegiatan ini di evaluasi menggunakan pretest dan posttest. Didapatkan hasil pengetahuan peserta sebelum (pretest) dilakukan penyuluhan mayoritas berada pada kategori cukup sejumlah 5 orang (41,67%). Sedangkan pengetahuan peserta sesudah (posttest) dilakukan penyuluhan berada pada kategori baik sejumlah 7 orang (58,33%).

Kata kunci: calon pengantin; kesehatan reproduksi; penyuluhan; stunting

COUNSELING ON PREMARITAL PREPARATION TOWARDS A HEALTHY AND STUNTING-FREE PREGNANCY

ABSTRACT

A mother must optimize her health and reduce the risks that can affect her health starting from the preconception period. A well-planned pregnancy starting from the preconception period is one of the efforts that can be made to prevent stunting. Premarital preparation is important to do, where prospective couples are equipped with knowledge of reproductive health, nutritional preparation during the preconception period and prevention efforts that can be made by prospective couples so that when the child is born there is no stunting. The purpose of implementing the activity is for prospective brides to understand about reproductive health, healthy pregnancy preparation and efforts that can be made to prevent stunting. The methods used in this counseling activity are lecture and discussion methods. The media used are powerpoint, leaflets and videos. The implementation of this activity was evaluated using pretest and posttest. The results of the participants' knowledge before (pretest) counseling were obtained, the majority of which were in the sufficient category of 5 people (41.67%). While the participants' knowledge after (posttest) counseling was in the good category of 7 people (58.33%).

Keywords: counseling; premarital preparation; reproductive health; stunting

PENDAHULUAN

Seorang ibu harus mengoptimalkan kesehatannya serta mengurangi risiko yang dapat mempengaruhi kesehatannya dimulai dari masa prakonsepsi (Sulastris A, 2022). Kehamilan yang direncanakan dengan baik akan melahirkan bayi yang tumbuh dan berkembang dengan baik sampai usia balita. Usia balita menjadi masa dimana terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, sehingga balita membutuhkan asupan zat gizi yang cukup (Maharani dkk, 2018). Kehamilan yang direncanakan dengan baik mulai dari masa prakonsepsi merupakan salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting. Stunting merupakan suatu kondisi dimana gagal yang dialami oleh bayi atau anak di bawah lima tahun yang mengalami kurang gizi semenjak berada di dalam kandungan hingga awal bayi lahir, stunting akan mulai terlihat ketika anak berusia dua tahun. Persiapan pranikah menjadi penting untuk dilakukan, dimana pasangan calon pengantin dibekali dengan pengetahuan Kesehatan reproduksi, persiapan gizi pada masa prakonsepsi serta upaya pencegahan yang bisa dilakukan oleh pasangan calon pengantin sehingga pada saat anak lahir tidak terjadi stunting. Pemerintah Indonesia menggelar program unik untuk calon wanita atau biasa disebut catin yang berencana mempersiapkan diri untuk hidup sejahtera konsepsi yang sehat sehingga dapat menciptakan catin yang berkualitas. Pada penyelenggaraan ini ada Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dalam hal kesejahteraan konsepsi untuk menjamin catin memiliki informasi yang memadai untuk merencanakan kehamilan dan membangun keluarga yang solid (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Pasangan calon pengantin perlu mempersiapkan diri dalam memasuki gerbang pernikahan untuk membentuk keluarga yang sejahtera dan melahirkan generasi penerus sehat dan berkualitas. Sebelum menikah calon pengantin perlu mempersiapkan kondisi kesehatannya agar dapat menjalankan kehamilan sehat sehingga dapat melahirkan generasi penerus yang sehat dan menciptakan keluarga yang sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Bimbingan calon pengantin untuk mempersiapkan warga negara Indonesia yang akan menikah dan membentuk keluarga, dapat menjadikan keluarga ceria, melahirkan zaman yang bernilai dan Negara yang baik. Bentuk pendidikan kesehatan bagi calon pengantin, atau pendidikan pra nikah bisa dimasukkan dalam pendidikan formal, pendidikan non formal, dan pendidikan informal (Sururin & Moh. Muslim, 2016). Calon pengantin perlu dibekali dengan makanan local wisdom yang bisa dimanfaatkan untuk pencegahan stunting. Salah satunya dengan pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu cara yang bisa dilakukan, berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan oleh (Nuraina dkk, 2021) perubahan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah di berikan penyuluhan tentang pemenuhan nutrisi pada balita stunting. Berdasarkan hasil observasi, wawancara dan diskusi dengan calon pengantin di Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Jeunieb belum mengetahui secara detail tentang persiapan pranikah. Kurangnya pemahaman calon pengantin tentang persiapan pranikah menuju kehamilan sehat dan bebas stunting. Berdasarkan hal tersebut maka Dosen dan Mahasiswi Program Studi D-III Kebidanan Universitas Almuslim memberikan penyuluhan tentang persiapan pranikah menuju kehamilan sehat dan bebas stunting. Penyuluhan ini bertujuan memberikan pemahaman kepada calon pengantin tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di KUA Kecamatan Jeunieb pada tanggal 10 Oktober 2023. Peserta kegiatan adalah calon pengantin sejumlah 12 calon pengantin. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah metode ceramah dan diskusi. Adapun

media yang digunakan berupa powerpoint, leaflet dan video. Tahapan pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Sosialisasi
Pada tahap ini dilakukan sosialisasi tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting. Kemudian dibagikan kuesioner *pretest* untuk diisi oleh semua peserta kegiatan.
2. Edukasi (penyuluhan)
Edukasi (penyuluhan) dilakukan pada calon pengantin di KUA Kecamatan Jeunieb tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting. Penyuluhan ini bertujuan memberikan pemahaman kepada calon pengantin tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting.
3. Evaluasi
Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi berupa *posttest* untuk mengukur pemahaman calon pengantin tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting.
4. Partisipasi Mitra
Mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah calon pengantin di KUA Kecamatan Jeunieb. Mitra berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di KUA Kecamatan Jeunieb dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1.
Distribusi frekuensi peserta kegiatan pengabdian

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	6	50
Perempuan	6	50

Tabel 1 menunjukkan bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah calon pengantin laki-laki sejumlah 6 orang (50%) dan calon pengantin perempuan sejumlah 6 orang (50%).

Pengetahuan calon pengantin tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dilakukan penyuluhan

Tabel 2.
Distribusi pengetahuan peserta sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) dilakukan penyuluhan

Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	f	%	f	%
Baik	3	25	7	58,33
Cukup	5	41,67	4	33,33
Kurang	4	33,33	1	8,33
Total	12	100	12	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan peserta sebelum (*pretest*) dilakukan penyuluhan mayoritas berada pada kategori cukup sejumlah 5 orang (41,67%). Sedangkan pengetahuan

peserta sesudah (*posttest*) dilakukan penyuluhan berada pada kategori baik sejumlah 7 orang (58,33%).



Gambar 1: (a), (b), (c), (d) penyampaian materi, peserta penyuluhan, diskusi dan tanya jawab

Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi, persiapan kehamilan sehat dan upaya yang bisa dilakukan untuk pencegahan stunting menunjukkan perubahan yang signifikan. Pengetahuan peserta sebelum (*pretest*) dilakukan penyuluhan mayoritas berada pada kategori cukup sejumlah 5 orang (41,67%). Sedangkan pengetahuan peserta sesudah (*posttest*) dilakukan penyuluhan berada pada kategori baik sejumlah 7 orang (58,33%). Edukasi (penyuluhan) kesehatan berfungsi sebagai suatu upaya yang dapat dilakukan untuk menyampaikan suatu informasi atau pengetahuan kepada masyarakat. Pada prinsipnya seseorang akan terjadi perubahan perilaku setelah diberikan pengetahuan ataupun pemahaman (Notoatmodjo, 2014).

Upaya-upaya yang bisa dilakukan pada calon pengantin dibekali dengan makanan local wisdom yang bisa dimanfaatkan untuk pencegahan stunting. Salah satunya dengan pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu cara yang bisa dilakukan, berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan oleh (Nuraina dkk, 2021) perubahan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah di berikan penyuluhan tentang pemenuhan nutrisi pada balita stunting. Kegiatan pengabdian ini juga sejalan dengan pengabdian yang dilakukan (Nuraina., et al, 2022) bahwa peningkatan pengetahuan masyarakat tentang stunting untuk terciptanya masyarakat yang peduli terhadap Kesehatan. Sejalan juga dengan hasil pengabdian (Nuraina., et al, 2022). menunjukkan perubahan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Hasil *pretest* mayoritas

berada pada kategori kurang sebanyak 10 orang dengan persentase 33,33%. Sedangkan hasil posttest mayoritas berada pada kategori baik sebanyak 15 orang dengan presentase 50%.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada 12 orang calon pengantin. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode ceramah dan diskusi. Adapun media yang digunakan berupa powerpoint, leaflet dan video. Hasil menunjukkan pengetahuan peserta sebelum (pretest) dilakukan penyuluhan mayoritas berada pada kategori cukup sejumlah 5 orang (41,67%). Sedangkan pengetahuan peserta sesudah (posttest) dilakukan penyuluhan berada pada kategori baik sejumlah 7 orang (58,33%).

DAFTAR PUSTAKA

- Kemendes RI. (2018). Laporan Nasional Rkd. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. 2018. P. 198. Available From: [Http://Labdata.Litbang.Kemkes.Go.Id/Images/Download/Laporan/Rkd/2018/Laporan_Nasional_Rkd2018_Final.Pdf](http://Labdata.Litbang.Kemkes.Go.Id/Images/Download/Laporan/Rkd/2018/Laporan_Nasional_Rkd2018_Final.Pdf).
- Kementrian Kesehatan RI. (2020). Pemantauan Status Gizi (PSG). Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat Kementrian Kesehatan RI.
- Maharani, SR. Wulandari, F. Melina. (2018). Hubungan Antara Stunting Dengan Perkembangan Pada Balita Usia 3-5 Tahun Di Posyandu Kricak Yogyakarta: Jurnal Ilmiah Kesehatan.
- Nuraina, N., Azizah, C., Rizkyan, M. A., Zaki, R., & Firdaus, M. (2021). Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) untuk Pemenuhan Nutrisi pada Balita Stunting. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(4), 473-480. <https://doi.org/10.37287/jpm.v3i4.773>
- Nuraina, N., Azizah, C., Arief Fonna, P., Faza, M., Hibban Machruza, M., & Fariana, Y. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Optimalisasi Penurunan Stunting: Studi Kasus Desa Cot Keumudee Peusangan . *Rambideun : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 85–94. <https://doi.org/10.51179/pkm.v5i1.584> (Original work published February 20, 2022)
- Nuraina, N., Susanti, A., Munawwarah, M., Salaila, M., Muna, I., Ikram, N. ., Dessiana, D., Hasratina, H., Miska, T., Urizky, N., & Khaira, N. (2022). Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) . *Rambideun : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 227–234. <https://doi.org/10.51179/pkm.v5i3.1473>
- Sulastrri. A. (2022). *Jurnal Ilmu Kebidanan Pengaruh Edukasi Kesehatan Prakonsepsi Dengan Animasi Terhadap Pengetahuan Catin Tentang Persiapan Kehamilan Sehat*. Volume 10 Nomor 3 Tahun 2022 <https://www.ejournal.akbidyo.ac.id/index.php/JIK/article/download/216/137>
- Sururin dan Moh. Muslim, “Pendidikan bagi Calon Pengantin”, *Jurnal Bimas Islam*, vol. 7 no. 2, Tahun 2014.

