

**PERSIAPAN KEHAMILAN SEHAT BAGI CALON
PENGANTIN DI KUA KAPANEWON SEWON**
*Healthy Pregnancy Preparation for Prospective Couples at the KUA Kapanewon
Sewon*

**Christina Pernatun Kismoyo¹, Early Nur Saputri¹, Debrina Putri Arfianti¹, Fitri
Dwi Ramadhani¹, Sesilia¹, Queeny Fatika Adistira¹, Nabhila Ayu Hapsari^{1*}**

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo Yogyakarta

nabhilaayu6@gmail.com

Abstract

Background: Reproductive health education prior to marriage is a strategic effort to prevent high-risk pregnancies and improve maternal and neonatal outcomes. Many prospective couples focus primarily on administrative and ceremonial aspects of marriage while neglecting reproductive health preparedness.

Objective: This community service activity aimed to increase knowledge and awareness of reproductive health and healthy pregnancy preparation among prospective brides and grooms.

Methods: The activity was conducted using an educational intervention and interactive discussions involving 18 prospective couples at the Sewon Religious Affairs Office. Educational materials included reproductive health, preconception care, healthy lifestyle, and pregnancy danger signs. Evaluation was conducted through participant engagement, discussion participation, and quiz-based assessments.

Results: Participants demonstrated increased understanding of reproductive health and pregnancy preparation, reflected by active participation, correct responses during discussions, and improved quiz results. The activity received positive feedback and high enthusiasm from participants.

Conclusion: Reproductive health education for prospective couples effectively improves knowledge and readiness for healthy pregnancy planning. Collaboration between educational institutions and Religious Affairs Offices is recommended to strengthen sustainable pre-marital health education programs.

Keywords: reproductive health, preconception care, prospective couples, community service, healthy pregnancy

Abstrak

Latar Belakang: Edukasi kesehatan reproduksi sebelum pernikahan merupakan upaya strategis dalam mencegah kehamilan berisiko dan meningkatkan kesehatan ibu dan bayi. Namun, banyak calon pengantin belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai persiapan kehamilan sehat.

Tujuan: Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran calon pengantin terkait kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan sehat.

Metode: Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan¹ dan diskusi interaktif kepada 18 calon pengantin di KUA Kapanewon Sewon. Materi meliputi kesehatan reproduksi, perawatan prakonsepsi, gaya hidup sehat, dan tanda bahaya kehamilan. Evaluasi dilakukan melalui partisipasi diskusi dan kuis evaluasi.

Hasil: Terjadi peningkatan pemahaman peserta yang ditunjukkan melalui keaktifan bertanya, kemampuan menjawab pertanyaan dengan benar, serta hasil kuis evaluasi yang baik. Peserta menyatakan materi relevan dan bermanfaat sebagai bekal menuju pernikahan dan kehamilan sehat.

Kesimpulan: Edukasi kesehatan reproduksi bagi calon pengantin efektif meningkatkan kesiapan fisik dan pengetahuan dalam merencanakan kehamilan sehat. Program ini direkomendasikan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan melalui kolaborasi lintas sektor.

Kata Kunci : : kesehatan reproduksi, prakonsepsi, calon pengantin, pengabdian masyarakat, kehamilan sehat

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan fondasi utama dalam membangun keluarga yang sehat, sejahtera, dan berkualitas(1). Kondisi kesehatan reproduksi yang optimal berperan penting dalam keberhasilan kehamilan, persalinan, serta menentukan kualitas tumbuh kembang generasi yang akan dilahirkan(2). Fase pranikah menjadi periode krusial bagi calon pengantin untuk mempersiapkan diri secara fisik, mental, sosial, dan spiritual sebelum memasuki kehidupan berkeluarga. Persiapan pranikah yang baik diharapkan mampu meminimalkan risiko kesehatan selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas, sekaligus mendukung pencegahan masalah gizi kronis seperti stunting(3). Kesehatan reproduksi memegang peranan penting pada calon pasangan pengantin untuk menghasilkan keturunan, maka dalam mewujudkan tujuan ini tentu harus dipersiapkan dengan baik. Salah satu upaya yang dilakukan saat ini adalah memberikan bimbingan atau kursus pranikah pada calon pengantin karena kualitas sebuah perkawinan sangat ditentukan oleh kesiapan dan kematangan kedua calon pasangan nikah dalam menyongsong kehidupan berumah tangga (4). Calon pengantin yang akan menikah adalah cikal bakal terbentuknya sebuah keluarga, sehingga sebelum menikah calon pengantin perlu mempersiapkan kondisi kesehatannya agar dapat menjalankan kehamilan sehat sehingga dapat melahirkan generasi penerus yang sehat dan menciptakan keluarga yang berkualitas (2);(5). Pemahaman tentang pentingnya tablet zat besi (Fe) bagi calon pengantin sangat krusial. Tablet Fe membantu mencegah anemia defisiensi zat besi (6). kondisi yang bisa membahayakan ibu hamil dan janin. Anemia kehamilan meningkatkan risiko preterm sekitar 1,3–1,6 kali; pada anemia berat risikonya bisa >3 kali lipat(7). Meningkatkan resiko BBLR 1,3–3,4 kali lebih tinggi (8) risiko perdarahan pascapersalinan, transfusi, preeklamsia, dan mortalitas maternal(9). Suplementasi zat besi dan asam folat adalah standar yang direkomendasikan WHO untuk mencegah anemia kehamilan. Calon pengantin disarankan untuk mengonsumsi asam folat dan tablet Fe untuk memastikan cadangan zat besi dan mencegah terjadinya cacat bawaan pada bayi yang akan dilahirkan.

2. METODE

Kerangka Pemecahan Masalah

Permasalahan yang dihadapi calon pengantin di wilayah KUA Kapanewon Sewon adalah keterbatasan pengetahuan dan kesiapan kesehatan reproduksi dalam mempersiapkan kehamilan sehat. Kurangnya pemahaman mengenai kesehatan pra-konsepsi, perencanaan kehamilan, gizi, serta pencegahan masalah kesehatan reproduksi berpotensi meningkatkan risiko kehamilan berisiko. Kerangka pemecahan masalah dalam kegiatan ini diarahkan pada intervensi promotif dan preventif melalui penyuluhan kesehatan reproduksi yang terintegrasi dengan kegiatan bimbingan perkawinan.

Realisasi Pemecahan Masalah

Pemecahan masalah direalisasikan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi bagi calon pengantin yang dilaksanakan di KUA Kapanewon Sewon. Materi penyuluhan mencakup persiapan kehamilan sehat, kesehatan pra-konsepsi, perencanaan kehamilan, pencegahan anemia, kesehatan mental, serta peran suami dalam mendukung kesehatan reproduksi istri. Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka dengan pendekatan edukatif dan partisipatif.

Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah calon pengantin yang mengikuti bimbingan perkawinan di KUA Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul. Sasaran dipilih karena berada pada fase pra-nikah yang strategis untuk peningkatan kesiapan kesehatan reproduksi.

Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi:

1. Penyuluhan kesehatan reproduksi dengan metode ceramah interaktif.
2. Diskusi dan tanya jawab untuk memperkuat pemahaman peserta.
3. Penggunaan media edukasi berupa slide presentasi dan leaflet.
4. Evaluasi pengetahuan menggunakan pre-test dan post-test.

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada waktu yang disesuaikan dengan jadwal bimbingan perkawinan di KUA Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul.

Alat dan Bahan: Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi laptop, LCD proyektor, media presentasi, leaflet kesehatan reproduksi, lembar pre-test dan post-test, alat tulis, serta perangkat dokumentasi. **Pihak yang Terlibat:** Pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari tim pengabdian (tenaga kesehatan/bidan/dosen), pihak KUA Kapanewon Sewon, serta calon pengantin sebagai peserta kegiatan.

Kendala yang Dihadapi

Kendala yang dihadapi selama pelaksanaan kegiatan antara lain keterbatasan waktu penyuluhan, perbedaan tingkat pendidikan peserta, serta adanya persepsi bahwa kesehatan reproduksi merupakan topik yang sensitif untuk dibahas.

Upaya Pemecahan Kendala

Upaya yang dilakukan untuk mengatasi kendala tersebut meliputi penyampaian materi secara singkat dan jelas, penggunaan bahasa yang sederhana dan komunikatif, serta penciptaan suasana diskusi yang kondusif dan tidak menghakimi.

Kegiatan Penilaian Keberhasilan

Keberhasilan kegiatan dinilai berdasarkan peningkatan pengetahuan peserta yang diukur melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test. Selain itu, evaluasi juga dilakukan melalui pengamatan partisipasi aktif peserta selama kegiatan serta umpan balik peserta terhadap pelaksanaan penyuluhan.

3. HASIL dan PEMBAHASAN

Gambaran Umum Lokasi Pengabdian Masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kantor Urusan Agama (KUA) Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. KUA Kapanewon Sewon merupakan lembaga pemerintah yang memiliki peran strategis dalam pelayanan pencatatan pernikahan serta pelaksanaan bimbingan perkawinan bagi calon pengantin. Setiap calon pengantin yang akan melangsungkan pernikahan diwajibkan mengikuti rangkaian bimbingan sebagai upaya pembinaan menuju keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.

Wilayah Kapanewon Sewon merupakan daerah dengan kepadatan penduduk yang cukup tinggi dan dinamika sosial yang beragam. Kondisi tersebut berdampak pada variasi latar belakang pendidikan, pengetahuan, dan kesiapan kesehatan calon pengantin. KUA Kapanewon Sewon menjadi lokasi yang tepat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat karena dapat menjangkau calon pengantin pada fase pra-nikah yang strategis untuk intervensi promotif dan preventif, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan sehat.

Hasil Kegiatan

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi bagi calon pengantin di KUA Kapanewon Sewon berjalan dengan baik dan mendapatkan respons positif dari peserta. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari keaktifan dalam sesi diskusi dan tanya jawab terkait persiapan kehamilan sehat, kesehatan pra-konsepsi, serta peran pasangan dalam menjaga kesehatan reproduksi.

Hasil evaluasi pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman calon pengantin setelah diberikan penyuluhan. Hal ini ditunjukkan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test, di mana sebagian besar peserta mengalami peningkatan skor pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan sehat. Materi yang paling banyak dipahami oleh peserta meliputi pentingnya pemeriksaan kesehatan pra-nikah, pemenuhan gizi sebelum kehamilan, serta peran suami dalam mendukung kesehatan istri.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sejak sebelum kehamilan sebagai upaya pencegahan komplikasi kehamilan dan persalinan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan calon pengantin dalam mempersiapkan kehamilan sehat.

Hasil Kegiatan

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan reproduksi selama 60 menit berlangsung dengan lancar dan efektif. Selama sesi berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari keterlibatan aktif dalam diskusi interaktif serta keberanian mereka mengajukan pertanyaan dalam sesi tanya jawab. Respons positif ini mencerminkan bahwa materi yang disampaikan sangat relevan dan sesuai dengan kebutuhan calon pengantin, terutama dalam konteks persiapan fisik, kesiapan psikologis, serta pemeriksaan kesehatan sebelum kehamilan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Keaktifan Peserta Dalam Diskusi

Penyampaian materi yang komprehensif mencakup edukasi mengenai pemeriksaan pranikah dan pentingnya *Healthy Pregnancy* dalam mencegah komplikasi kehamilan dan

meningkatkan hasil kesehatan ibu serta bayi di masa mendatang. Konsep *healthy pregnancy* atau *preconception care* sendiri menekankan perlunya intervensi kesehatan sebelum kehamilan untuk mengoptimalkan kondisi fisik dan mengidentifikasi faktor risiko sedini mungkin, sehingga dapat memperbaiki hasil kehamilan dan menurunkan angka komplikasi maternal serta neonatal. Berdasarkan hasil evaluasi melalui kuis edukatif, mayoritas peserta mampu menjawab pertanyaan dengan benar, menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan setelah mengikuti penyuluhan. Adapun hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pre dan Post Tes

No	Pasangan	Skor Penilaian Pre Tes	Skor Penilaian Post Tes
1	Catin 1	70	90
2	Catin 2	70	80
3	Catin 3	55	75
4	Catin 4	50	80
5	Catin 5	65	85
6	Catin 6	55	75
7	Catin 7	60	90
8	Catin 8	60	80
9	Catin 9	65	85
Rata-rata		61,11	82,22

Evaluasi peningkatan pengetahuan calon pengantin dilakukan melalui pengukuran pre-test dan post-test pada sembilan pasangan calon pengantin yang mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi. Hasil penilaian menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan pada seluruh peserta setelah diberikan intervensi edukasi.

Berdasarkan hasil pengukuran, skor pre-test peserta berada pada rentang 50–70 dengan nilai rata-rata sebesar 61,11. Skor tersebut menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, tingkat pengetahuan calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan sehat masih tergolong sedang hingga rendah. Kondisi ini mengindikasikan adanya keterbatasan pemahaman peserta terhadap aspek kesehatan pra-konsepsi, pentingnya pemeriksaan kesehatan pra-nikah, serta peran pasangan dalam mendukung kehamilan sehat.

Setelah dilakukan penyuluhan, skor post-test peserta meningkat dengan rentang nilai 75–90 dan rata-rata sebesar 82,22. Seluruh peserta mengalami peningkatan skor pengetahuan, dengan peningkatan rata-rata sebesar 21,11 poin. Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan memberikan dampak positif terhadap pemahaman calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan sehat.

Peningkatan skor yang konsisten pada seluruh peserta mengindikasikan bahwa metode penyuluhan yang digunakan, yaitu ceramah interaktif disertai diskusi dan media edukasi, efektif dalam meningkatkan pengetahuan sasaran. Hasil ini sejalan dengan tujuan kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu meningkatkan kesiapan calon pengantin dalam mempersiapkan kehamilan sehat sejak masa pra-nikah sebagai upaya promotif dan preventif kesehatan reproduksi.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi persiapan kehamilan sehat bagi calon pengantin di KUA Kapanewon Sewon memiliki implikasi klinis yang signifikan terhadap upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak. Peningkatan pengetahuan calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi, perawatan prakonsepsi, dan kesiapan kehamilan berpotensi memengaruhi pengambilan keputusan kesehatan secara lebih rasional sebelum terjadinya kehamilan(10). Secara ilmiah, fase pranikah adalah “titik awal” yang sangat menentukan: semakin baik persiapan fisik, gizi, mental, sosial, dan spiritual sebelum menikah, semakin kecil risiko masalah kehamilan–persalinan dan semakin besar peluang mencegah stunting pada anak.

Secara klinis, edukasi prakonsepsi yang diberikan mampu mendorong calon pengantin untuk melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum kehamilan, seperti skrining status gizi, anemia, penyakit infeksi, serta riwayat kesehatan reproduksi. Hal ini memungkinkan tenaga kesehatan, khususnya bidan dan tenaga kesehatan primer, untuk melakukan deteksi dini faktor risiko kehamilan dan memberikan intervensi yang tepat sejak tahap prakonsepsi. Dengan demikian, risiko terjadinya kehamilan berisiko tinggi, komplikasi obstetri, serta gangguan kesehatan maternal dan neonatal dapat ditekan. Wanita dengan pengetahuan baik tentang perawatan prakonsepsi hampir 3 kali lebih mungkin memanfaatkan layanan prakonsepsi(11). Pelayanan kesehatan prakonsepsi akan menyiapkan perempuan baik secara fisik dan psikologis dalam masa kehamilan dan persalinan yang sehat(12);(13).

Kesiapan menikah adalah pertimbangan penting bagi calon pengantin karena dalam mempersiapkan pernikahan harus siap untuk mempunyai hubungan dengan pasangan kita seperti siap menerima tanggung jawab sebagai suami dan istri, siap dalam hubungan seksual, siap merawat anak dan siap membina rumah tangga. Usia menikah minimum adalah 21 tahun untuk wanita dan 25 tahun untuk pria, usia dimana mereka siap untuk memulai sebuah keluarga. Sebab pada usia tersebut calon pengantin akan siap secara biologis dan psikologis, sehingga risiko dalam melahirkan cacat atau meninggal tidak terjadi. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan calon pengantin dalam kesiapan menikah diantaranya adalah faktor Pendidikan, paparan informasi atau media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia(14).

Implikasi lainnya adalah meningkatnya kesadaran calon pengantin terhadap pentingnya perilaku hidup sehat, termasuk pengaturan pola makan, konsumsi tablet tambah darah, perencanaan jarak kehamilan, serta kesiapan psikologis. Kesadaran ini berdampak langsung pada kepatuhan terhadap rekomendasi klinis yang diberikan oleh tenaga kesehatan selama pelayanan pranikah maupun antenatal. Dalam konteks praktik klinis, kondisi ini mempermudah proses konseling, meningkatkan efektivitas komunikasi terapeutik, dan memperkuat hubungan antara tenaga kesehatan dan pasien. Pengetahuan tentang perencanaan kehamilan sehat sebagai salah satu bagian dari kesehatan reproduksi pada calon pengantin. Penelitian lain menyatakan bahwa sebagian besar calon pengantin belum memahami kesehatan reproduksi dalam upaya mempersiapkan kehamilan yang sehat. Pengetahuan dan sikap masih terbatas pada pemenuhan gizi dan mitos-mitos seputar kehamilan(15)

Salah satu faktor determinan dari masih tingginya AKI adalah banyaknya kehamilan yang tidak direncanakan maupun kehamilan risiko tinggi akibat kurangnya kesiapan calon ibu, baik secara fisik maupun mental. Keterbatasan pengetahuan, sikap, kurangnya akses terhadap informasi yang berkualitas, serta minimnya upaya promotif dan preventif berbasis edukasi menjadi hambatan utama dalam pencapaian kesiapan kehamilan yang optimal. Calon pengantin sebagai pihak yang akan memasuki gerbang pernikahan sangat membutuhkan informasi dan pendidikan tentang kesehatan reproduksi, khususnya tentang perencanaan kehamilan yang tepat agar nantinya mereka memiliki anak yang sehat dan ibu dapat melahirkan dengan aman. Informasi dan pendidikan perlu diberikan karena masih banyak anggapan keliru tentang kesehatan reproduksi, sehingga diperlukan kesamaan persepsi dan informasi agar tidak terjadi kesalahan dalam kesehatan reproduksi(16).

Tingkat pengetahuan di masyarakat terkait dengan hubungan dengan tenaga kesehatan yang merupakan penyedia utama informasi terkait kesehatan. Namun, meskipun studi melaporkan tingkat pengetahuan dan kesadaran yang tinggi dan dampak intervensi pendidikan terhadap hal tersebut, pengetahuan saja atau rekomendasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan tidak selalu cukup untuk mengubah perilaku. Meskipun demikian, dampak positif intervensi pendidikan terhadap sikap dan perilaku perempuan, terutama yang berkaitan dengan nutrisi dan aktivitas fisik, terlihat dalam studi oleh Hillemeier. Di luar peran utama para profesional kesehatan, kesehatan masyarakat juga terlibat dalam mempromosikan perawatan pra-konsepsi(17).

Meskipun kesiapan prakonsepsi diakui sebagai faktor krusial dalam menurunkan risiko kehamilan komplikatif dan kematian maternal, sebagian besar penelitian masih berfokus pada intervensi selama kehamilan atau pascapersalinan dengan pendekatan kuratif yang dominan, sementara strategi promotif dan preventif pada fase prakonsepsi belum mendapat perhatian yang memadai. Untuk itu perlu adanya pemberian edukasi pada calon pengantin agar dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam persiapan kehamilan sehat. Intervensi yang ditujukan kepada calon pengantin cenderung mengevaluasi aspek pengetahuan atau sikap secara terpisah, Literatur mengenai pemanfaatan media edukasi digital, seperti e-booklet, untuk meningkatkan kesiapan kehamilan masih terbatas oleh karena itu perlu diberikan edukasi menggunakan media yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap calon pengantin dalam persiapan kehamilan sehat(18).

Pemberian suplementasi gizi pada masa prakonsepsi merupakan upaya untuk menghindari defisiensi pada calon ibu yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan. Suplementasi gizi yang direkomendasikan untuk mempersiapkan kehamilan sehat adalah berupa asam folat bagi pasangan prakonsepsi yang tidak menunda kehamilan dan pasangan prakonsepsi yang mengalami anemia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa ibu hamil biasanya tidak menyadari bahwa dirinya hamil pada awal kehamilan, sehingga suplementasi asam folat lebih baik diberikan dari sebelum hamil. Suplai asam folat yang tepat dari masa prakonsepsi, kehamilan, dan laktasi sangat menentukan perkembangan dan pertumbuhan janin yang tepat. Asam folat adalah zat yang paling penting dalam unsur-unsur sel-sel pembagi karena memainkan peran penting dalam sintesis DNA. Pada awal kehamilan, permintaan asam folat yang tidak disintesis dalam tubuh manusia meningkat. Asam folat yang dapat dipenuhi melalui pasokan makanan yang kaya asam folat hanya sekitar 150-250 µg(19).

Dari perspektif kesehatan masyarakat, integrasi edukasi persiapan kehamilan sehat dalam layanan pranikah di KUA dapat berfungsi sebagai pintu masuk strategis untuk memperluas jangkauan pelayanan kesehatan reproduksi. Program ini mendukung pendekatan preventif berbasis komunitas yang selaras dengan upaya penurunan angka kematian ibu dan bayi. Selain itu, kolaborasi antara institusi pendidikan kesehatan, fasilitas pelayanan kesehatan, dan KUA berpotensi menciptakan model pelayanan prakonsepsi yang berkelanjutan dan terintegrasi.

Secara keseluruhan, temuan pengabdian ini menunjukkan bahwa edukasi persiapan kehamilan sehat pada calon pengantin tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga memiliki implikasi klinis nyata dalam peningkatan kualitas pelayanan kesehatan reproduksi, pencegahan kehamilan berisiko, serta penguatan strategi promotif dan preventif dalam sistem kesehatan ibu dan anak. khususnya pada tahap pranikah.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat keterbatasan dalam pelaksanaan penyuluhan, antara lain durasi waktu yang relatif singkat dan perbedaan tingkat pengetahuan peserta. Keterbatasan waktu menyebabkan materi belum dapat dibahas secara mendalam. Namun, penyampaian materi yang ringkas, terstruktur, dan didukung dengan diskusi interaktif mampu meminimalkan kendala tersebut. Oleh karena itu, untuk kegiatan selanjutnya disarankan adanya penambahan durasi serta penggunaan media edukasi pendukung seperti leaflet atau modul tertulis guna memperkuat pemahaman peserta.

Calon pengantin (catin) merupakan salah satu kelompok sasaran yang masih jarang disentuh khususnya peningkatan pengetahuan dan sikap calon ayah terkait 1000 HPK, yang berkontribusi penting dalam program percepatan pencegahan stunting. 1000 HPK harus mendapat dukungan penuh dari para suami. Dalam rangka pencegahan stunting khususnya intervensi sensitif gizi sangat perlu mengubah perilaku catin dalam persiapan kehamilan. Perubahan perilaku menjadi perilaku sehat diawali peningkatan pengetahuan catin tentang makanan sehat dan bergizi pada seluruh daur kehidupan, dimulai dari sebelum kehamilan(20).

Perencanaan kehamilan dan kehamilan itu sendiri merupakan momen unik di mana perempuan sering kali termotivasi untuk mengoptimalkan kesehatan dan mengubah gaya

hidup mereka. Perubahan positif berpotensi berdampak pada kesehatan perempuan serta kesehatan janin. Modifikasi perilaku positif terhadap nutrisi, aktivitas fisik, dan penghentian merokok, penggunaan narkoba, dan alkohol meningkatkan hasil bagi ibu dan bayi, dan merupakan perubahan ideal yang harus dilakukan sebelum kehamilan(21).

Perawatan pra-konsepsi mengacu pada intervensi yang diberikan sebelum konsepsi yang memodifikasi faktor risiko pra-konsepsi dan mengurangi beban hasil kehamilan yang merugikan seperti berat badan lahir rendah, keguguran spontan, dan kelahiran prematur. Intervensi ini dapat berupa konseling atau pendidikan pra-konsepsi, modifikasi diet, dan pengobatan tambahan selama periode pra-konsepsi(22). Berfokus pada periode sebelum konsepsi, penyedia layanan kesehatan dan individu dapat mengatasi faktor risiko potensial yang dapat berdampak negatif pada hasil kehamilan dan kesehatan anak di masa depan. Hal ini dapat melibatkan intervensi seperti mengoptimalkan nutrisi, mengelola kondisi medis kronis, memastikan vaksinasi terkini, mengidentifikasi dan mengatasi risiko genetik, dan mempromosikan pilihan gaya hidup sehat. Mengatasi faktor-faktor ini dan mengoptimalkan kesehatan sebelum kehamilan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap kesejahteraan ibu dan janin yang sedang berkembang. Hal ini dapat mengurangi risiko komplikasi kehamilan, cacat lahir, dan hasil buruk lainnya. Selain itu, dengan mengambil langkah-langkah untuk meningkatkan kesehatan ibu sebelum konsepsi, ada potensi efek jangka panjang pada kesehatan dan kesejahteraan anak sepanjang hidupnya(23).

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi pada calon pengantin memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan pasangan dalam mempersiapkan kehamilan sehat. Edukasi pranikah yang terintegrasi dan berkelanjutan berpotensi menjadi salah satu strategi efektif dalam mendukung penurunan risiko kesehatan ibu dan anak serta meningkatkan kualitas generasi yang akan datang.

MANFAAT UNTUK KESEHATAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi persiapan kehamilan sehat bagi calon pengantin di KUA Kapanewon Sewon memiliki implikasi klinis yang signifikan terhadap upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak. Peningkatan pengetahuan calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi, perawatan prakonsepsi, dan kesiapan kehamilan berpotensi memengaruhi pengambilan keputusan kesehatan secara lebih rasional sebelum terjadinya kehamilan.

Secara klinis, edukasi prakonsepsi yang diberikan mampu mendorong calon pengantin untuk melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum kehamilan, seperti skrining status gizi, anemia, penyakit infeksi, serta riwayat kesehatan reproduksi. Hal ini memungkinkan tenaga kesehatan, khususnya bidan dan tenaga kesehatan primer, untuk melakukan deteksi dini faktor risiko kehamilan dan memberikan intervensi yang tepat sejak tahap prakonsepsi. Dengan demikian, risiko terjadinya kehamilan berisiko tinggi, komplikasi obstetri, serta gangguan kesehatan maternal dan neonatal dapat ditekan.

Implikasi lainnya adalah meningkatnya kesadaran calon pengantin terhadap pentingnya perilaku hidup sehat, termasuk pengaturan pola makan, konsumsi tablet tambah darah, perencanaan jarak kehamilan, serta kesiapan psikologis. Kesadaran ini berdampak langsung

pada kepatuhan terhadap rekomendasi klinis yang diberikan oleh tenaga kesehatan selama pelayanan pranikah maupun antenatal. Dalam konteks praktik klinis, kondisi ini mempermudah proses konseling, meningkatkan efektivitas komunikasi terapeutik, dan memperkuat hubungan antara tenaga kesehatan dan pasien.

Dari perspektif kesehatan masyarakat, integrasi edukasi persiapan kehamilan sehat dalam layanan pranikah di KUA dapat berfungsi sebagai pintu masuk strategis untuk memperluas jangkauan pelayanan kesehatan reproduksi. Program ini mendukung pendekatan preventif berbasis komunitas yang selaras dengan upaya penurunan angka kematian ibu dan bayi. Selain itu, kolaborasi antara institusi pendidikan kesehatan, fasilitas pelayanan kesehatan, dan KUA berpotensi menciptakan model pelayanan prakonsepsi yang berkelanjutan dan terintegrasi.

Secara keseluruhan, temuan pengabdian ini menunjukkan bahwa edukasi persiapan kehamilan sehat pada calon pengantin tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga memiliki implikasi klinis nyata dalam peningkatan kualitas pelayanan kesehatan reproduksi, pencegahan kehamilan berisiko, serta penguatan strategi promotif dan preventif dalam sistem kesehatan ibu dan anak.

KETERBATASAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat mengenai persiapan kehamilan sehat bagi calon pengantin di KUA Kapanewon Sewon memiliki beberapa keterbatasan yang perlu disampaikan secara transparan. Pertama, jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini relatif terbatas dan hanya berasal dari satu lokasi, sehingga hasil kegiatan belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh calon pengantin di wilayah lain dengan karakteristik sosial, budaya, dan ekonomi yang berbeda. Kedua, metode evaluasi yang digunakan lebih menekankan pada pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan melalui instrumen sederhana, sehingga belum sepenuhnya menggambarkan perubahan sikap, perilaku, maupun praktik kesehatan reproduksi calon pengantin dalam jangka panjang. Ketiga, keterbatasan waktu pelaksanaan kegiatan menyebabkan materi yang disampaikan belum dapat mencakup seluruh aspek persiapan kehamilan sehat secara mendalam, khususnya terkait pemeriksaan kesehatan lanjutan, kesiapan psikologis, dan tindak lanjut layanan kesehatan pranikah. Selain itu, faktor eksternal seperti tingkat pendidikan peserta, latar belakang informasi kesehatan yang berbeda-beda, serta keterbatasan dukungan sarana dan prasarana juga berpotensi memengaruhi pemahaman dan penerimaan materi yang diberikan. Meskipun demikian, kegiatan ini diharapkan tetap memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan calon pengantin mengenai pentingnya persiapan kehamilan sehat sebagai upaya promotif dan preventif dalam kesehatan reproduksi

4. PENUTUP

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dengan judul “Persiapan Kehamilan Sehat” yang dilaksanakan di KUA Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul, merupakan upaya edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran calon pasangan suami istri dan masyarakat mengenai pentingnya kesiapan sebelum memasuki masa kehamilan. Penyuluhan ini menitikberatkan pada

pemahaman bahwa kehamilan yang sehat tidak hanya dimulai saat seorang perempuan hamil, tetapi perlu dipersiapkan sejak sebelum pernikahan melalui perencanaan yang matang.

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan, penyuluhan ini mampu meningkatkan pengetahuan peserta terkait aspek-aspek penting dalam persiapan kehamilan sehat, meliputi pemeriksaan kesehatan pranikah, pemenuhan gizi seimbang, kesiapan mental dan emosional, serta peran dan dukungan pasangan dalam merencanakan kehamilan. Peserta juga menjadi lebih memahami keterkaitan antara persiapan kehamilan sehat dengan pencegahan risiko kehamilan, komplikasi persalinan, serta upaya meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak.

Selain itu, kegiatan penyuluhan ini turut memperkuat fungsi KUA sebagai pusat pembinaan dan edukasi pranikah yang tidak hanya berfokus pada aspek administrasi pernikahan, tetapi juga pada kesiapan kehidupan berkeluarga secara menyeluruh. Melalui integrasi materi kesehatan dalam kegiatan di KUA, khususnya pada calon pengantin, diharapkan terbentuk kesadaran bahwa perencanaan kehamilan sehat merupakan bagian penting dari pembentukan keluarga yang harmonis dan berkualitas.

Keseluruhan, penyuluhan ini memberikan kontribusi positif dalam menumbuhkan kesadaran di lingkungan KUA Kapanewon Sewon tentang pentingnya persiapan kehamilan sehat sebagai investasi jangka panjang bagi keluarga dan masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan serupa diharapkan dapat terus dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pihak terkait, sehingga edukasi mengenai persiapan kehamilan sehat dapat menjangkau lebih luas dan memberikan dampak yang berkelanjutan bagi kesehatan ibu dan anak

KONFLIK KEPENTINGAN

Para penulis menyatakan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Persiapan Kehamilan Sehat Bagi Calon Pengantin di KUA Kapanewon Sewon “ dilaksanakan tanpa adanya hubungan keuangan, komersial, maupun hubungan lain yang dapat dianggap oleh komunitas akademik sebagai potensi konflik kepentingan.

KONTRIBUSI PENULIS

Dr. Bdn. Christina Pernatun Kismoyo, SST., MPH berperan sebagai penanggung jawab utama kegiatan pengabdian masyarakat, pengarah konseptual, serta pembimbing dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan edukasi kesehatan reproduksi. Penulis utama juga berkontribusi dalam penyusunan kerangka artikel ilmiah, penelaahan substansi akademik, serta finalisasi naskah jurnal. Early Nur Saputri, Debrina Putri Arfianti, Fitri Dwi Ramadhani, Nabhila Ayu Hapsari, Queeny Fatika Adistira, dan Sesilia berperan sebagai pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat. Kontribusi penulis meliputi penyusunan materi edukasi kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan sehat, pelaksanaan penyuluhan dan diskusi interaktif kepada calon pengantin, pengumpulan data hasil kegiatan, serta evaluasi melalui kuis dan observasi partisipasi peserta.

Seluruh penulis berkontribusi dalam proses penulisan artikel, mulai dari penyusunan draf awal, pengolahan dan interpretasi hasil kegiatan, hingga peninjauan dan penyempurnaan naskah. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel untuk dipublikasikan serta bertanggung jawab atas keakuratan dan integritas isi karya ilmiah ini

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala dan seluruh staf KUA Kapanewon Sewon yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada institusi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan AKBIDYO Yogyakarta atas dukungan akademik dan administratif yang diberikan. Selain itu, penulis menyampaikan apresiasi kepada para calon pengantin yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, serta kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, masukan, dan dukungan dalam penyusunan dan penyempurnaan naskah artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Jahan-Mihan A, Leftwich J, Berg K, Labyak C, Nodarse RR, Allen S, et al. The Impact of Parental Preconception Nutrition, Body Weight, and Exercise Habits on Offspring Health Outcomes: A Narrative Review. *Nutr* . 2024;16(24):1–30.
- Wiyanti Z, Astuti AW, Kit A, Fatimah S. Model of health services for future parents: a scoping review. *J Cakrawala Promkes*. 2024;6(1):36–47.
- Saleh A, Syahrul S, Hadju V, Andriani I, Restika I. Role of Maternal in Preventing Stunting: a Systematic Review. *Gac Sanit [Internet]*. 2021;35:S576–82. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.087>
- Putri TA, Salsabilla DA, Muthi'ah TS, Vergawita T, Komisah K. The Relationship Between Maternal Nutritional Status and the Incidence of Stunting: A Meta-Analysis. *J Matern Child Heal*. 2025;10(2):73–84.
- Hasanah WK, Pratomo H, Latipatul Ashor F, Mulyana E, Jumhati S, Maya Lova S. Analisis Pelaksanaan Edukasi Pranikah Terkait Kesehatan Reproduksi Pada Pasangan Calon Pengantin Muslim (Literature Review). *Hearty*. 2022;10(2):53.
- Septiana KS, Adnani QES, Susiarno H, Tarawan VM, Arya IFD, Anwar R. The Influence of Anemia Education Media on Increasing Self-Awareness and Compliance in Consuming Iron Supplements in Adolescent Girls: A Systematic Review. *Int J Womens Health*. 2025;17(June 2025):2277–89.
- Wang R, Xu S, Hao X, Jin X, Pan D, Xia H, et al. Anemia during pregnancy and adverse pregnancy outcomes: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Front Glob Women's Heal [Internet]*. 2025;6(January). Available from: <https://doi.org/10.3389/fgwh.2025.1502585>
- Belete NK, Belete AG, Assefa DT, Sorrie MB, Teshale MY. Effects of maternal anemia on low-birth-weight in Sub-Saharan African countries: Systematic review and meta-analysis. *PLoS One [Internet]*. 2025;20(6 June):1–14. Available from:

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325450>

- Young MF, Oaks BM, Rogers HP, Tandon S, Martorell R, Dewey KG, et al. Maternal low and high hemoglobin concentrations and associations with adverse maternal and infant health outcomes: an updated global systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2023;23(1):1–16.
- Caut C, Schoenaker D, McIntyre E, Vilcins D, Gavine A, Steel A. Relationships between Women’s and Men’s Modifiable Preconception Risks and Health Behaviors and Maternal and Offspring Health Outcomes: An Umbrella Review. *Semin Reprod Med*. 2022;40(3–4):170–83.
- Ayele AD, Belay HG, Kassa BG, Worke MD. Knowledge and utilisation of preconception care and associated factors among women in Ethiopia: systematic review and meta-analysis. *Reprod Health [Internet]*. 2021;18(1):1–15. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01132-9>
- Sari, Selfia N, Toyibah A, Apsari, Dyah D, Triningsih, Wahyu R. HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN PERSIAPAN KEHAMILAN SEHAT PADA CALON PENGANTIN WANITA. *Malang J Midwifery*. 2023;5 (2) (202(2):95–107.
- Torkel S, Mantzioris E, Villani A, Kellow NJ, Bhatnagar D, Osei-Safo EK, et al. Preconception lifestyle interventions for women—a systematic review and meta-analysis of intervention characteristics and behaviour change techniques. *Hum Reprod Update*. 2025;32(1):105–27.
- Qurniasih N, Halimah S, Damayanti E, Mahmudah, Mursiati S, Yarlina, et al. Optimalisasi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Catin Dalam Rangka Meningkatkan Kesehatan Prakonsepsi Ibu dan Anak. *J Hum Educ [Internet]*. 2024;4(1):1–9. Available from: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/article/view/621>
- Mawaddah DS, Azis MA, Susiarno H. Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Calon Pengantin Dalam Perencanaan Kehamilan Sehat Di “Kua” Cibadak Lebak Banten the Effect of Reproductive Health Education Using Video Media on Knowledge and Att. *J Med (Media Inf Kesehatan)*. 2023;10(2):175–90.
- Iffah U, Safaringga M, Ridwan LH, Maharani P. The Influence of Media Leaflet on Increasing Knowledge of Reproductive Health of Brides-to-Be in Padang City. *J Sos Teknol*. 2024;4(5):253–8.
- Zaçe D, Orfino A, Viteritti AM, Versace V, Ricciardi W, Di Pietro ML. A comprehensive assessment of preconception health needs and interventions regarding women of childbearing age: a systematic review. *J Prev Med Hyg*. 2022;63(1):E174–99.
- Maimunah S, Issabella CM, Studi P, Kebidanan M, Guna S, Yogyakarta B, et al. Edukasi Kesehatan Tentang Kehamilan Sehat. *J Ilm Pengabd Kpd Masy*. 2025;4(2):106–15.
- Yulivantina EV, Gunarmi, Maimunah S. Urgensi Preconception Care Sebagai Persiapan Kesehatan Sebelum Hamil: Sistemik Review. *Semin Inf Kesehat Nas [Internet]*. 2022;31–9. Available from: <http://ojs.u-db.ac.id/index.php/sikenas/article/view/1675>
- Hilwa Z, Agustina, Fitri I, Raudhati S, Nova, Mawaddah, et al. Sosialisasi Kesehatan Reproduksi dan Persiapan Kehamilan dalam Perspektif Islam pada Calon Pengantin di KUA

Christina Pernatun Kismoyo, Early Nur Saputri, Debrina Putri Arfianti, Fitri Dwi Ramadhani, dkk, Persiapan Kehamilan Sehat bagi Calon Pengantin di KUA Kapanewon Sewon

KecamatanSimpang Mamplam Kabupaten Bireuen. *J Abdimas Kesehat.* 2024;6(3):518–24.

Musgrave L, Homer C, Gordon A. Knowledge, attitudes and behaviours surrounding preconception and pregnancy health: an Australian cross-sectional survey. *BMJ Open.* 2023;13(1):e065055.

Withanage NN, Botfield JR, Srinivasan S, Black KI, Mazza D. Effectiveness of preconception interventions in primary care: a systematic review. *Br J Gen Pract.* 2022;72(725):E865–72.

Khekade H, Potdukhe A, Taksande AB, Wanjari MB, Yelne S. Preconception Care: A Strategic Intervention for the Prevention of Neonatal and Birth Disorders. *Cureus.* 2023;15(6).