

## UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN REPRODUKSI CALON PENGANTIN WANITA MELALUI PENDAMPINGAN PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT DI KUA KALIWATES KABUPATEN JEMBER

Riza Umami<sup>1</sup>, Sutrisno<sup>1</sup>, Syaiful Bachri<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>Poltekkes Kemenkes Malang  
[riza@poltekkes-malang.ac.id](mailto:riza@poltekkes-malang.ac.id)

### *Efforts To Improve Reproductive Health Of Prospective Women Through Pregnancy Planning Assistance Healthy In KUA Kaliwates Jember*

**Abstract:** A healthy pregnancy requires physical and psychological preparation which a mother-to-be must prepare before pregnancy occurs. In this regard, the impact of the unprepared mother-to-be can actually lead to a risky pregnancy that can lead to maternal death. Premarital health promotion aims to improve the community's ability to maintain and improve their health, namely premarital reproductive health, in this activity focused on planning healthy pregnancies. The purpose of this activity is that the prospective bride is able to plan a healthy pregnancy. Community service activities are carried out at KUA Kaliwates, Jember Regency with a target number of 35 CPW. The activity plan went through several stages, namely FGD training and assistance in planning healthy pregnancies and evaluating activities. The output of this activity is in the process of publication in an accredited National Journal and making a booklet with the title "Smart Plan for You because Pregnancy is Amazing" with No EC Certificate. 002021308669 dated June 30, 2021. The results of this activity are the value of the questionnaire in the pre test is dominated by sufficient knowledge level of 91%, the value of the questionnaire in the post test is dominated by a good knowledge level of 89% and the desire of CPW to get pregnant immediately is 71%.

**Keywords:** smart, plan, pregnancy

**Abstrak:** Kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan psikis dimana seorang calon Ibu harus mempersiapkannya sebelum terjadi kehamilan. Berkaitan dengan hal tersebut, dampak dari tidak siapnya calon Ibu ternyata dapat menyebabkan kehamilan yang beresiko yang berujung pada kematian ibu. Promosi kesehatan pranikah bertujuan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya yaitu reproduktif pranikah, dalam kegiatan ini difokuskan pada perencanaan kehamilan sehat. Tujuan kegiatan ini adalah Calon Pengantin Wanita mampu melakukan perencanaan kehamilan sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di KUA Kaliwates Kabupaten Jember dengan jumlah sasaran 35 CPW. Adapun rencana kegiatan melalui beberapa tahap yaitu FGD pelatihan dan pendampingan perencanaan kehamilan sehat serta evaluasi kegiatan. Output kegiatan ini dalam proses publikasi di Jurnal Nasional terakreditasi dan membuat Booklet dengan judul "Smart Plan for You because Pregnancy is Amazing" dengan No Sertifikat EC. 002021308669 tertanggal 30 Juni 2021. Adapun hasil kegiatan ini adalah Nilai kuesioner pada pre test di dominasi oleh tingkat pengetahuan cukup sebesar 91%, nilai kuesioner pada post test didominasi oleh tingkat pengetahuan baik sebesar 89% dan keinginan CPW untuk segera hamil adalah sebesar 71%.

**Kata Kunci:** Pendampingan, Perencanaan Kehamilan Sehat

## PENDAHULUAN

Kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan psikis dimana seorang calon Ibu harus mempersiapkannya sebelum terjadi kehamilan. Berkaitan dengan hal tersebut, dampak dari tidak siapnya calon Ibu ternyata dapat menyebabkan kehamilan yang beresiko yang berujung pada kematian ibu. Program SDGs menargetkan jumlah AKI/ Angka Kematian Ibu adalah kurang dari 70/100.000 kelahiran hidup. Kehamilan beresiko sebenarnya dapat dicegah melalui perencanaan kehamilan sehat diantaranya adalah mempertahankan status gizi normal pada Wanita Usia Subur (WUS) sebagai upaya untuk mempersiapkan kehamilan yang sekaligus berhubungan dengan lahirnya seorang bayi yang sehat (Oktalia, dkk. 2016)

Usia ideal menikah untuk perempuan adalah minimal 21 tahun dan untuk laki-laki minimal 25 tahun. Usia tersebut berhubungan dengan kesiapan untuk berkeluarga baik secara fisik dan psikis dan jika telah terjadi perkawinan sebelum usia tersebut maka dianjurkan usia pertama hamil adalah 21 tahun (BKKBN, 2014)

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mematangkan calon pengantin adalah melalui bimbingan pranikah. Prayitno dalam Wulansari (2017) menyatakan bahwa bimbingan adalah proses pemberian bantuan

yang dilakukan oleh rang yang ahli kepada seorang atau beberapa orang individu agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dapat dikembangkan berdasarkan norma yang berlaku. Promosi kesehatan pranikah bertujuan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya yaitu reproduktif pranikah (Kemenkes, 2015).

Bonte, *et al* (2014) menyatakan bahwa perencanaan pra konsepsi dapat dilakukan melalui skrining pada pasangan yang siap dan tidak untuk menjadi orang tua, hal tersebut akan berhubungan dengan tanggung jawab moral sebagai orang tua karena berdampak pada pola asuh anak.

Sutrisno (2019) menyatakan bahwa setelah mendapatkan bimbingan pranikah, para calon pengantin terdapat peningkatan tingkat pengetahuan terkait dengan fungsi reproduksi dan adanya kesediaan untuk melakukan pemeriksaan pranikah di layanan kesehatan terdekat. Hal yang serupa disampaikan oleh Tarsikah (2020) bahwa terdapat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan melalui kelas pra nikah untuk menyiapkan kehamilan sehat pada remaja.

Fariski dkk (2020) menyampaikan bahwa ada perbedaan status gizi berdasarkan IMT dan LILA antara subyek di desa dan kota akan tetapi tidak ada perbedaan kualitas diet dan kadar Hb pada subyek.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin Wanita Melalui Pendampingan Perencanaan Kehamilan Sehat di KUA Kaliwates Kabupaten Jember”

Tujuan kegiatan ini adalah Calon Pengantin Wanita mampu melakukan perencanaan kehamilan sehat. Sasaran adalah 35 CPW yang tercatat di KUA Kaliwates Jember.

Dari paparan diatas, maka penulis tertarik dalam memberikan pendampingan pada CPW tentang perencanaan kehamilan sehat.

## **METODE PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

1. Kegiatan pertama adalah
  - a. Pre test dengan pengisian kuesioner tentang perencanaan kehamilan sehat
  - b. *Focus Group Discussion*
  - c. Pelatihan CPW
2. Kegiatan kedua dengan rincian sebagai berikut:
  - a. Pendampingan CPW.

- b. Evaluasi kegiatan berupa post test dan keberhasilan perencanaan kehamilan sehat. Adapun evaluasi lanjutan adalah menghubungi CPW melalui WA

## **HASIL KEGIATAN**

1. Kegiatan pertama dilakukan pada *Senin, 05 Juli 2021 yaitu:*

- a. Pre test dengan pengisian kuesioner tentang perencanaan kehamilan sehat

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Kurang	3	9
Cukup	32	91
Jumlah	35	100

Tingkat pengetahuan CPW tentang perencanaan kehamilan sehat pada pre test adalah didominasi tingkat pengetahuan cukup yaitu 91%.

- b. *Focus Group Discussion*

Pada kegiatan FGD ini dapat disimpulkan bahwa CPW belum tau tentang perencanaan kehamilan sehat diawali dengan pemeriksaan pra nikah, fungsi suntik TT, menentukan masa subur dan bagaimana cara menunda dan atau program hamil.



Gambar 1. Pelaksanaan FGD

c. Pelatihan CPW. Dalam kegiatan ini telah diberikan informasi tentang perencanaan kehamilan sehat dan CPW telah mendapatkan Booklet sebagai output kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Adapun materi pada Booklet terdiri dari pembangunan keluarga, usia reproduksi sehat, family planning dan merencanakan kehamilan sehat

2. Kegiatan kedua dilakukan pada Selasa, 06 Juli 2021 dengan rincian sebagai berikut:

a. Pendampingan CPW. Pada sesi ini CPW diminta untuk melakukan pemeriksaan kadar Hb akan tetapi ada yang menolak dengan alasan takut pada jarum. Selain itu CPW telah dikaji apakah ingin segera hamil ataukah menunda kehamilan? Sudah berdiskusi dengan suami atau belum terkait dengan perencanaan kehamilan

sehat dan CPW juga praktik menghitung kapan masa subur dan menghitung status gizi saat ini.

Table 3. Hasil Pendampingan Perencanaan Kehamilan Sehat

Keterangan	Jumlah	%
<b>Status Gizi IMT</b>		
Kurang	1	3
Normal	27	77
Obesitas	7	20
	35	100
<b>Status Anemia</b>		
Hb		
Tidak Berkenan Cek	8	23
Tidak Anemia	25	71
Anemia	2	6
	35	100
<b>Penggunaan Kalender Ovulasi</b>		
Bisa	28	80
Tidak Bisa	7	20
	35	100



Gambar 2. Pendampingan CPW

b. Evaluasi kegiatan berupa post test dan keberhasilan perencanaan kehamilan sehat.. Pada kegiatan terakhir ini telah dilakukan evaluasi kegiatan secara umum dan keberhasilan pendampingan yang telah dilakukan.

Table 4. Pengukuran Tingkat Pengetahuan (Post Test)

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Cukup	4	11
Baik	31	89
	35	100

Adapun evaluasi lanjutan adalah menghubungi CPW melalui WA, terakut dengan sudah menerapkan kapan datangnya masa subur atau belum serta konsultasi program kehamilan lanjutan secara online

## PEMBAHASAN

Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan CPW tentang perencanaan kehamilan sehat dari penilaian pre dan post test. Hal ini sejalan dengan Bonte, *et al* (2014) yang menyatakan bahwa perencanaan pra konsepsi dapat dilakukan melalui skrining pada pasangan yang siap dan tidak untuk menjadi orang tua, hal tersebut akan berhubungan dengan tanggung jawab moral sebagai orang tua karena berdampak pada pola asuh anak. Sutrisno (2019) menyatakan bahwa setelah mendapatkan bimbingan pranikah, para calon pengantin terdapat peningkatan tingkat pengetahuan terkait dengan fungsi reproduksi dan adanya kesediaan untuk melakukan pemeriksaan pranikah di layanan kesehatan terdekat. Hal yang serupa disampaikan oleh Tarsikah (2020)

bahwa terdapat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan melalui kelas pra nikah untuk menyiapkan kehamilan sehat pada remaja. Fariski dkk (2020) menyampaikan bahwa ada perbedaan status gizi berdasarkan IMT dan LILA antara subyek di desa dan kota akan tetapi tidak ada perbedaan kualitas diet dan kadar Hb pada subyek. Kehamilan beresiko sebenarnya dapat dicegah melalui proses perencanaan kehamilan sehat seperti status gizi normal pada Wanita Usia Subur (WUS), bebas anemia dan sehat reproduksinya. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mematangkan calon pengantin adalah melalui bimbingan pranikah.

Output dari kegiatan ini adalah Booklet “*Smart Plan for You because Pregnancy is Amazing*”.

## PENUTUP

Nilai kuesioner pada pre test di dominasi oleh tingkat pengetahuan cukup sebesar 91%. Nilai kuesioner pada post test didominasi oleh tingkat pengetahuan baik sebesar 89%. Keinginan CPW untuk segera hamil adalah sebesar 71%.

Saran Sebelum hamil, sebaiknya suami istri harus dipastikan dalam keadaan

sehat agar kehamilan berjalan dengan baik. Untuk CPW yang belum melakukan pemeriksaan pra nikah dan suntik TT sebaiknya diminta untuk kembali lagi, tidak menerima berkas pernikahan tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN, 2014. Buku Saku untuk Calon Pengantin Seri Genre. Direktorat Bina Ketahanan Remaja BKKBN Badan Penasihat, Pembinaan dan Pelestarian Perkawinan (BP4). ISBN 978-602-316-002-0. Jakarta.
- Bonte, P., Pennings, G & Sterckx, S. 2014. Is there a moral obligation to conceive children under the best possible conditions? A preliminary framework for identifying the preconception responsibilities of potential parents. BMC medical ethics.
- Fariski, dkk. 2019. Kualitas Diet, Status Gizi dan Status Anemia Wanita Prakonsepsi antara Desa dan Kota. Gizi Indon 2020, 43(1):11-24.
- Kementerian Kesehatan, 2015. Kesehatan Reproduksi dan Seksual Bagi Calon Pengantin. Jakarta.
- Oktalia, dkk. 2016. Kesiapan Ibu Menghadapi Kehamilan dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Poltekkes Jakarta III. Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Vol 3 No. 2 Maret 2016 hal 147-159.
- Sutrisno, dkk. 2019. Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin Melalui Bimbingan Pranikah di KUA Kaliwates Kabupaten Jember. Poltekkes Kemenkes Malang. Jurnal Idaman Vol 3 No. 2 Oktober 2019.
- Tarsikah, 2019. Upaya Peningkatan Pengetahuan Melalui Kelas Pranikah Untuk Menyiapkan Kehamilan Yang Sehat Di Desa Watugede Singosari

Kabupaten Malang. Jurnal Pengamas Kesehatan Sasambo. Volume 1 No 2 Tahun 2020. e-ISSN:2715-0496

Kabupaten Jember dalam rangka Jember Regency in Figure 2019. <https://jemberkab.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=NWM4Y2FIMzgzMDhiNzdHMzgzOTUxMTFk&xzmn=aHR0cHM6Ly9qZWliZXJrYWluYnBzLmdvLmlkL3B1YmxpY2F0aW9uLzIwMTkvMDgvMTYvNWM4Y2FIMzgzMDhiNzdHMzgzOTUxMTFkL2thYnVwYXRlbi1qZWliZXItZGFsYW0tYW5na2EtMjAxOS5odGls&twoadfnearfeauf=MjAyMC0xMS0wMiAyMDoxNToxNw%3D%3D>