



Optimalkan Persiapan Pranikah dan Prakonsepsi pada Remaja Melalui Pelatihan Kader Nasyyiatul Aisyiyah Kabupaten Pekalongan

Fitriyani^{1*}, Leila Nisya Ayuanda¹, Lia Dwi Prafitri¹, Nur Intan Kusuma¹

¹ Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Pekalongan, Jawa Tengah, Indonesia

* E-mail: fitriyani.umpp@gmail.com

Received: 11 Juli 2024

Accepted: 2 Agustus 2024

Published: 2 Agustus 2024

Abstract

Premarital preparation and preconception are important aspects needed by adolescents. Various adverse effects can occur if adolescents do not prepare for premarriage and preconception properly. The impact is not only short-term, but long-term on the family. The youth Posyandu in Pekalongan Regency has been formed by the Nasyyiatul Aisyiyah (NA) Movement under the name Posyandu Remaja Nasyyiatul Aisyiyah (Pashmina) and has been running, but there is no pre-marriage class program. This is because NA cadres have not been trained in providing premarital and preconception preparation programs. This training activity aims to form trained NA cadres so that a premarital class program can be formed in Pashmina and can be used well by adolescents in Pekalongan Regency. This NA Training activity was carried out programmatically for 6 months. The service implementation team provides education on premarital preparation in the form of physical, mental, spiritual preparation, premarital nutritional status screening. This activity was carried out in collaboration with the NA management of Pekalongan Regency, evaluated at the end of the activity through a questionnaire. The results of the evaluation of this activity showed an increase in the knowledge of NA cadres about premarital preparation and adolescent preconception through statistical test results with the Wilcoxon Test with a p-value of 0.003 which means there is a significant difference between knowledge before and after training. Increasing the knowledge of NA cadres can be an asset in the formation of premarital classes at the Nasyyiatul Aisyiyah Youth Posyandu (Pashmina) Pekalongan Regency.

Keywords: Premarital, Preconception, Training, Nasyyiatul Aisyiyah Cadre.

Abstrak

Persiapan pranikah dan prakonsepsi merupakan aspek penting yang dibutuhkan oleh remaja. Berbagai dampak buruk dapat terjadi jika remaja tidak mempersiapkan pranikah dan prakonsepsi dengan baik. Dampak yang terjadi tidak hanya jangka pendek, namun jangka panjang pada keluarga. Posyandu remaja di Kabupaten Pekalongan sudah dibentuk oleh Gerakan Nasyyiatul Aisyiyah (NA) dengan nama Posyandu Remaja Nasyyiatul Aisyiyah (Pashmina) dan sudah berjalan, namun belum terdapat program kelas pra nikah. Hal ini dikarenakan belum terlatihnya kader NA dalam memberikan program persiapan pranikah dan prakonsepsi. Kegiatan Pelatihan ini bertujuan untuk membentuk kader NA yang terlatih sehingga dapat terbentuk program kelas pranikah pada Pashmina dan dapat dimanfaatkan dengan baik oleh remaja di Kabupaten Pekalongan. Kegiatan Pelatihan NA ini dilakukan secara terprogram selama 6 bulan. Tim pelaksana pengabdian memberikan edukasi tentang persiapan pra nikah berupa persiapan fisik, mental, spiritual skringing status gizi pranikah. Kegiatan ini dilaksanakan dengan kerjasama pengurus NA Kabupaten Pekalongan, di evaluasi pada akhir kegiatan melalui kuesioner. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan kader NA tentang persiapan pranikah dan prakonsepsi remaja melalui hasil uji statistic dengan Uji Wilcoxon dengan nilai p 0,003 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan. Peningkatan pengetahuan kader NA dapat menjadi modal dalam pembentukan kelas pranikah pada Posyandu Remaja Nasyyiatul Aisyiyah (Pashmina) Kabupaten Pekalongan.

Kata Kunci: Pranikah, Prakonsepsi, Pelatihan, Kader Nasyyiatul Aisyiyah.

A. PENDAHULUAN

Mempersiapkan keluarga yang sehat dapat dimulai sejak persiapan pernikahan dan persiapan kehamilan. Berdasarkan Kementerian Kesehatan RI yang dikutip dalam Tawanti et al (2023) bahwa upaya untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat dan terencana dapat dilakukan melalui skrining pranikah (Tawanti et al., 2023). Pasangan calon pengantin merupakan cikal bakal yang menentukan terbentuknya kualitas keluarga. Calon pengantin yang sehat dapat melahirkan calon generasi penerus keluarga yang berkualitas. Sehingga persiapan kehamilan atau masa pranikah dan prakonsepsi merupakan hal yang penting untuk dipersiapkan bagi remaja pranikah (Gita Kostania, 2020).

Skrining pranikah merupakan tahapan penting dalam persiapan pranikah yang bertujuan untuk mengetahui informasi tentang kondisi kesehatan maupun risiko kesehatan yang dimiliki oleh klien yang pada akhirnya dapat ditindaklanjuti melalui perawatan dan pengobatan (WHO, 2020). Salah satu upaya dalam penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) adalah melalui skrining pranikah, skrining pranikah juga dapat menurunkan angka kejadian kehamilan tidak diinginkan. Penurunan AKI dan AKB ini melalui peningkatan kualitas kehamilan sehingga mencegah risiko komplikasi pada kehamilan, persalinan, nifas maupun bayi baru lahir dari kondisi berat bayi lahir rendah, cacat bawaan, kejadian infeksi neonatorum, yang pada akhirnya risiko stunting juga dapat di cegah karena adanya persiapan nutrisi dan mengurangi risiko penyakit kronis pada anak seperti diabetes melitus, penyakit kardiovaskuler maupun penularan penyakit menular dari ke janin (Yulivantina et al., 2021). Pemerintah memiliki program skrining pranikah yang wajib dilakukan oleh pasangan calon pengantin melalui pemeriksaan fisik, pemeriksaan laboratorium dan pemberian imunisasi tetanus toxoid serta edukasi kesehatan (Kemenkes RI, 2021).

Program pelayanan kesehatan pra nikah di Wilayah Kerja Kabupaten Pekalongan sudah dicanangkan melalui pelayanan di setiap puskesmas Kabupaten Pekalongan berupa pelayanan pemberian imunisasi tetanus toxoid, pemeriksaan golongan darah, pengukuran lingkaran lengan atas, komunikasi dan edukasi (KIE) dan pemberian tablet Fe. Meskipun program ini sudah ditetapkan sebagai syarat melaju ke proses pernikahan, namun tetap beberapa puskesmas di Kabupaten Pekalongan belum melaksanakan pelayanan ini dengan lengkap. Salah satu program kesehatan dalam masyarakat yang menjadi wadah dalam peningkatan kesehatan remaja adalah kegiatan Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) remaja (Kemenkes RI, 2018). Posyandu remaja di Kabupaten Pekalongan sudah dibentuk oleh Gerakan Nasyyiatul Aisyiyah dengan nama Posyandu Remaja Nasyyiatul Aisyiyah (Pashmina) yang sudah berjalan, namun belum terdapat program kelas pra nikah. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ketua Pimpinan Daerah Nasyyiatul Aisyiyah (PDNA) Kabupaten Pekalongan menjelaskan bahwa belum adanya program kelas pranikah dalam program kerja PDNA karena belum terdapat kader NA di Kabupaten Pekalongan yang terlatih dan siap memberikan edukasi kepada masyarakat khususnya remaja tentang persiapan pranikah dan prakonsepsi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada kader Nasyyiatul Aisyiyah (NA) Kabupaten Pekalongan.

B. METODE DAN PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Pendekatan Mitra, tim PKM melakukan koordinasi dengan pengurus PDNA Kabupaten Pekalongan untuk menganalisa situasi dan menjelaskan tentang pentingnya pelatihan kader NA tentang persiapan pra nikah dan prakonsepsi serta ijin melakukan kegiatan.
2. Sosialisasi Kegiatan PKM dengan PDNA yang dilakukan pada tanggal 20 Februari 2023. Sosialisasi terkait dengan tujuan kegiatan untuk menjawab kebutuhan organisasi NA yang belum memiliki kader NA terlatih tentang persiapan pranikah dan prakonsepsi, kesepakatan waktu, tempat dan sarana prasarana yang mendukung pelaksanaan kegiatan.
3. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan:
 - a. Pemberian materi skrining status gizi pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 17 Maret 2023, pemateri yaitu tim PKM sesuai dengan minat kepakaran yaitu dosen yang mengajar asuhan pranikah prakonsepsi berlatarbelakang Magister kebidanan dan mahasiswa sarjana kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan UMPP.

- b. Pemberian materi persiapan fisik pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 14 April 2023. Pemateri ini adalah yaitu dosen yang mengajar asuhan pranikah prakonsepsi berlatarbelakang Magister kesehatan masyarakat dan mahasiswa Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan UMPP.
 - c. Pemberian materi persiapan mental pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 26 Mei 2023. Pada kegiatan ini tim PKM berkolaborasi dengan psikolog yang sesuai dengan bidang kepakaran remaja sebagai pemateri.
 - d. Pemberian materi persiapan spiritual pada pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 15 Agustus 2023. Pada kegiatan ini tim PKM berkolaborasi dengan dosen agama di Fakultas Ilmu Kesehatan UMPP sebagai pemateri.
4. Tahapan evaluasi dan tindak lanjut
- Evaluasi dilakukan melalui pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan melalui kuesioner. Tindak lanjut kegiatan berupa perencanaan pemilihan kader NA untuk kelas pranikah dan memfasilitasi dalam program kegiatan kelas pranikah pada program kerja posyandu Nasyiatul Aisyiyah (NA).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 20 Februari 2023 jam 15.00 WIB di rumah salah satu kader NA di Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan dan dihadiri oleh 16 kader NA yang masing-masing mewakili cabangnya. Sosialisasi ini bertujuan untuk membuat kesepakatan bersama tentang jadwal kegiatan, sarana prasarana, dan tempat pelaksanaan kegiatan. Pelaksanaan kegiatan selama 6 bulan (Bulan Februari-Agustus 2023), sarana prasarana yang dibutuhkan meliputi tempat pelatihan. Tempat pelatihan yang disepakati bersama adalah peminjaman tempat di Kampus 2 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan (Instansi tim PKM) karena tempat yang strategis yang mudah dijangkau oleh kader NA yang tersebar di 16 cabang Kabupaten Pekalongan. Sarana lain yang dibutuhkan adalah LCD dan layar untuk pemberian edukasi dan alat kesehatan untuk skrining status gizi berupa timbangan berat badan, *microtoise*, pengukur lingkaran lengan atas, dan alat pemeriksaan hemoglobin set.

Partisipasi mitra dalam hal ini adalah membangun komitmen bersama mitra agar dapat mengikuti kegiatan dengan penuh ikhlas dan senang hati dari awal hingga akhir.

Pelatihan Kader NA

Pelatihan kader NA dilaksanakan dengan jadwal empat kali pertemuan. Seluruh kegiatan dilakukan di Ruang Demonstrasi Kampus II FIKES UMPP. Tahapan pelaksanaan penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Pelatihan skrining status gizi pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 17 Maret 2023 dihadiri oleh 14 mitra dari 16 cabang. Pada kegiatan ini mitra diajarkan cara untuk melakukan skrining pranikah prakonsepsi, yaitu cara penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, cara menghitung Indeks Massa Tubuh dan interpretasinya serta pemeriksaan hemoglobin secara digital serta penjelasan interpretasi hasilnya. Alat yang digunakan adalah

timbangan berat badan, *microtoise*, pengukur lingkaran lengan atas, dan alat pemeriksaan hemoglobin set.



Gambar 1. Pelatihan Skrining Status Gizi, 2023.

Berdasarkan data yang didapatkan ini tim PKM menjelaskan tentang interpretasi hasil pengukuran Lila, Indeks Massa Tubuh dan kadar hemoglobin. Selain itu tim PKM juga menjelaskan pentingnya skrining status gizi pada pranikah prakonsepsi. Status gizi sebelum kehamilan berperan dalam kesehatan pertumbuhan dan perkembangan janin sampai dengan kesehatan anak yang dilahirkan jangka panjang. Sela kehamilan adalah periode yang sangat menentukan dalam periode paruh pertama 1000 hari kehidupan pertama (dari konsepsi hingga 6 bulan) yang mana sumber nutrisi ibu adalah satu-satunya yang diperlukan janin yang sedang berkembang sampai dengan pemberian ASI eksklusif dianjurkan (Munthe, 2023).

- b. Pemberian KIE persiapan fisik pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 14 April 2023. Pemateri ini adalah yaitu dosen yang mengajar asuhan pranikah prakonsepsi berlatarbelakang Magister kesehatan masyarakat dan mahasiswa sarjana kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan UMPP.



Gambar 2. Edukasi tentang Persiapan Fisik Pranikah Prakonsepsi, 2023

Materi edukasi yang diberikan antara lain: gizi, aktifitas fisik dan istirahat, risiko penyakit masa pranikah prakonsepsi. Komponen pelayanan kontrasepsi yang dibutuhkan secara fisik meliputi skrining infeksi menular seksual termasuk HIV, manajemen kekerasan interpersonal atau pasangan, penyalahgunaan alcohol dan narkoba, penghentian merokok, keluarga berencana, nutrisi, skrining genetic, kesehatan lingkungan dan manajemen infertilitas (Zühlke & Acquah, 2016; WHO, 2013).

- c. Pemberian materi persiapan mental pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 26 Mei 2023. Pada kegiatan ini tim PKM berkolaborasi dengan psikolog yang sesuai dengan bidang keparakan remaja sebagai pemateri.



Gambar 3. Edukasi Persiapan Mental Pranikah Prakonsepsi oleh psikolog, 2023.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa primigravida memiliki kecenderungan terkena gangguan mental saat hamil, terutama pada usia yang terlalu muda, lebih sering hidup sendiri, perokok, pendidikan rendah dan ekonomi yang kurang (Björkstet et al., 2022). Sehingga penting sekali memberikan edukasi persiapan mental pranikah prakonsepsi.

- d. Pemberian materi persiapan spiritual pada pranikah prakonsepsi. Kegiatan dilakukan pada tanggal 15 Agustus 2023. Pada kegiatan ini tim PKM berkolaborasi dengan dosen agama di Fakultas Ilmu Kesehatan UMPP sebagai pemateri.



Gambar 4. Edukasi Persiapan Spiritual Pranikah Prakonsepsi oleh Dosen Al Islam Kemuhammadiyah, 2023.

Pernikahan menurut Al Qur'an merupakan sarana seorang manusia mempunyai pasangan hidup dan menjadi penyebab ketenangan dan ketenteraman hidupnya (Hidayat et al., 2023). Oleh karena itu persiapan spiritual menghadapi pernikahan menjadi hal yang penting agar rumah tangga yang dibangun dapat kokoh bernilai ibadah.

e. Monitoring Evaluasi dan Tindaklanjuti.

Kegiatan monitoring dilaksanakan melalui pre post dengan pengisian kuesioner untuk mengevaluasi pemahaman mitra tentang pelatihan kelas pranikah. Hasil evaluasi berdasarkan pengolahan kuesioner.

Hasil perbedaan pengetahuan mitra sebelum dan sesudah diberikan pelatihan didapatkan dari semua mitra yang mengikuti kegiatan (14 peserta) didapatkan tidak ada (0%) mitra yang pengetahuan mengalami penurunan, terdapat 78,6% mitra yang mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan dan terdapat 21,4% mitra yang pengetahuannya tetap setelah diberikan kelas pranikah. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan kelas pranikah yang diberikan oleh tim pengabdian berhasil meningkatkan pengetahuan mitra.

Tindak lanjut kegiatan pengabdian ini adalah melalui *focus group discussion* dengan mitra untuk membentuk kader kelas pranikah Nasyyiatul Aisyiyah dan membuat program kerja berupa kelas pranikah. Kader yang sudah terlatih dinobatkan menjadi kader kelas pranikah terlatih dan rencana tindaklanjuti berikutnya adalah kader kelas pranikah yang sudah terlatih agar diperbanyak jumlahnya pada setiap cabang melalui pemilihan kader pashmina yang sudah tersedia. Program kerja terkait dengan kelas pranikah di setiap cabang juga berupa penyediaan fasilitas sarana prasarana yang dibutuhkan pada setiap cabang NA.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan kader Nasyyiatul Aisyiyah Kabupaten Pekalongan berjalan sesuai dengan rencana dan menghasilkan peningkatan pengetahuan mitra serta terbentuknya kader NA untuk kelas pranikah. Hal ini memberikan kontribusi positif bagi organisasi perempuan di Kabupaten Pekalongan yang dapat berperan dalam peningkatan pengetahuan remaja dan kesiapan remaja dalam persiapan pranikah dan prakonsepsi.

Kegiatan pelatihan kader NA Kabupaten Pekalongan ini merupakan bentuk pengembangan Amal Usaha Muhammadiyah yang merupakan salah satu tujuan pengabdian masyarakat dosen di Universitas Muhammadiyah yaitu mensyiarkan ilmu kepada masyarakat, khususnya mengembangkan Organisasi Muhammadiyah dan Aisyiyah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada seluruh kader-kader NA Kabupaten Pekalongan yang telah berpartisipasi dalam program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Björkstедt, S. M., Koponen, H., Kautiainen, H., Gissler, M., Pennanen, P., Eriksson, J. G., & Laine, M. K. (2022). Preconception Mental Health, Socioeconomic Status, and Pregnancy Outcomes in Primiparous Women. *Frontiers in Public Health*, 10(July), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.880339>
- Gita Kostania, S. Y. (2020). Pengembangan Booklet Pranikah sebagai Media Informasi dalam Pelayanan Kesehatan untuk Calon Pengantin. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 1–10.
- Hidayat, Y., Herniawati, A., & Ihsanda, N. (2023). Persiapan Ibadah Dengan Pernikahan Yang Didamba Surga (Seminar Pra-Nikah Bagi Pemuda-Pemudi Di Kabupaten Ciamis). *Devotion: Journal Corner of Community Service*, 2(1), 30–41. <https://doi.org/10.54012/devotion.v2i1.259>
- Kemenkes RI. (2018). *Petunjuk Teknik Penyelenggaraan Posyandu Remaja*. Jakarta: Kemenkes RI
- Kemenkes RI. (2021). *Bagi calon pengantin*. 1–75.
- Munthe, J. (2023). Catin Behavior Assessment Based on Premarital Screening for Healthy Families Readiness at the Religious Affairs Office in Medan , Johor District Year 2023. *International Journal of Health Science (IJHS)*, 3(3), 3945–3950.

- Tawanti, I., Widyaningsih, E. B., & Fitriani, W. N. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Calon Pengantin Terhadap Pelaksanaan Skrining Pranikah. *Indonesian Journal of Midwifery Scientific*, 2(1), 14–20.
- WHO. (2013). Meeting to develop a global consensus on preconception care to reduce maternal and childhood mortality and morbidity. Geneva: WHO Headquarters, Geneva Meeting Report.
- WHO. (2020). Screening Programmes: A short guide. *WHO Press*, 1, 1–70. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330829/9789289054782-eng.pdf>
- Yulivantina, E. V., Mufdlilah, M., & Kurniawati, H. F. (2021). Pelaksanaan Skrining Prakonsepsi pada Calon Pengantin Perempuan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 47. <https://doi.org/10.22146/jkr.55481>
- Zühlke, L., & Acquah, L. (2016). Pre-conception counselling for key cardiovascular conditions in Africa: Optimising pregnancy outcomes. *Cardiovascular Journal of Africa*, 27(2), 79–83. <https://doi.org/10.5830/CVJA-2016-017>