

Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Pranikah Sebagai Upaya Kehamilan Sehat Untuk Mencegah Stunting

Nora Rahmanidar*, Nilatul Izah, Puji Tri Astuti, Seventina Nurul Hidayah, Evi Zulfiana

Prodi DIII Kebidanan, Politeknik Harapan Bersama Tegal, Tegal, Indonesia
Email: ¹*norarahmanidar@gmail.com

Abstrak– Perkawinan anak menjadi salah satu faktor pendongkrak tingginya angka stunting di Indonesia, sebanyak 30-35 persen kasus stunting pada anak dilahirkan oleh wanita yang menikah di usia muda, harus ada edukasi tentang kesehatan reproduksi yang baik dan mempersiapkan kehamilan yang sehat. Pendekatan tersebut perlu dilakukan sejak dini, termasuk persiapan psikologi dan ekonomi. Oleh karena itu persiapan pra nikah, memberi konseling pra nikah mencegah terjadinya stunting memberi pemahaman tentang kesehatan reproduksi. Pemerintah saat ini terus berupaya untuk mencapai target penurunan prevalensi stunting sesuai dengan sasaran dalam RPJMN 2020-2024 sebesar 14% pada akhir tahun 2024. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting (Stranas Stunting) telah menetapkan remaja sebagai salah satu sasaran penting dalam upaya percepatan pencegahan stunting. Oleh karena itu, intervensi pada kelompok usia remaja, terutama remaja putri, merupakan salah satu intervensi utama yang harus dilakukan dalam pencegahan stunting. Tindakan yang perlu dilakukan dalam mengatasi tingginya prevalensi stunting yaitu pencegahan. Pencegahan stunting dilakukan melalui pendekatan gizi maupun non gizi, sasaran pentingnya perbaikan gizi dan kesehatan adalah remaja, calon pengantin, ibu hamil. Selama ini banyak orang yang kurang memahami pentingnya kondisi-kondisi pada masa sebelum terjadinya proses konsepsi (*preconception phase*), Sehingga para calon bapak dan ibu hanya berfokus pada persiapan proses kehamilan dan persalinan saja. Kehamilan yang sehat membutuhkan persiapan fisik dan mental dari setiap ibu, Perencanaan kehamilan yang sehat harus dilakukan sebelum masa kehamilan. Proses kehamilan yang direncanakan dengan baik maka akan berdampak positif pada kondisi calon ibu dan janin. Sehubungan dengan hal tersebut maka diperlukan Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Pranikah Sebagai Upaya Kehamilan Sehat Untuk Mencegah Stunting. Tujuan dari pengabdian ini adalah Meningkatkan pengetahuan remaja tentang persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting, Meningkatkan pengetahuan remaja tentang edukasi Kesehatan reproduksi remaja, Memberikan Gambaran remaja tentang persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting.

Kata Kunci: Pranikah; Stunting

Abstract–Child marriage is one of the factors that boost the high stunting rate in Indonesia, as many as 30-35 percent of stunting cases in children are born to women who marry at a young age, there must be education about good reproductive health and preparing for a healthy pregnancy. This approach needs to be done early, including psychological and economic preparation. Therefore, pre-marital preparation, providing pre-marital counseling to prevent stunting, provide an understanding of reproductive health. The government is currently trying to achieve the target of reducing stunting prevalence in accordance with the target in the 2020-2024 RPJMN by 14% by the end of 2024. The National Strategy for the Acceleration of Stunting Prevention (Stranas Stunting) has established adolescents as one of the important targets in efforts to accelerate stunting prevention. Therefore, intervention in the adolescent age group, especially adolescent girls, is one of the main interventions that must be carried out in preventing stunting. Actions that need to be taken in overcoming the high prevalence of stunting are prevention. Prevention of stunting is carried out through nutritional and non-nutritional approaches, the targets of the importance of improving nutrition and health are adolescents, prospective brides, and pregnant women. So far, many people do not understand the importance of conditions before the conception process (*preconception phase*), so that prospective fathers and mothers only concentrate on preparing for pregnancy and childbirth. A healthy pregnancy requires physical and mental preparation from every mother. Planning a healthy pregnancy must be done before the pregnancy period. A well-planned pregnancy process will have a positive impact on the condition of the prospective mother and fetus. In connection with this, it is necessary to increase knowledge about premarital preparation as an effort to prevent stunting in a healthy pregnancy. The purpose of this service is to increase adolescent knowledge about premarital preparation as an effort to prevent stunting in healthy pregnancy, to increase adolescent knowledge about adolescent reproductive health education, to provide an overview of adolescents about premarital preparation as an effort to prevent stunting in healthy pregnancies.

Keywords: Prewedding; Stunting

1. PENDAHULUAN

Pemerintah saat ini terus berupaya untuk mencapai target penurunan prevalensi stunting sesuai dengan sasaran dalam RPJMN 2020-2024 sebesar 14% pada akhir tahun 2024. Selanjutnya, Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting (Stranas Stunting) telah menetapkan remaja sebagai salah satu sasaran penting dalam upaya percepatan pencegahan stunting. Oleh karena itu, intervensi pada kelompok usia remaja, terutama remaja putri, merupakan salah satu intervensi utama yang harus dilakukan dalam pencegahan stunting. Stunting disebabkan karena kurangnya gizi sejak masa kehamilan. Saat ini, bayi lahir saja sudah 23% prevalensi stunting. Kemudian setelah lahir, banyak yang lahir normal tapi kemudian jadi stunting hingga angkanya menjadi 27,6%. Artinya dari

angka 23% muncul dari kelahiran yang sudah tidak sesuai standar, oleh karena itu mencegah stunting sangat penting dilakukan sejak kehamilan bahkan saat pra nikah (sebelum menikah) (Bappenas, 2015).

Proses pengasuhan anak tidak memadai, pemberian makan yang salah, kemiskinan, stres pada ibu dan pengasuh, juga kekerasan pada keluarga dan anak akan berpengaruh kepada kondisi anak ke depannya. Biasanya sebagian ibu yang tidak siap secara psikologis dan minim ilmu akan mengalami stress dan depresi setelah melahirkan, apalagi bila terjadi sesuatu terhadap anaknya seperti anaknya prematur, kelainan mulut, maka akan membuat orangtua dan keluarga stress, untuk itu para remaja agar diberi bekal pendidikan terkait tumbuh kembang anak dan persiapan kehamilan (Rokhanawati, dkk, 2018). Ada beberapa program yang akan dilakukan untuk mencegah stunting, yaitu: program perencanaan kehamilan untuk menjaga jarak kehamilan yang juga menentukan kualitas anak, dan perencanaan pra nikah. Mengenai perencanaan pra nikah, Hasto mengatakan bahwa perkawinan anak menjadi salah satu faktor pendongkrak tingginya angka stunting di Indonesia, bahwa sebanyak 30-35 persen kasus stunting pada anak dilahirkan oleh wanita yang menikah di usia muda, harus ada edukasi tentang kesehatan reproduksi yang baik dan mempersiapkan kehamilan yang sehat. Pendekatan tersebut perlu dilakukan sejak dini, termasuk persiapan psikologi dan ekonomi. Oleh karena itu kita berikan persiapan pra nikah memberi konseling pra nikah mencegah terjadinya stunting memberi pemahaman tentang kesehatan reproduksi (Saputri, 2019; Lembar M, 2019).

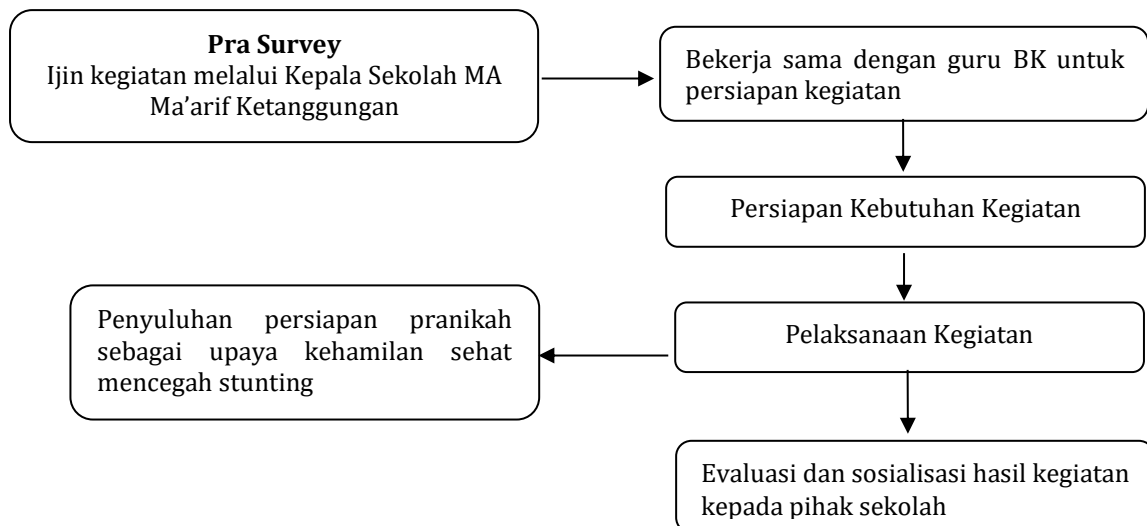
Data Riskesdas 2018 menunjukkan 25,7% remaja usia 13-15 tahun mengalami stunting dan 26,9% remaja stunting berusia 16-18 tahun. Selain itu, kasus anemia pada remaja putri masih sangat tinggi. Ketika ibu hamil anemia, maka akan melahirkan anak kurang gizi dan meningkatkan risiko pendarahan saat melahirkan. Pendarahan saat melahirkan meningkatkan risiko kematian ibu dan bayi. Perkawinan dan kehamilan pada usia anak sangatlah berisiko. Karena secara fisik dan psikis, remaja di bawah usia 18 tahun belum matang (Sri Madinah, 2017).

Di MA Ma'arif Ketanggungan, siswa dan siswi masih banyak yang belum mengetahui persiapan pranikah untuk menghadapi kehamilan dan mencegah stunting, karena remaja menjadi focus perhatian penting, untuk itu kami tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat di MA Ma'arif Ketanggungan.

2. METODE PELAKSANAAN

Sasaran utama dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah remaja kelas XII di MA Ma'arif Ketanggungan yang berjumlah 35 orang. Dalam menyelesaikan masalah yang ada dimasyarakat khususnya yang berhubungan dengan peningkatan pengetahuan tentang persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting. Program Studi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama bergerak untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan pendidikan kesehatan pada remaja tentang persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu penyuluhan terkait dengan persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting.

Kerangka Pemecahan Masalah pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di MA Ma'arif Ketanggungan adalah :



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

Untuk melaksanakan realisasi pemecahan masalah, Program Studi DIII Kebidanan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di MA Ma'arif Ketanggungan pada tanggal 16-17 November 2021, adapun tahap persiapan pelaksanaan sejak bulan September 2021. Bentuk Kegiatan pengabdian kepada masyarakat

dilaksanakan pada tanggal 16 dan 17 November 2021 di MA Ma'arif Ketanggungan dengan cara sosialisasi kepada para guru dengan jumlah 35 orang.

Dalam menyelesaikan masalah yang ada dimasyarakat khususnya yang berhubungan dengan peningkatan pengetahuan tentang persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting. Program Studi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama bergerak untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan informasi pada remaja tentang persiapan pranikah sebagai upaya kehamilan sehat mencegah stunting.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Markisha (mari kita *Sharing*) Peningkatan Pengetahuan tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting di MA Ma'arif Ketanggungan dengan sasaran remaja kelas XII dengan jumlah 35 orang pada tanggal 16-17 November 2021 dengan hasil sebagai berikut :

- a. Proses Pelaksanaan kegiatan pengabdian melalui beberapa tahapan yaitu: Ijin kegiatan ke Kepala Sekolah MA Ma'arif Ketanggungan, Melakukan pendataan jumlah remaja dan sasaran pemberian penyuluhan di MA Ma'arif Ketanggungan, Kontrak waktu dengan Kepala Sekolah MA Ma'arif Ketanggungan, Mengumpulkan remaja sebanyak 35 orang, Melakukan Penyuluhan persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting: Dilakukan pretest sebelum dilakukan penyuluhan, Tahap Evaluasi dilakukan dengan posttest
- b. Pengetahuan remaja tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting

Untuk mengetahui pengetahuan awal para remaja mengenai persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting, maka dilakukan pemberian kuisisioner. Kuisisioner ini bertujuan untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan yang dilakukan oleh Program Studi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama Tegal. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan remaja tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting

No	Kriteria	Tingkat Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Pretest	30%	30%	40%
2	Posttest	60%	25%	15%

Tingkat pengetahuan remaja tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebanyak 40%. Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan mengalami peningkatan dengan pengetahuan baik sebanyak 60%.

3.1 Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan berdasarkan hasil analisis melalui interview dan observasi melalui wawancara dan observasi kepada mitra yaitu remaja MA Ma'arif Ketanggungan, berdasarkan hasil analisis tersebut, tim mengidentifikasi beberapa masalah yang dihadapi mitra. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi solusi untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dosen dengan jumlah 35 remaja. Dilakukan tahanan persiapan yaitu ijin kegiatan melalui kepala Sekolah serta melakukan pendataan jumlah sasaran. Tahap Pelaksanaan dilakukan pembagian kuisisioner untuk mengetahui tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting, Di lakukan pembagian kuisisioner kembali untuk mengetahui tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting.

3.2 Dokumentasi kegiatan

Berikut gambar dokumentasi dari kegiatan pengabdian yang dilakukan.



Gambar 2. Penjelasan tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting



Gambar 3. Penjelasan tentang gizi remaja



Gambar 4. penjelasan tentang reproduksi remaja



Gambar 5. Pemberian doorprize kepada siswa yang bisa menjawab pertanyaan

4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema “Peningkatan Pengetahuan tentang persiapan Pranikah sebagai upaya mencegah Stunting di MA Ma’arif Ketanggungan” pada tanggal 16-17 November 2021. Kegiatan Pengabdian Masyarakat tersebut dapat meningkatkan pengetahuan kepada remaja tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting, Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sangat berpengaruh terhadap remaja tentang persiapan Pranikah sebagai upaya Mencegah Stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Bappenas (2015). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (rpjmn) 2015-2019. Kementerian Perenc Pembang Nas. Published online, 2015-2019.
- Pendidikan P, Lembar M, (2019), Tentang B. VISIKES : Jurnal Kesehatan Masyarakat
- Rokhanawati D, Edi Nawangsih UH. (2018). Pendidikan pranikah terhadap kesiapan menghadapi kehamilan pertama pada calon pengantin putri. J Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah.
- Saputri RA, Tumangger J. (2019). Hulu-Hilir Penanggulangan Stunting Di Indonesia. J Polit Issues.
- Sri Madinah, M. Zen Rahfiludin SAN. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Thd Tingkat Pengetahuan Tentang Pendewasaan Usia Perkawinan.