



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN MELALUI KELAS PRANIKAH UNTUK MENYIAPKAN KEHAMILAN YANG SEHAT DI DESA WATUGEDE SINGOSARI KABUPATEN MALANG

Tarsikah ✉

Tarsikah08@gmail.com@gmail.com

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

Genesis Naskah:

Diterima 12 Desember 2019; Disetujui 1 Januari 2020; Di Publikasi 1 Mei 2020

Berbagai upaya untuk menurunkan angka kematian ibu lebih banyak dilakukan pada saat perempuan sudah hamil, sedangkan program kesehatan reproduksi remaja belum menyentuh materi bagaimana menyiapkan kehamilan yang sehat. Penyiapan kesehatan reproduksi pada catin di KUA belum maksimal karena keterbatasan pemateri kesehatan yang bisa memberikan pembekalan secara kontinyu. Kelas pra nikah untuk remaja usia akhir dan belum menikah menjadi alternatif untuk mengatasi permasalahan tersebut. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesiapan menjalani kehamilan yang sehat melalui kegiatan kelas pra nikah. Metode yang digunakan adalah ceramah tanya jawab dan diskusi dengan media pembelajaran lembar balik persiapan pranikah, lap top dan video. Sasaran kegiatan adalah remaja putri sejumlah 24 orang yang dibagi dua kelompok yang masing masing kelompok dua kali pertemuan dengan topik kesiapan fisik, kesiapan gizi dan kesiapan psikologis menghadapi kehamilan. Kegiatan dilakukan pada bulan Juni-Juli 2019. Pada akhir pertemuan dilakukan pemeriksaan kadar Hb sebagai upaya skrining anemia. Hasil kegiatan pengabmas menunjukkan ada perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan melalui kegiatan kelas pra nikah. Kegiatan ini bisa menjadi salah satu alternatif pendidikan pra nikah berbasis komunitas, yang bisa dilakukan sebagai kegiatan tersendiri maupun mengikuti kegiatan pemberdayaan di tingkat masyarakat yang sudah ada misalnya posyandu remaja maupun karang taruna.

Kata Kunci: kelas pranikah, pengetahuan, kesiapan kehamilan

Abstrack

Efforts to reduce maternal mortality are mostly done when women are already pregnant, while adolescent reproductive health programs have not touched on how to prepare for a healthy pregnancy. Preparation of reproductive health in catin in KUA is not optimal because of the limitations of health presenters who can provide continuous supplies. Pre-marital classes for late teens and unmarried adolescents become an alternative to overcome these problems. The aim of the activity is to increase adolescent knowledge about readiness to undergo a healthy pregnancy through pre-marital class activities. The method used was question and answer and discussion with media on pre-marriage preparation sheets, lap top and video. The target activity was 24 young women divided into two groups, each meeting twice with the topic of physical readiness, nutritional readiness and psychological readiness to face pregnancy. The activity was carried out in June-July 2019. At the end of the meeting, Hb levels were examined as an effort to screen for anemia. The results of community service activities show there is a change in the level of knowledge before and after health education through pre-marital class activities. This activity can be one of the alternatives of community-based pre-marital education, which can be carried out as a separate activity or participate in empowerment activities at the existing community level such as the Posyandu Remaja and Karang Taruna.

Keyword: pre natal class, knowledge, pregnancy readiness

Pendahuluan

Kehamilan dan persalinan merupakan suatu hal yang alami akan tetapi bukan berarti tanpa resiko. Kehamilan dan persalinan memberikan kontribusi terhadapnya banyaknya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). AKI dapat menggambarkan tingkat kesadaran perilaku hidup sehat, status gizi dan kesehatan ibu, kondisi kesehatan lingkungan, tingkat pelayanan kesehatan terutama untuk ibu hamil, pelayanan kesehatan waktu ibu melahirkan dan masa nifas.

Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2016 mencatat bahwa sekitar 26,16 persen perempuan melahirkan anak pertama pada usia kurang dari 20 tahun. Laporan Kajian Perkawinan Usia Anak di Indonesia (KPUAI) juga menyatakan bayi yang dilahirkan oleh perempuan yang menikah pada usia kurang dari 20 tahun memiliki risiko kematian lebih besar dan memiliki peluang meninggal dua kali lipat sebelum mencapai usia 1 tahun dibandingkan dengan anak-anak yang dilahirkan oleh seorang ibu yang telah berusia dua puluh tahun ke atas. Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk menanggulangi permasalahan tersebut antara lain: program perencanaan persalinan dan pencegahan komplikasi (P4K), Gizi 1000 hari kehidupan, kelas hamil, program keluarga berencana (KB) dan kesehatan reproduksi remaja. Kesehatan reproduksi remaja menjadi salah satu program yang dikembangkan pada perempuan yang belum hamil, namun segi sosial dan psikologis materi yang diberikan belum mencakup kesiapan menjalani kehamilan karena masih berhadapan dengan permasalahan budaya, namun disisi lain angka pernikahan dini masih tinggi (Oktalia, 2016). Sedangkan kegiatan penyiapan pada usia pra nikah hanya dilakukan oleh KUA/Depatemen Agama berupa Suscatin. Pada perjalanannya, kegiatan di KUA ini juga tidak maksimal, karena tidak adanya ahli dibidang kesehatan reproduksi/tenaga kesehatan yang dilibatkan secara terprogram.

Upaya untuk menurunkan AKI dapat dilakukan dengan upaya promotif dan preventif dengan melibatkan semua unsur dalam masyarakat dan dilakukan konsisten. Dengan makin

meningkatnya angka pernikahan di usia dini di pedesaan dan tingginya kejadian kesakitan pada ibu dan bayi, diperlukan upaya promotif sejak dini yaitu pada saat usia remaja usia pertengahan sampai dengan usia akhir (15-21 tahun) yang belum menikah, dengan harapan pemberian informasi sejak dini bisa membantu meningkatkan kemampuan mereka dalam ikut berperan serta meningkatkan status kesehatan reproduksinya.

Berdasarkan hasil wawancara pada bidan koordinator di Puskesmas Singosari, pelaksanaan program kesehatan reproduksi sudah dilakukan, pelaksanaanya belum terlaksana secara kontinue, sedangkan di wilayah Ponkesdes Watugede, kegiatan kespro remaja pernah ada melalui kegiatan posyandu remaja, namun tidak berjalan dengan baik. Pada tahun 2019 di wilayah Watgede terdapat 1 angka kematian ibu dengan kasus pre eklamsia pada seorang pwanita usia subur usia 14 tahun. Berdasarkan permasalahan dan kajian situasi tersebut, maka pelaksana tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa dengan tema Upaya Promotif Melalui Kegiatan Kelas Pranikah Untuk Menyiapkan Kehamilan Yang Sehat Di Ponkesdes Watugede Singosari Kabupaten Malang. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman calon pengantin dalam menyiapkan kesehatan fisik, gizi dan psikologis dalam menjalankan fungsi reproduksinya dan melakukan skreening anemia menggunakan Hb Sahli

Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendidikan pra nikah pada kelompok remaja usia pertengahan dan akhir (15-21 tahun), yang masing masing kelompok mendapatkan pendidikan kesehatan sebanyak 2 kali pertemuan masing masing selama 2 jam. Sebelum pertemuan I dilakukan pre test dan setelah pertemuan II dilakukan post test untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan tentang tentang topik yang telah diberikan. Metode yang digunakan adalah ceramah tanya jawab dan diskusi dengan media pembelajaran lembar balik persiapan pranikah, lap top dan video. Hasil penilaian disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Pada akhir pertemuan dilakukan pemeriksaan kadar Hb menggunakan

Hb Sahli pada peserta kegiatan sebagai upaya skreening anemia pada remaja. Hasil pemeriksaan Kadar Hb di klasifikasikan menurut Standart WHO tahun 2011 pada kadar Hb remaja usia ≥ 15 tahun yang tidak hamil di kategorikan sebagai berikut: Nomal=12-14 gr/dl, Anemia ringan=11-11.9gr/dl dan Anemia sedang=8-10.9 gr/dl. (Capellini, 2015).

Hasil dan Pembahasan

Tahapan kegiatan pengabdian yang dilaksanakan diawali dengan pendataan sasaran, penyusunan rencana kegiatan, pelaksanaan, monitoring, evaluasi dan pelaporan kegiatan dengan melibatkan bidan desa, tokoh masyarakat, kader KIA dan kader posynadu remaja. Sasaran kegiatan adalah remaja putri sejumlah 24 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok I kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 dan 29 Juni 2019 dengan jumlah peserta 10 peserta. Kegiatan pada kelompok II dilakukan pada tanggal 20 dan 27 Juli 2019 dengan 14 peserta. Metode yang digunakan adalah ceramah tanya jawab dan diskusi dengan topik persiapan persipan fisik, persiapan gizi, persiapan psikologis menghadapi kehamilan. Data hasil perubahan pengetahuan pada pelaksanaan 2 kelompok akan di tabulasi menjadi tabel distribusi frekuensi sebagai berikut.

Tabel 1. Perubahan pengetahuan remaja tentang persiapan fisik dalam menyiapkan kehamilan

Kategori Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Baik (76-100)	1	4.2	10	42
Cukup (56-75)	16	66.7	5	21
Kurang (40-55)	7	29.1	9	37
Total	24	100	24	100

Berdasar tabel 1 dapat disimpulkan pengetahuan tentang persiapan fisik menghadapi kehamilan sebelum pemberian pendidikan kesehatan melalui kelas pranikah didapatkan sebagian besar dalam kategori cukup (66,7%), dan sesudah pemberian pendidikan sebagian besar dalam kategori baik (42%)

Tabel 2. Perubahan pengetahuan remaja tentang persiapan gizi dalam menyiapkan kehamilan

Kategori Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Baik (76-100)	5	20.8	18	75
Cukup (56-75)	16	66.7	6	25
Kurang (40-55)	3	12.5	0	0
Total	24	100	24	100

Berdasar tabel 2 dapat disimpulkan pengetahuan tentang persiapan gizi menghadapi kehamilan sebelum pemberian pendidikan kesehatan melalui kelas pranikah didapatkan sebagian besar dalam kategori cukup (66,7%), dan sesudah pemberian pendidikan sebagian besar dalam kategori baik (75%)

Tabel 3. Perubahan pengetahuan remaja tentang persiapan psikologis dalam menyiapkan kehamilan

Kategori Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	f	%	f	%
Baik (76-100)	3	12.5	12	50
Cukup (56-75)	9	37.5	8	33.3
Kurang (40-55)	12	50	4	16.7
Total	24	100	24	100

Berdasar tabel 3 disimpulkan pengetahuan tentang persiapan psikologis menghadapi kehamilan sebelum pemberian pendidikan kesehatan melalui kelas pranikah didapatkan sebagian besar dalam kategori kurang (66,7%), dan sesudah pemberian pendidikan sebagian besar dalam kategori baik (50%).

Tabel 4. Hasil Pemeriksaan Kadar Hb Peserta kelas Pra Nikah

Kadar Hb (gr/dl)	Frekuensi	Persentase (%)
Normal (12-14)	12	50
Ringan (11-11.9)	6	25
Sedang (8-10.9)	6	25
Total	24	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan data sebagian kadar Hb pada peserta kegiatan pengabmas dalam rentang normal (50%). Salah satu kewenangan badan berdasarkan Permenkes RI Nomor 28 Tahun 2017 adalah memberikan pelayanan kesehatan pada masa sebelum hamil. Hal ini menjadi sangat penting karena, menyiapkan fungsi reproduksi khususnya kehamilan, apabila dilakukan setelah menikah, dan perempuan sudah menjalani kehamilan, bisa menjadi terlambat karena pada beberapa ibu hamil masih mempercayai mitos, bahwa akan melakukan pemeriksaan kehamilan apabila sudah merasakan gerakan bayi. Selain itu pada beberapa kasus, juga didapatkan bahwa ada remaja yang sudah hamil sebelum terjadi pernikahan, sehingga menyiapkan kehamilan yang sehat, sangat perlu dilakukan saat remaja belum mengalami kehamilan.

Pendidikan pra nikah yang dilaksanakan di tingkat masyarakat merupakan salah satu solusi untuk menjawab permasalahan tersebut, karena selama ini kegiatan menyiapkan kehidupan berumah tangga termasuk didalamnya kesehatan reproduksi pada calon pengantin baru didapatkan pada saat mereka mendaftar sebagai catin di kantor urusan agama (KUA). Adanya berbagai informasi media massa dan media sosial, bisa menjadi alternatif, namun pembelajaran dengan tatap muka secara langsung melalui kelas pra nikah di tingkat masyarakat masih memberikan keunggulan, karena bisa berkomunikasi secara langsung untuk meminimalkan kesalahan dalam mencerna sebuah informasi.

Dirjen Bimas Islam tahun 2013 menyebutkan bahwa pendidikan pra nikah adalah pemberian bekal pengetahuan, pemahaman, keterampilan dan penumbuhan kesadaran kepada remaja usia nikah tentang kehidupan rumah tangga dan keluarga. Ada beberapa istilah penyebutan untuk kegiatan pendidikan pra nikah (*premarital educatin*) antara lain: *screening*, penataran pranikah, penyuluhan pranikah, kursus pranikah, atau kursus calon pengantin. Program yang sudah dilakukan di KUA di sebut dengan kursus calon pengantin (SUSCATIN), sedangkan jika dilakukan oleh Puskesmas menjadi bagian dari program kesehatan reproduksi.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh pelaksana di desa Watugede, dilakukan sebagai upaya lebih mendekatkan sumber informasi pada sasaran. Kegiatan yang diberikan berupa pendidikan kesehatan secara terstruktur dengan 2 kali pertemuan. Pada topik persiapan fisik materi yang disampaikan tentang usia reproduksi sehat, siklus menstruasi, mengenali masa subur, kebersihan organ reproduksi, skrining penyakit, penundaan kehamilan, tanda tanda kehamilan dan tanda bahaya kehamilan. Pada topik persiapan gizi yang disampaikan adalah: kecukupan gizi, zat gizi makro dan mikro untuk menyiapkan kehamilan yang sehat, serta anemia. Pada topik kesiapan psikologis materi yang disampaikan adalah: relasi dengan pasangan, perencanaan dan pengasuhan anak serta perencanaan karier. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan, telah meningkatkan pengetahuan remaja tentang persiapan menjalani kehamilan yang sehat yang di buktikan dengan peningkatan skor nilai sebelum dan sesudah dilakukannya kegiatan pendidikan kesehatan. Hasil kegiatan ini menunjukkan hal yang sama pada kegiatan yang dilakukan oleh Rokhanawati (2017) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi kehamilan pertama pada calon pengantin putri di KUA wilayah Kabupaten Bantul Yogyakarta. Kegiatan lain yang dilakukan pada calon pengantin di Padang oleh Susanti (2018) menunjukkan ada peningkatan pengetahuan dan sikap setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Pada kegiatan pendidikan kesehatan dengan sasaran remaja usia pertengahan yang dilakukan oleh Madinah (2017), juga menunjukkan ada perbedaan pengetahuan tentang pendewasaan usia perkawinan pada remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan reproduksi.

Metode diskusi dan jumlah sasaran pada kelompok kecil merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan peserta. Pada kelompok kecil, metode diskusi memberikan kesempatan peserta untuk membantu membangun sendiri pemahaman tentang materi yang disampaikan dan menumbuhkan keterlibatan peserta dalam membahas isu isu yang disampaikan oleh pemateri (Deta, 2017). Adapun kelebihan metode diskusi jika

dikaitkan dengan topik menyiapkan kehamilan yang sehat, selain dapat meningkatkan proses berfikir, juga bisa memberikan dampak secara emosional, yang pada akhirnya apabila peserta kegiatan walaupun secara umur mereka sudah terkategori dalam usia reproduksi yang sehat, akan berfikir ulang apabila kesiapan yang lain belum terpenuhi. Pendidikan pra nikah merupakan salah satu upaya peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Pengetahuan merupakan domain penting dalam perubahan perilaku, karena beberapa penelitian menunjukkan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan bisa secara bertahap mempengaruhi perilaku peserta dalam menyiapkan fungsi reproduksi khususnya kehamilan.

Kesimpulan

Pendidikan pranikah menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesiapan menjalani fungsi reproduksi khususnya kehamilan yang ditunjukkan peningkatan skor nilai pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang kesiapan menjalani kehamilan. Peningkatan pengetahuan ini didukung adanya diskusi interaktif selama pelaksanaan kegiatan. Masih ditemukannya tingkat pengetahuan yang kurang pada indikator kesiapan fisik dan psikologis, bisa ditindaklanjuti dengan pembentukan dan pelaksanaan kelas pranikah pada kesempatan yang lain. Kegiatan ini bisa dilakukan sebagai salah satu perwujudan kegiatan tri dharma perguruan tinggi yang bisa dilakukan secara berkesinambungan sebagai kegiatan pengabdian masyarakat secara mandiri dan terprogram sehingga bisa meningkatkan kinerja dosen. Wadah kegiatan bisa dilakukan secara terpisah, maupun mengikuti kegiatan pemberdayaan di tingkat masyarakat yang sudah ada misalnya posyandu remaja maupun karang taruna.

Ucapan terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Direktur Poltekeks Kemenkes Malang atas pendanaan kegiatan pengabdian yang sudah dilakukan.

Daftar Pustaka

- BPS (2019) *Badan Pusat Statistik*. Available at: <http://www.bps.go.id/>.
- Capellini, M. and Motta, I. (2015) 'Anemia In Clinical Practice—Definition And Classification: Does Hemoglobin Change With Aging?', *Seminars in Hematology*, 52(4). Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0037196315000621>.
- Deta, U. A. (2017) 'Peningkatan Pemahaman Materi Kuantisasi Besaran Fisis pada Calon Guru Fisika Menggunakan Metode Diskusi Kelas dan Scaffolding', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-BiRuNi*, 6(2), pp. 201–207.
- Dewi, S., Rustam, Y. and Doni, A. W. (2018) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pranikah terhadap Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin di Lubuk Begalung Padang Tahun 2017', *Jurnal Sehat Mandiri*, 13(2).
- Kemenkes RI (2017) *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2017 Tentang Izin Dan Penyelenggaraan Praktik Bidan*.
- Kementerian Agama (2013) *Peraturan Direktur Jenderal Bimbingan Masyarakat Islam Nomor: Dj.li/542 Tahun 2013 Tentang Pedoman Penyelenggaraan Kursus Pra Nikah*.
- Madinah, S. M., Rahfiludin, S. A. Z. and Nugraheni (2017) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pendewasaan Usia Perkawinan', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 5(1).
- Oktalia, J. and Herizasyam (2016) 'Kesiapan Ibu Menghadapi Kehamilan dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan*, 3(2), pp. 147–159.
- Rokhanawati, D. and Nawangsih, U. H. E. (2017) 'Pendidikan Pranikah terhadap Kesiapan Menghadapi Kehamilan Pertama pada Calon Pengantin Putri', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 13(1), pp. 81–87.