

**Patin Camil (Penyuluhan Pada Calon Pengantin Untuk Persiapan Menjadi Calon Ibu Hamil)**  
***Counseling For Prospective Brides And Grooms In Preparation For Becoming Pregnant Women***

**Hanggari Shinta Dewi <sup>1)\*</sup>, Hairiana Kusvitasari<sup>2)</sup>**

<sup>1), 2)</sup> Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia \*email : hanggarishinta5592@gmail.com

**ABSTRAK**

Kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan mental, oleh karena itu perencanaan kehamilan harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Calon pengantin merupakan pasangan laki-laki dan perempuan yang akan segera hidup bersama dalam mahlighai rumah tangga dan membentuk keluarga dalam ikatan pernikahan. Masa pra nikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah akan segera menjalani proses konsepsi. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Kesehatan prakonsepsi menjadi sangat penting untuk diperhatikan termasuk status gizinya, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena akan berkaitan erat dengan outcome kehamilan. Proses kehamilan yang direncanakan dengan baik akan berdampak positif pada kondisi janin dan adaptasi fisik, serta psikologis ibu pada kehamilan menjadi lebih baik. Pengaturan gizi yang baik juga sangat berperan dalam proses pembentukan sperma dan sel telur yang sehat. Status gizi yang baik dapat mencegah masalah gizi pada saat kehamilan seperti anemia, KEK, pencegahan infeksi dan komplikasi kehamilan. Berdasarkan hasil analisis masalah di UPT Puskesmas Babirik pada tahun 2023 terdapat ibu hamil sebanyak 329 orang. Dari 329 orang tersebut, sebanyak 117 ibu hamil yang dirujuk dengan kasus risiko tinggi. Berdasarkan hal tersebut, untuk mengatasi masalah ini, penting untuk memberikan edukasi kepada calon pengantin mengenai pentingnya nutrisi yang seimbang dan pentingnya perawatan kesehatan selama masa kehamilan. Dalam hal ini, penyuluhan "PATIN CAMIL (PENYULUHAN PADA CALON PENGANTIN UNTUK PERSIAPAN MENJADI CALON IBU HAMIL)". Metode edukasi yang digunakan adalah pembelajaran kooperatif menggunakan leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada calon pengantin tentang pentingnya persiapan kehamilan sejak dini. Hasil evaluasi mereka merasa terbantu dengan kegiatan ini dan mengharapkan kegiatan seperti ini tetap berlanjut.

**Kata kunci:** *calon pengantin, persiapan, kehamilan*

**ABSTRACT**

*A healthy pregnancy requires physical and mental preparation, therefore pregnancy planning must be done before pregnancy. The prospective bride and groom are a male and female couple who will soon live together in a household and form a family through marriage. The pre-marital period can be linked to the pre-conception period, because after marriage you will immediately undergo the conception process. The quality of the next generation will be determined by conditions before pregnancy and during pregnancy. Preconception health is very important to pay attention to, including nutritional status, especially in efforts to prepare for pregnancy because it will be closely related to pregnancy outcomes. A well-planned pregnancy process will have a positive impact on the condition of the fetus and the mother's physical and psychological adaptation during pregnancy will be better. Good nutritional management also plays an important role in the process of forming healthy sperm and egg cells. Good nutritional status can prevent nutritional problems during pregnancy such as anemia, CED, prevent infections and pregnancy*

*complications. Based on the results of the problem analysis at the UPT Puskesmas Babirik in 2023 there were 329 pregnant women. Of the 329 people, 117 pregnant women were referred as high risk cases. Based on this, to overcome this problem, it is important to provide education to prospective brides and grooms about the importance of balanced nutrition and the importance of health care during pregnancy. In this case, the counseling was "PATIN CAMIL (COUNSELING TO PROSPECTIVE BRIDES FOR PREPARING TO BECOME PROSPECTIVE PREGNANT WOMEN". The educational method used was cooperative learning using leaflets. The results of the activity showed an increase in knowledge and understanding for prospective brides and grooms about the importance of preparing for pregnancy from an early age. Evaluation results they feel helped by this activity and hope that activities like this will continue*

**Keywords:** *bride and groom, preparations, pregnancy*

## PENDAHULUAN

Calon pengantin merupakan pasangan laki-laki dan perempuan yang akan segera hidup bersama dalam mahligai rumah tangga dan membentuk keluarga dalam ikatan pernikahan [1] Masalah pra nikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah akan segera menjalani proses konsepsi. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Kesehatan prakonsepsi menjadi sangat penting untuk diperhatikan termasuk status gizinya, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena akan berkaitan erat dengan outcome kehamilan [2]

Kehamilan merupakan impian bagi pasangan suami istri dengan memiliki seorang anak, salah satu tujuan dari pernikahan telah terpenuhi. Bagi beberapa wanita, hamil adalah hal yang sangat mudah didapatkan. Namun, ada beberapa wanita yang harus melakukan banyak usaha untuk dapat hamil. Pengetahuan gizi sangat diperlukan bagi pasangan suami istri dalam mempersiapkan kehamilan terutama bagi pasangan yang akan menikah. Kesehatan ibu hamil merupakan salah satu indikator kesehatan nasional [2] Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019, kurang lebih 295.000 perempuan di negara berkembang atau berpenghasilan menengah ke bawah meninggal karena komplikasi pada saat kehamilan atau persalinan. Hal tersebut dapat dilihat dari laporan jumlah Angka Kematian Ibu (AKI) [3] Jumlah AKI di Indonesia sudah mengalami penurunan namun belum mencapai target yang telah ditetapkan dalam kebijakan Millenium Development Goals (MDGs) yaitu sebanyak 305 per 100.000 kelahiran hidup, sehingga pada tahun 2030 ditargetkan menjadi 131 per 100.000 kelahiran [3]

Perubahan kehamilan dipertimbangkan sebagai periode menjalani proses persiapan baik secara fisik maupun secara psikologi. Keluhan yang diakibatkan oleh pembesaran perut, perubahan anatomis dan perubahan hormonal akan menyebabkan munculnya keluhan-keluhan pada ibu hamil seperti

nyeri pinggang, nyeri punggung, bengkak dan kram pada kaki. Ketidaknyaman tersebut menyebabkan gangguan tidur dan berpengaruh terhadap janin yang dikandungnya [4].

Kurangnya asupan energi yang berasal dari zat gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak) maupun zat gizi mikro terutama vitamin A, vitamin D, asam folat, zat besi, seng, kalsium dan iodium dan zat mikro lain pada wanita usia subur yang berkelanjutan (sejak masa remaja, pra konsepsi sampai masa kehamilan), mengakibatkan terjadinya Kurang Energi Kronis (KEK) pada masa kehamilan yang diawali dengan kejadian “risiko” KEK dan ditandai oleh rendahnya cadangan energi dalam jangka waktu cukup lama yang diukur dengan Lingkar Lengan Atas (LiLA) kurang dari 23,5 cm atau Indeks Massa Tubuh (IMT) pra hamil atau Trimester I (usia kehamilan  $\leq 12$  minggu) dibawah 18,5 kg/m<sup>2</sup>. Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah perbandingan antara berat badan (dalam kg) dengan tinggi badan (dalam meter), rumus perhitungan  $BB/(TB)^2$  (kg/m<sup>2</sup>) [4]

Kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan mental, oleh karena itu perencanaan kehamilan harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Proses kehamilan yang direncanakan dengan baik akan berdampak positif pada kondisi janin dan adaptasi fisik, serta psikologis ibu pada kehamilan menjadi lebih baik. Pengaturan gizi yang baik juga sangat berperan dalam proses pembentukan sperma dan sel telur yang sehat. Status gizi yang baik dapat mencegah masalah gizi pada saat kehamilan seperti anemia, KEK, pencegahan infeksi dan komplikasi kehamilan [3].

Puskesmas dalam hal ini memiliki peran dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat melalui upaya promotif dan preventif. Diperlukan sebuah perencanaan, pelaksanaan dan monitoring evaluasi yang komprehensif dan berkesinambungan terhadap kegiatan yang dilakukan Puskesmas. Puskesmas merupakan tulang punggung/layanan primer yang paling dekat dengan masyarakat. Petugas kesehatan dalam hal ini memiliki tanggung jawab dalam mengedukasi masyarakat terutama peran bidan dalam mengedukasi ibu hamil dan mencapai akses universal terhadap layanan kesehatan seksual dan reproduksi, termasuk keluarga berencana (KB), informasi dan pendidikan, dan integrasi kesehatan reproduksi ke dalam kebijakan dan program nasional [1].

Pemerintah menyarankan untuk melakukan minimal 6 kali kunjungan *Antenatal Care* (ANC) untuk setiap ibu hamil. Kegiatan *antenatal care* seperti memberikan pendidikan kesehatan sangat penting diimplementasikan terintegrasi dalam program kesehatan ibu di fasilitas layanan kesehatan [5]

ANC digunakan untuk menjamin agar proses kehamilan berjalan normal, sehingga komplikasi yang mungkin terjadi dapat terdeteksi secara dini serta ditangani secara memadai. Setiap ibu hamil sangat dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan ANC komprehensif yang berkualitas minimal 4 kali yaitu minimal 1 kali pada trimester pertama (sebelum usia kehamilan 14 minggu), minimal 1 kali pada trimester kedua (usia kehamilan 14-28 minggu) dan minimal 2 kali pada trimester ketiga (28-36

minggu dan setelah 36 minggu usia kehamilan) termasuk minimal 1 kali kunjungan diantar suami atau anggota keluarga. Kunjungan pertama ANC sangat dianjurkan pada usia kehamilan 8-12 minggu [3].

Berdasarkan hasil analisis masalah di UPT Puskesmas Babirik pada tahun 2023 terdapat ibu hamil sebanyak 329 orang. Dari 329 orang tersebut, sebanyak 117 ibu hamil yang dirujuk dengan kasus risiko tinggi. Berdasarkan hal tersebut, untuk mengatasi masalah ini, penting untuk memberikan edukasi kepada calon pengantin mengenai pentingnya nutrisi yang seimbang dan pentingnya perawatan kesehatan selama masa kehamilan. Dalam hal ini, penyuluhan "PATIN CAMIL (PENYULUHAN PADA CALON PENGANTIN UNTUK PERSIAPAN MENJADI CALON IBU HAMIL)" dirancang sebagai upaya pengabdian untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada calon pengantin tentang pentingnya persiapan kehamilan sejak dini.

### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Metode yang dilakukan pada kegiatan ini :

1. Pemberian informasi, edukasi kepada calon pengantin di wilayah kerja UPT Puskesmas Babirik Desa Sungai Durait Hulu agar lebih bisa memahami dan mengetahui tentang perencanaan kehamilan dan pentingnya *antenatal care* pada ibu hamil dengan *leaflet*.
2. Menjalin kerjasama dengan mitra dalam hal ini perangkat Desa Sungai Durait Hulu Kecamatan Babirik, bidan koordinator Puskesmas Babirik, bidan desa serta kader

Metode edukasi yang digunakan berupa pembelajaran kooperatif dan menggunakan media poster. Metode pelaksanaan dilakukan dalam beberapa tahapan yaitu:

1. Persiapan dan Koordinasi

Metode yang digunakan pada tahapan ini adalah survei lapangan dan berkoordinasi langsung dengan aparat desa, bidan koordinator Puskesmas Babirik, bidan desa serta kader.

2. Pelaksanaan kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dalam waktu 3 bulan, yaitu:

- a. Pertemuan 1

- 1) Melakukan pengkajian wilayah dan memperkenalkan tujuan dari pengkajian wilayah yang dilakukan di Desa Sungai Durait Hulu Kecamatan Babirik untuk mengetahui masalah apa yang ada dan bekerja sama dengan pihak Puskesmas Babirik, bidan desa, aparat desa dan kader posyandu.
- 2) Pertemuan MMD 1 dengan pihak masyarakat, aparat desa dan pihak Puskesmas Babirik, bidan desa dan kader.

b. Pertemuan 2

- 1) Pertemuan MMD 2 dengan pihak masyarakat, aparat desa dan pihak Puskesmas Babirik, bidan desa dan kader
- 2) Menyampaikan hasil pengkajian wilayah yang telah didapatkan berupa masih banyaknya ibu hamil yang memiliki risiko tinggi, oleh karena itu perlu adanya penyuluhan pada calon pengantin yang harapannya dapat memberikan dampak positif serta dapat menambah wawasan calon pengantin di wilayah kerja UPT Puskesmas Babirik
- 3) Menyampaikan program yang akan diusulkan yaitu PATIN CAMIL (Penyuluhan Pada Calon Pengantin Untuk Persiapan Menjadi Calon Ibu Hamil) dirancang sebagai upaya pengabdian untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada calon pengantin tentang pentingnya persiapan kehamilan sejak dini.

c. Pertemuan 3

- 1) Pertemuan MMD 3 dengan melakukan implementasi dari program PATIN CAMIL
- 2) PATIN CAMIL dilaksanakan dengan target calon pengantin di wilayah kerja UPT Puskesmas Babirik Desa Sungai Durait Hulu
- 3) Penyampaian materi dilakukan kepada ibu hamil dan suami dengan media *leaflet* dan poster yang berisi terkait perencanaan kehamilan, gizi seimbang untuk calon ibu hamil, dan ANC terpadu dan terintegrasi.. Tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan bagi calon pengantin tentang perencanaan kehamilan dan pentingnya pemeriksaan *antenatal care* pada ibu hamil

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan PATIN CAMIL (Penyuluhan pada Calon Pengantin Untuk Persiapan Menjadi Calon Ibu Hamil) untuk pemberian informasi kepada calon pengantin dengan menggunakan media *leaflet* yang berisi terkait dengan perencanaan kehamilan, gizi seimbang untuk calon ibu hamil, dan ANC terpadu dan terintegrasi. Program ini mempersiapkan calon penganatin siap dalam kehamilan. Program PATIN CAMIL merupakan program yang mempersiapkan calon pengantin dalam kehamilan. Masalah pra nikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah akan segera menjalani proses konsepsi. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Kesehatan prakonsepsi menjadi sangat penting untuk diperhatikan termasuk status gizinya, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena akan berkaitan erat dengan outcome kehamilan [2]. Media yang digunakan adalah *leaflet* dan poster yang berisi terkait perencanaan kehamilan, gizi seimbang untuk calon ibu hamil, dan ANC terpadu dan terintegrasi. Pemerintah menyarankan untuk melakukan minimal 6 kali kunjungan *Antenatal Care* (ANC) untuk setiap ibu hamil. Kegiatan *antenatal care* seperti

memberikan pendidikan kesehatan sangat penting diimplementasikan terintegrasi dalam program kesehatan ibu di fasilitas layanan kesehatan [3]. Hal ini juga sesuai dengan teori Oktarina dan Juli (2016) mengenai persiapan kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan mental, oleh karena itu perencanaan kehamilan harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Proses kehamilan yang direncanakan dengan baik akan berdampak positif pada kondisi janin dan adaptasi fisik, serta psikologis ibu pada kehamilan menjadi lebih baik. Pengaturan gizi yang baik juga sangat berperan dalam proses pembentukan sperma dan sel telur yang sehat. Status gizi yang baik dapat mencegah masalah gizi pada saat kehamilan seperti anemia, KEK, pencegahan infeksi dan komplikasi kehamilan,

Kegiatan ini telah dilaksanakan di Balai Desa Sungai Durait Hulu Kecamatan Babirik pada tanggal 18 Januari 2024. Berdasarkan dari kegiatan penyuluhan di UPT Puskesmas Babirik, didapatkan hasil, semua calon pengantin memiliki respon yang positif dalam kegiatan ini, mereka sangat kooperatif selama kegiatan ini berlangsung. Sasaran kegiatan ini adalah calon pengantin di Desa Durait Hulu Kecamatan Babirik. Kegiatan ini sangat diterima serta didukung secara positif oleh masyarakat dan perangkat Desa Durait Hulu Kecamatan Babirik. Dari hasil tanya jawab yang dilakukan pun, semua calon pengantin mampu untuk menjawab pertanyaan yang diberikan secara lisan. Pendidikan kesehatan ini merupakan penerapan Pendidikan dimana harapannya mampu meningkatkan pengetahuan, sikap kepada para peserta dengan menanamkan pengetahuan kesehatan bagi calon pengantin tentang persiapan kehamilan dan pentingnya *antenatal care*.

Kegiatan pengabdian dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian

Hasil evaluasi dari pengenalan program PATIN CAMIL ini adalah calon pengantin yang hadir aktif dalam berdiskusi. Rencana tindak lanjut dari program ini adalah melakukan pemantauan kepada calon pengantin, dari status TT catin pengantin perempuan dan status gizinya dan juga memantau pemenuhan nutrisi pada calon pengantin, yang dibantu oleh bidan desa setempat.

### **KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan pemberian Pendidikan kesehatan kepada calon pengantin dengan tema PATIN CAMIL (Penyuluhan pada Calon Pengantin Untuk Persiapan Menjadi Calon Ibu Hamil) yang berupa perencanaan kehamilan untuk calon pengantin dan pentingnya antenatal care pada ibu hamil serta ANC terpadu dan terintegrasi. Hal ini membuktikan bahwa dengan adanya tambahan informasi yang diperoleh maka mampu mempengaruhi kepercayaan individu yang mulanya bersikap negatif dapat berubah menjadi positif.

Solusi yang dilakukan adalah pemberian edukasi berupa penyuluhan kepada calon pengantin tentang perencanaan kehamilan dan pentingnya antenatal care pada ibu hamil serta ANC Terpadu dan Terintegrasi. Berdasarkan kegiatan tersebut dapat disimpulkan bahwa calon pengantin memahami tentang seputar persiapan kehamilan dan pentingnya antenatal care pada ibu hamil.

### **SARAN**

Saran untuk kegiatan selanjutnya agar dapat memberikan edukasi yang sama di desa-desa lainnya, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan calon pengantin terkait dengan pentingnya persiapan kehamilan.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih kepada Prodi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia dan Puskesmas Babirik yang sudah mendukung pelaksanaan kegiatan ini membantu dalam proses kegiatan ini.

### **REFERENSI**

- [1] R. Suharno, U. Nisa, and C. Sikmiyati, "Pendampingan Keluarga Bagi Calon Pengantin (CATIN)," 2021.
- [2] K. Puji Lestari, D. Ayu Putri Anggraini, D. Indrati Dyah Sulistyowati, and M. Jauhar, "Edukasi Kesehatan Berbasis Model Information Motivation Behavior Skill Meningkatkan Pengetahuan Dan Perilaku Perawatan Antenatal Pada Ibu Hamil Risiko Tinggi," 2021.
- [3] WHO, "Maternal mortality Evidence brief Progress towards achieving the Sustainable Development

Goals,” 2019. [Online]. Available: <https://www>.

- [4] S. Downe, K. Finlayson, Ö. Tunçalp, and A. M. Gülmezoglu, “Provision and uptake of routine antenatal services: A qualitative evidence synthesis,” *Cochrane Database of Systematic Reviews*, vol. 2019, no. 6, Jun. 2019, doi: 10.1002/14651858.CD012392.PUB2/MEDIA/CDSR/CD012392/IMAGE\_N/NCD012392-AFIG-FIG06.PNG.
- [5] I. S. N. Indah, Mitra, and Hendri, “Identifikasi Permasalahan Pelayanan Program Kesehatan Ibu Dan Anak (KIA) di Puskesmas Pusako Kabupaten Siak,” *Photon: Jurnal Sain dan Kesehatan*, vol. 12, no. 2, Jun. 2022, doi: 10.37859/jp.v12i2.3341.