

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT



KEBUTUHAN KONSELING PERSIAPAN PERNIKAHAN PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEDES KABUPATEN KARAWANG TAHUN 2023

TIM PENGUSUL

Ketua Pelaksana :

Dr. Tetty Rina Aritonang, S.ST., M.Keb

NIDN. 0321097401

Anggota Pelaksana :

- | | |
|---|--------------------------|
| 1 Farida Simanjuntak,SST.,M.Kes | 15. Indah mustika sari |
| 2 Wiwit Desi Intarti,S.SiT.,M.Keb | 16. Nurhayati |
| 3 Renince siregar,SST.,M.Keb | 17. Susilawati |
| 4 Dr. Lenny irmawaty sirait,SST.,M.Kes | 18. Sri wulandari |
| 5 Dr. Marni Br. Karo,S.Tr.Keb.,SKM.,M.Kes | 19. Vita purwati |
| 6 Puri Kresna Wati,SST.,MKM | 20. Ai muhayah |
| 7 Hainun Nisa,SST.,M.Kes | 21. Annisa maulida m |
| 8 Evi Nur Akhiriyanti,SST.,MN.Mid | 22. Fadilatul musyarofah |
| 9 Riyen Sari Manulang,SST.,MKM | 23. Fetty indah sari |
| 10 Rupdi Lumban Siantar,SST.,M.Kes | 24. Hera diantina |
| 11 Friska Junita Silalahi,SST.,MKM | |
| 13 Dewi Rostianingsih,SST.,M.Kes | |
| 14 Maslan Pangaribuan,SST.,M.Kes | |

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S1) DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA
BEKASI**

TAHUN AJARAN 2022/2023
HALAMAN PENGESAHAN

LAPRAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

1. Judul
 **“Kebutuhan Konseling Persiapan Pernikahan Pada Wanita Usia Subur (WUS) di
 Wilayah Kerja Puskesmas Pedes Kabupaten Karawang Tahun 2023”**
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Dr. Tetty Rina Aritonang, S.ST., M.Keb
 - b. NIDN : 03211097401
 - c. Jabatan : Dosen
 - d. Program Studi : Kebidanan (S1)
 - e. Nomor Telepon : 081387548181
3. Personalia Anggota : Terlampir
4. Jangka waktu kegiatan : 1 hari
5. Bentuk Kegiatan : Penyuluhan, konseling, dan KIE tentang persiapan pernikahan
6. : pada wanita usia subur (WUS)
7. Jumlah Panitia : 10 Orang
8. Jumlah Peserta : 25 Orang
9. Biaya yang diperlukan : 4.200.000
9. Sumber dana : Penyelenggara kegiatan

Mengetahui

Kepala Program Studi Kebidanan (S1 dan
Profesi)



(Farida M Simanjuntak, SST., M.Kes)

NIDN : 03228018103

Ketua Pelaksana



(Dr. Tetty Rina Aritonang, S.ST., M.Keb.)

NIDN : 03211097401

Menyetujui, 12 Juni 2023

Kepala Unit Penelitian dan
Pengabdian Masyarakat



Rotua Suryani, SKM., M.Kes

NIDN 0315018401

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan taufik dan hidayah Nya, sehingga kami dapat menyelesaikan laporan pengabdian masyarakat dengan tema **“Kebutuhan Konseling Persiapan Pernikahan Pada Wanita Usia Subur (WUS) di Wilayah Kerja Puskesmas Pedes Kabupaten Karawang Tahun 2023”**

Laporan ini disusun guna memenuhi syarat dalam praktik mata kuliah Askeb Pranikah dan Prakonsepsi. Penyusunan laporan ini, tidak lepas dari bantuan dan dukungan serta bimbingan yang telah diberikan oleh berbagai pihak, untuk itu perkenankanlah kami mengucapkan rasa terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada :

1. Usman Ompusunggu, SE, selaku pembina Yayasan Medistra Indonesia
2. Vermona Marbun, M.KM selaku BPH Yayasan Medistra indonesia
3. Saver M Ompusunggu, SE selaku ketua Yayasan Medistra Indonesia
4. Ns.Riris Octryna Silitonga.,M.Kep.,Sp.Kep. Jiwa selaku ketua Senat STIKes Medistra Indonesia
5. Dr.Lenny Irmawaty sirait, SST., M.Kes selaku Ketua STIKes Medistra indonesia
6. Puri Kresna Wati, SST., M.KM selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik
7. Sinda Ompusunggu, SH selaku Wakil Ketua II Bidang Kepegawaian Umum dan TIK
8. Hainun Nisa, SST., M.Kes selaku Wakil Ketua III bidang Kemahasiswaan dan Alumni
9. Farida Simanjuntak, SST., M.Kes selaku Kepala Program Studi Kebidanan (S1) dan Pendidikan Profesi Bidan STIKes Medistra Indonesia
10. Renince Siregar, SST., M.Keb selaku Kordinator Profesi Bidan STIKes Medistra Indonesia
11. Dr. Tetty Rina Aritonang, S.ST., M.Keb selaku dosen Koordinator mata kuliah Profesionalisme Kebidanan dan ketua panitia

Tiada balasan yang dapat kami sampaikan, selain do'a semoga dimudahkan dalam setiap langkah-langkah kita menuju kebaikan dan mendapat berkah dari Tuhan Yang Maha Esa. Di harapkan laporan ini dapat bermanfaat bagi kemajuan profesi Bidan. Akhirnya sebagai karya manusia, laporan ini masih banyak kekurangan, untuk itu masukan dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Bekasi, 28 Mei 2023

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Pengesahan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Analisa Situasi	1
B. Masalah Mitra	4
1. Identifikasi Masalah	4
2. Rumusan Masalah	4
BAB II SOLUSI TARGET DAN LUARAN	5
A. Tujuan	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
3. Manfaat Kegiatan	5
B. Kerangka Pemecahan Masalah	5
C. Khalayak Sasaran Antara Yang Strategis	5
BAB III METODE PELAKSANAAN	6
A. Solusi Yang Ditawarkan	6
B. Metode Pendekatan	6
C. Partisipan Mitra	6
D. Luaran	7
BAB IV BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN	8
A. Jadwal Kegiatan	8
B. Anggaran Biaya	9
BAB V PENUTUP	10
Daftar Pustaka	10
Lampiran	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pedes Kab. Karawang dengan tujuan untuk memberikan informasi dan pengetahuan tentang persiapan pernikahan. Pernikahan merupakan hal yang diinginkan oleh setiap individu, sebab setiap individu membutuhkan nafkah batin, ketenangan, keharmonisan dan kesakinahan dalam menjalani ataupun dalam membangun sebuah keluarga.

Membangun sebuah keluarga yang baru bukanlah suatu pekerjaan yang mudah. Ketika dua orang membuat komitmen untuk menikah atau membangun sebuah keluarga, maka mereka harus siap melakukan penyesuaian baru dengan pasangannya. Bukan penyesuaian dalam bidang tertentu saja, namun penyesuaian yang mencakup seluruh aspek kehidupan. Sebelum menikah, setiap pasangan itu perlu mengerti apa makna sebuah pernikahan dan bagaimana dapat membina sebuah pernikahan yang berhasil. Untuk itulah diperlukan konseling pranikah, agar individu mempersiapkan dan mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya dalam memasuki jenjang pernikahan, menyesuaikan diri dengan lingkungan keluarga dan masyarakat, serta mengatasi hambatan dan kesulitan menghadapi jenjang pernikahan. Di dalam pernikahan haruslah dibarengi dengan rasa cinta dan komitmen serta mempersiapkan pribadi masing-masing pasangan untuk mencapai pernikahan yang harmonis sesuai yang diinginkan dan diharapkan oleh setiap pasangan.

Pernikahan menurut Duvall & Miller adalah “*Socially recognized relationship between a man and woman that provides for sexual relationship, legitimates childbearing and establishes a division of labour between spouses*”. “Hubungan antara seorang pria dan wanita yang diakui oleh lembaga sipil, dengan tujuan untuk hubungan seksual, melegitimasi melahirkan keturunan dan menetapkan pembagian kerja antara pasangan”. Didasarkan hal tersebut, dapat dikatakan bahwa pernikahan adalah jembatan antara pria dan wanita untuk menyatukan visi dan misi hidup mereka dengan bekerjasama, saling bahu membahu untuk mencapai tujuan yang sama yaitu kebahagiaan dalam rumah

tangga.

Kebahagiaan merupakan salah satu hal yang menjadi tujuan dan diharapkan dari sebuah pernikahan. Dalam mencapai suatu kebahagiaan pernikahan bukanlah suatu hal yang mudah karena kebahagiaan pernikahan akan tercapai apabila pasangan suami istri memiliki kualitas interaksi pernikahan yang tinggi. Dalam suatu pernikahan terkadang apa yang diharapkan oleh masing-masing individu tidak sesuai dengan kenyataan setelah individu tersebut menjalani bahtera rumah tangga. Pernikahan menurut adanya perubahan gaya hidup, menuntut adanya penyesuaian diri terhadap tuntutan peran dan tanggung jawab yang baru baik dari suami maupun istri. Ketidakmampuan untuk melakukan tuntutan-tuntutan tersebut tidak jarang menimbulkan pertentangan, perselisihan dan bahkan berakhir dengan perceraian.

Pernikahan yang terlalu muda juga bisa menyebabkan neuritik depresi karena mengalami proses kekecewaan yang berlarut-larut dan karena ada perasaan-perasaan tertekan yang berlebihan. Kematangan sosial-ekonomi dalam pernikahan sangat diperlukan karena merupakan penyangga dalam memutar roda dalam berumah tangga sebagai akibat pernikahan. Pada umumnya umur yang masih muda belum mempunyai pegangan untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

Sebelum memutuskan untuk menikah, para calon pengantin pada umumnya akan menjalani masa transisi menuju pernikahan. Faktor yang terpenting dari masa transisi ini adalah kesiapan menikah. Berdasarkan hasil penelitian Booths dan Edwards dalam Wisnuwardhani dan Sri mengungkapkan bahwa terdapat beberapa hal yang secara signifikan berhubungan dengan kesiapan menikah, yaitu usia saat menikah, kesiapan untuk *sexual exclusiveness*, dan tingkat pendidikan serta aspirasi pekerjaan dan derajat pemenuhannya (Wisnuwardhani et al. 2012).

Usia dan tingkat kedewasaan kematangan merupakan indikator yang penting dalam mengevaluasi kesiapan untuk menikah. Boots dan Edwards dalam Wisnuwardhani dan Sri menemukan bahwa tingkat ketidakstabilan pernikahan pada pria dan wanita yang menikah saat mereka berada pada usia remaja ternyata lebih tinggi. Remaja biasanya memiliki ketidakmatangan emosi dan tidak mampu mengatasi permasalahan atau stress pada masa awal pernikahan (Wisnuwardhani et al. 2012).

Persiapan pernikahan butuh pemikiran dan pematapan dari tiap-tiap bagian yang diinginkan. Mempersiapkan pesta pernikahan, baju pengantin, tata rias, dan mas kawin yang akan digunakan. Persiapan-persiapan yang terlihat secara fisik seperti hal yang tersebut bisa diserahkan atau diwakilkan kepada pihak yang sudah profesional, yang biasa disebut dengan *wedding organizer*, meskipun demikian tetap saja ada persiapan yang tidak bisa diwakilkan, seperti persiapan mental setiap pasangan, persiapan keilmuan, fisik, dan juga finansial. Keempat persiapan itu sangatlah penting dimiliki oleh tiap pasangan.

Setiap pasangan haruslah memiliki mental yang kuat untuk menghadapi suatu pernikahan, menerima segala kekurangan dan kelebihan dari masing-masing pasangan. Menurut Wisnuwardhani persiapan-persiapan pernikahan yang harus dimiliki oleh pasangan yang hendak menikah adalah: persiapan mental yakni pasangan harus memiliki mental yang kuat untuk menghadapi suatu pernikahan, menerima segala kekurangan dan kelebihan dari masing-masing pasangan. Persiapan keilmuan yakni untuk mempelajari bagaimana hidup dengan pasangannya nanti. Persiapan fisik yakni untuk saling menjaga kesehatan agar nantinya memperoleh keturunan yang sehat. Dan persiapan terakhir adalah persiapan finansial, bagi para calon pengantin tidak mungkin mengandalkan orang lain untuk menutupi biaya pernikahan maupun kehidupan rumah tangga, krena jika persiapan finansial ini tidak difikirkan matang maka akan menimbulkan banyak permasalahan di masa mendatang.

Kematangan emosi merupakan aspek yang juga sangat penting untuk menjaga kelangsungan pernikahan. Keberhasilan rumah tangga banyak ditentukan oleh kematangan emosi, baik suami maupun istri. Dengan dilangsungkannya pernikahan maka status sosial pasangan akan diakui sebagai pasangan suami istri dan sah secara hukum. Batas usia dalam melangsungkan pernikahan sangatlah penting. Hal ini karena pernikahan menghendaki kematangan kasus perceraian karena kurangnya kesadaran untuk bertanggung jawab dalam kehidupan berumah tangga.

B. Masalah Mitra

1. Identifikasi Masalah

- a. Kurangnya pengetahuan WUS mengenai persiapan pernikahan
- b. Kurangnya pengetahuan Keluarga tentang penting persiapan pernikahan

2. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat pengetahuan WUS mengenai persiapan pernikahan

BAB II

SOLUSI, TARGET DAN LUARAN

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah dilakukan Kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat menambah ilmu dan solusi serta wawasan keluarga dan WUS tentang persiapan pernikahan.

2. Tujuan Khusus

- a. WUS Dapat Mengetahui Mengenai Persiapan Pernikahan
- b. Keluarga Dapat Mengetahui Mengenai Perispan Pernikahan
- c. Keluarga Dapat Mengetahui manfaat dari Mengetahui Persiapan Pernikahan

3. Manfaat Kegiatan

Hasil dari pengabdian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian yang terkait dengan konseling mengenai persiapan pernikahan.

B. Kerangka Pemecahan Masalah

Upaya meningkatkan pemahaman WUS dan keluarga tentang persiapan pernikahan.

C. Khalayak Sasaran Antara Yang Strategis

Pentingnya Kegiatan pengabdian masyarakat untuk Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran WUS dan keluarga tentang persiapan pernikahan.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Solusi yang Ditawarkan

Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan dengan cara yaitu:

1. Pengabdian masyarakat melakukan penyuluhan seputar konseling persiapan pernikahan dan memberikan edukasi pada remaja, keluarga dan Wanita Usia Subur (WUS) yang dilakukan oleh Mahasiswa STIKes Medistra Indonesia dan didampingi oleh dosen pengampu dengan memberikan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan bahasa yang mudah dicerna oleh sasaran.
2. Melakukan pemeriksaan seperti timbang berat badan dan pengukuran tinggi badan serta pemeriksaan tekanan darah.
3. Pengabdian masyarakat dilakukan secara langsung kepada masyarakat. Adapun yang akan menjadi peserta yaitu Remaja, keluarga dan Wanita Usia Subur (WUS)

Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum diatas maka ditempuh langkah langkah sebagai berikut :

Menghubungi :

- a. Dosen Pembimbing Penyuluhan
- b. Puskesmas Pedes Kab. Karawang

B. Metode Pendekatan

Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum diatas, maka ditempuh langkahlangkah sebagai berikut:

1. Melakukan pengkajian di wilayah kerja Puskesmas Pedes Kab. Karawang
2. Berkoordinasi dengan pihak Puskesmas Pedes Kab. Karawang
3. Pendekatan Wanita Usia Subur (WUS) dan keluarga yang harus diberikan konseling mengenai persiapan pernikahan di wilayah kerja Puskesmas Pedes Kab. Karawang.

C. Partisipasi Mitra

Puskesmas Pedes Kab. Karawang beserta para pembimbing sebagai mitra dalam kegiatan pengabdian ini memiliki partisipasi dalam:

1. Menyetujui dan mensosialisasikan rencana kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh STiKes Medistra Indonesia.
2. Menyediakan waktu, tempat, sarana dan prasarana untuk kegiatan ini
3. Memberikan masukan atau evaluasi terhadap kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan

D. Luaran

Dengan melakukan kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat memberikan manfaat:

1. Turut mewujudkan pencegahan pernikahan pada usia dini agar mempersiapkan pernikahan sebaik mungkin.
2. Turut serta menambah pengetahuan dalam upaya memberikan dukungan bagi Wanita Usia Subur (WUS) untuk mempersiapkan pernikahannya.

Diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran terhadap pihak akademik, maupun masyarakat dalam mencari solusi untuk upaya memotivasi Wanita Usia Subur agar mempersiapkan pernikahannya dan menghindari pernikahan usia dini melalui hasil kegiatan pengmas (laporan/artikel).

BAB IV
JADWAL KEGIATAN

A. Jadwal kegiatan

NO	NAMA KEGIATAN	MEI			
		1	2	3	4
1.	Persiapan				
	a. Koordinasi dengan bagian promkes PKM Pedes Kab. Karawang				
	b.membuat surat permohonan untuk kegiatan				
	c. Menyiapkan proposal pelaksanaan penyuluhan				
2.	Pelaksanaan				
	Penyuluhan				
	a. Mendata peserta absensi				
	b. Pelaksanaan penyuluhan				
3.					
	b. Menyusun laporan hasil kegiatan				
	c .Penyerahan Laporan hasil kegiatan				

BAB V
HASIL KEGIATAN

A . Hasil Kegiatan

1. Peserta memiliki pengetahuan tentang persiapan pernikahan
2. Peserta memiliki keinginan untuk dapat menjalani tes kesehatan bagi pasangan yang akan menikah
3. Peserta memiliki pengetahuan tentang persiapan pernikahan dari sisi reproduksi
4. Peserta memiliki pengetahuan skrining pra-nikah

B. Anggaran biaya

No.	Jenis Biaya	Nominal
1.	Konsumsi snack 25x Rp100.000	Rp 2.500.000, 00
2.	Transport Kendaraan	Rp 500.000, 00
3.	ATK	Rp 100.000, 00
4.	Doorprize Peserta 5 x Rp 200.000, 00	Rp 1.000.000, 00
5.	Biaya Tak Terduga	Rp 100.000, 00
Total Anggaran		Rp 4.200.000, 00

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dapat disimpulkan:

5. Peserta memiliki pengetahuan tentang persiapan pernikahan
6. Peserta memiliki keinginan untuk dapat menjalani tes kesehatan bagi pasangan yang akan menikah
7. Peserta memiliki pengetahuan tentang persiapan pernikahan dari sisi reproduksi
8. Peserta memiliki pengetahuan skrining pra-nikah

B. SARAN

Hendaknya peserta mengaplikasikan pengetahuan dan pemahaman yang didapat dalam kehidupan keluarga sehari-hari, sehingga diharapkan dapat menjadi edukator, fasilitator dan stimulator dalam pemberdayaan masyarakat dalam menerapkan asuhan pranikah dan prakonsepsi mengenai persiapan pernikahan pada wanita usia subur (WUS) khususnya di wilayah kerja Puskesmas Pedes Kabupaten Karawang Tahun 2023.

























DAFTAR PUSTAKA

- Eva Meizara Puspita Deri, Basti. 2008. *Konflik Perkawinan dan Model Penyelesaian Konflik Pada Pasangan Suami Istri*. Jurnal Psikologi.
- Basri, Hasan. 2004. *Keluarga Sakinah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Jannah, Miftahul. 2023. *Konseling Pranikah*. Jakarta: Academia.edu
- Seligman, Martin. 2005. *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Dengan Psikologi Positif*. Bandung; Mizan Media utama
- Wisnuwardhani, Sri Fatmawati. 2012. *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika.

LAMPIRAN – LAMPIRAN

A. LAMPIRAN ABSENSI PELAKSANAAN PKM

DAFTAR ABSENSI PANITIA DAN PESERTA PENYULUHAN

NO.	NAMA /Alamat	PANITIA/PESERTA	TANDA TANGAN
1	Tika Harianti /secondary	Bayu Nugaha	
2	Ayuni	Muhamad zen	
3	Desi Wulandari	Asep Saparudin	
4	Nordalyani	Rahmat Hidayat	
5	Siti Nastriyatati	Saripudin	
6	Rosnid	Sahrul Kosasih	
7.	Luliani	Fikri Rizal Rulhak	
8	Huda Fiday	Lutena Hakim	
9	Linda Wawan Yunengsih	Aidi	
10	Eti Sumiyati	Muhamad Danyu	
11	Sapitri	niko pratama	
12	Yayal haryati	Pidwan Siah	
13	SITI NASIRAH	Ahmad Fauy	
14	DEDEH ANDANI		
15	Suraesih	Supijan	
16	Eka P	Subehi	
17	UMAT/AN	Asus	
18	Fayah Pafan Fari	Acep	
19	Nyoni Bodiah	Samsat	
20	Sri Wulandari S.ket	Panisha	
21	Kamariah S.ket	Panisha	
22	Pronah Suhernah S.ket	Panisha	
	Siti Nurani S.ket	Panisha	
	Euis Komati S.ket	Panisha	

B. LAMPIRAN HASIL PRE-TEST DAN POST-TEST KEGIATAN

Soal Pre-Test dan Post-Test

- 1) Ada berapa persiapan pranikah dari sisi kesehatan reproduksi?
 - a. 3
 - b. 2
 - c. 4
 - d. 5**
 - e. 6

- 2) Pemeriksaan kesehatan idealnya dilakukan berapa bulan sebelum menikah?
 - a. 1 bulan
 - b. 2 bulan
 - c. 3 bulan**
 - d. 4 bulan
 - e. 5 bulan

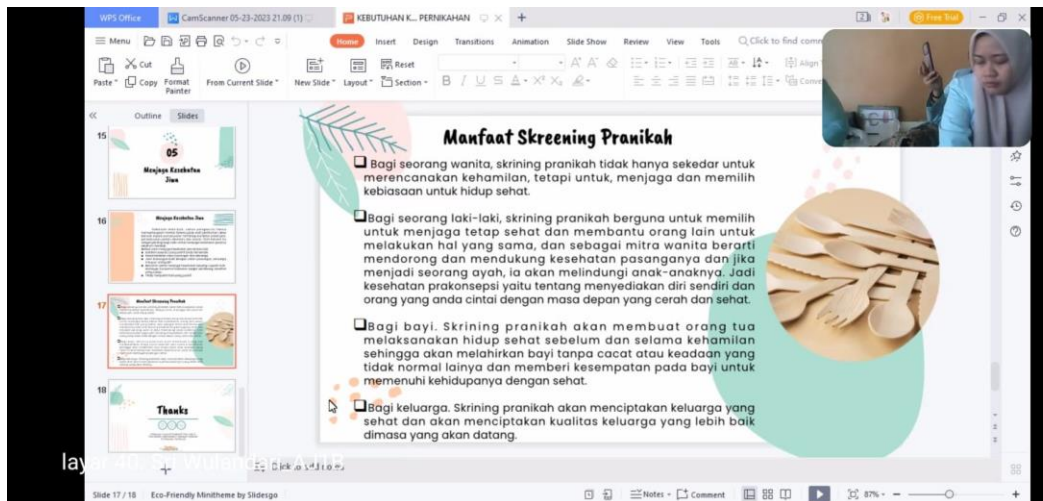
- 3) Imunisasi apakah yang harus dilakukan oleh calon pengantin?
 - a. Imunisasi BCG
 - b. Imunisasi DPT
 - c. Imunisasi TT**
 - d. Imunisasi Polio
 - e. Imunisasi Campak

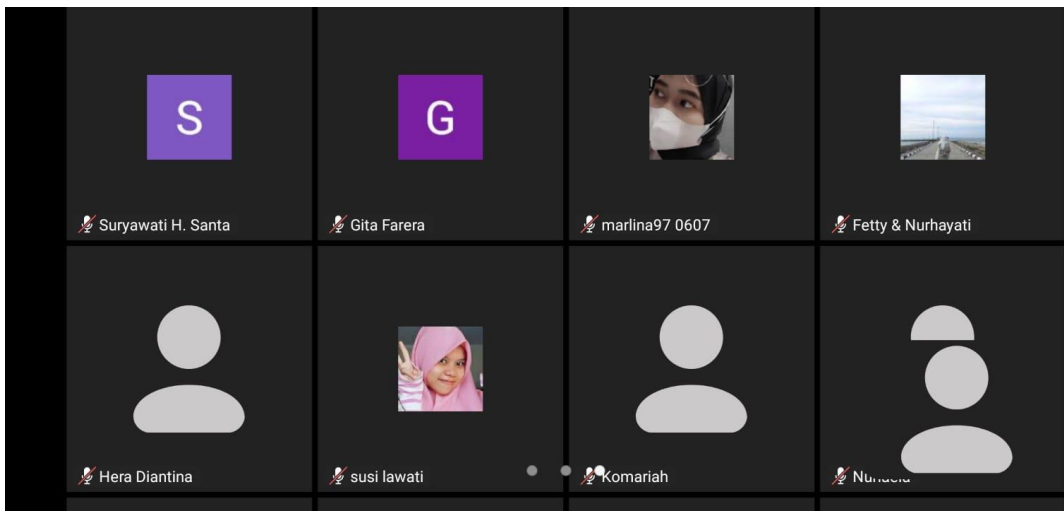
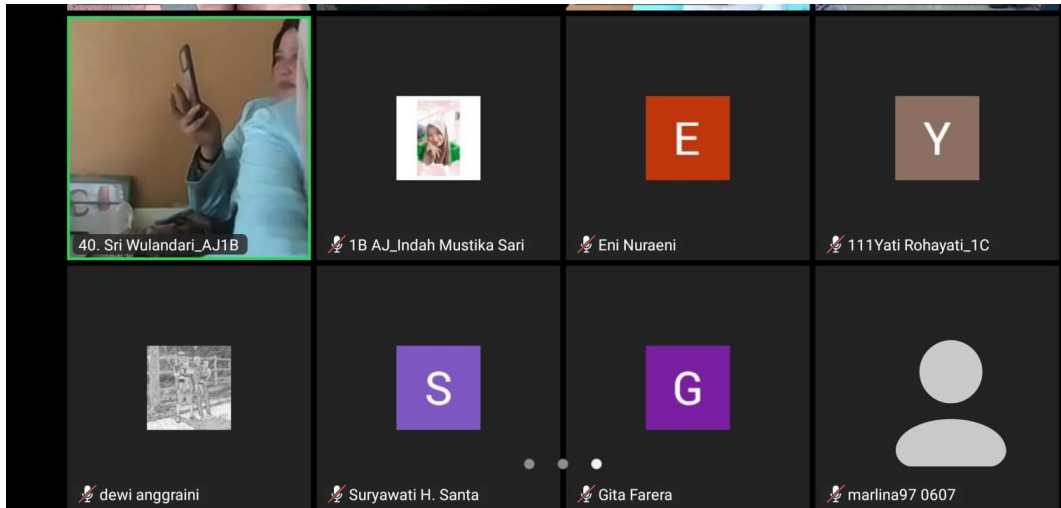
Saat penyuluhan berlangsung, WUS ditanya mengenai pertanyaan-pertanyaan diatas. Dari sebagian peserta ada yang menjawab benar dan ada yang menjawab kurang benar. Hal ini karena usia WUS yang masih muda dan rata-rata adalah remaja sekolah yang belum begitu faham mengenai persiapan pra-nikah. Pada sesi tanya-jawab, WUS antusias bertanya terkait topik, salah satunya yaitu WUS yang bernama Ayuni bertanya “Jika siklus haid tidak teratur apakah mempengaruhi ketika ingin memiliki anak?” dan pertanyaan ini di jawab oleh ibu Kokom yaitu dengan jawaban “Banyak wanita dengan siklus menstruasi yang tidak teratur, bisa hamil dan melanjutkan kehamilan dengan normal. Jadi menstruasi yang tidak teratur bukan berarti kemandulan, tetapi ini mungkin membuat ibu lebih sulit untuk hamil. Siklus menstruasi biasanya berlangsung antara 21 hingga 35 hari. Siklus menstruasi dihitung dari hari pertama haid hingga hari pertama haid berikutnya, dikatakan tidak teratur jika: Periode haid datang lebih sering

dari 21 hari, panjang siklus haid bervariasi (contoh: terkadang 25 hari, terkadang 33 hari), siklus haid lebih dari 35 hari. Enam penyebab utama haid tidak teratur yaitu stres, penggunaan alat kontrasepsi, olahraga berlebihan, perubahan berat badan drastis, premenopause, dan gangguan pada tiroid.

Setelah penyuluhan selesai, kemudian dilanjutkan dengan post-test dengan menanyakan pertanyaan yang sama secara lisan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap WUS terkait topik setelah diberikan penyuluhan. Dan hasilnya didapatkan rata-rata WUS bisa menjawab pertanyaan tersebut.

C. LAMPIRAN FOTO KEGIATAN









D. LAMPIRAN PRINT OUT MATERI/LEAFLET



KEBUTUHAN KONSELING PERSIAPAN PERNIKAHAN PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEDES KABUPATEN KARAWANG TAHUN 2023

STIKES MEDISTRA INDONESIA

APA ITU KONSELING PRA-NIKAH ??

Membantu pasangan calon pengantin oleh konselor profesional, menganalisis kemungkinan masalah dan tantangan yang akan muncul dalam rumah tangga, dan untuk memecahkan masalah. Jika dalam istilah menikah itu harus dipersiapkan lahir batin, yang juga harus diperhatikan dan dimasukkan ke dalam list pra-nikah adalah persiapan kesehatan pasangan.

Jadi kesehatan pasangan pra nikah penting sekali untuk mendukung tercapainya pernikahan yang langgeng sampai hari tua. Pernikahan yang bisa saling mengisi dan beradaptasi, bisa mengatasi masalah yang dihadapinya dengan bijaksana dan dewasa.

Persiapan Pranikah Dari Sisi Kesehatan Reproduksi

01

Pemeriksaan
Kesehatan

02

Persiapan
Gizi

03

Imunisasi
Tetanus

04

Menjaga
Kesehatan
Organ
Reproduksi

05

Menjaga
Kesehatan
Jiwa

01

Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan Kesehatan ini dilakukan idealnya adalah 3 bulan sebelum tanggal pernikahan. Manfaatnya untuk :

- Mengetahui status kesehatan calon pengantin (catin)
- Memberikan waktu pengobatan apabila ditemukan masalah kesehatan
- Mencegah penularan penyakit kepada pasangan
- Mempersiapkan kehidupan rumah tangga yang sehat
- Mempersiapkan kehamilan dan menghasilkan keturunan yang sehat dan berkualitas



Pemeriksaan Kesehatan

Pada saat pemeriksaan calon pengantin akan diberikan pertanyaan tentang keluhan Kesehatan yang sedang alami, riwayat Kesehatan, dan deteksi dini adanya masalah kejiwaan.

Kemudian catin akan dilakukan pengukuran tekanan darah, Berat badan, Tinggi badan, Lingkar lengan atas (LLA), tanda-tanda anemia, pemeriksaan darah rutin (Hemoglobin, golongan darah dan rhesus), pemeriksaan urin rutin, dan pemeriksaan lain atas indikasi medis seperti gula darah, IMS, HIV, malaria, thalassemia, Hepatitis B, TORCH. Dan selanjutnya akan diberikan KIE dan konseling Kesehatan reproduksi, pemberian tablet dambah darah, skrining dan imunisasi TT, serta pengobatan sesuai permasalahan Kesehatan.

02

Persiapan Gizi

Persiapan Gizi

Persiapan gizi perlu dilakukan sebelum menikah, ini berkaitan dengan persiapan kehamilan, dimana proses kehamilan membutuhkan cadangan nutrisi dari ibu. Persiapan gizi meliputi penentuan status gizi dan pemenuhan gizi seimbang.

Status gizi ditentukan dengan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) serta pengukuran Lingkar Lengan atas bagi Catin perempuan.

Cara Menghitung IMT

$$IMT = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan(m)}^2}$$

Status Gizi	Kategori	IMT
Sangat Kurus	Kekurangan BB tingkat berat	< 17,0
Kurus	Kekurangan BB tingkat ringan	17 - < 18,5
Normal		18,5 - 25
Gemuk	Kelebihan BB tingkat ringan	> 25-27
Obesistas	Kelebihan BB tingkat berat	> 27

Status Gizi

Sedangkan Lingkar Lengan Atas normalnya adalah 23,5 cm. Apabila LILA catin kurang dari 23,5 artinya catin mengalami KEK (Kurang Energi Kronik). Pemenuhan gizi seimbang catin, Catin perlu mengonsumsi lima kelompok pangan dengan seimbang. Kelima kelompok pangan itu adalah makanan pokok, sayuran, lauk pauk, buah-buahan dan minuman. Selain itu upayakan untuk minum air putih kurang lebih 8 gelas/ hari, hindari terlalu banyak minum teh/ kopi.

03

Imunisasi Tetanus

Imunisasi Tetanus

Imunisasi tetanus diperlukan untuk melindungi ibu dan bayi dari penyakit tetanus. Sebelum pemberian imunisasi tetanus akan dilakukan screening imunisasi tetanus apakah sudah mendapat 5 kali imunisasi/ belum, apabila belum, maka catin perempuan harus melengkapinya di Puskesmas.

Imunisasi bertujuan untuk mencegah pasangan terutama pada wanita agar tidak terserang oleh virus clostridium teteani, apabila nanti wanita tersebut hamil dan terjadi perlukaan saat persalinan maka si ibu tidak akan mudah mengalami infeksi dan perdarahan postpartum.

04

Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi

Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi

- Usahakan organ kemaluan dalam kondisi kering, setelah BAB/BAK lap dengan menggunakan tissue/ handuk yang lembut, kering, bersih, hal ini untuk menghindari timbulnya jamur di area kemaluan.
- Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat/ katun.
- Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari
- perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.
- Pada saat haid, seringlah mengganti pembalut paling lama setiap 4 jam sekali.
- Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

05

Menjaga Kesehatan Jiwa

Menjaga Kesehatan Jiwa

Sebelum menikah, calon pengantin harus mempersiapkan mental. Karena pada saat pernikahan akan banyak terjadi penyesuaian terhadap karakter pasangan, penyesuaian peran, ekonomi dan sosial. Oleh karena itu sangat penting bagi calon untuk menjaga kesehatan jiwanya sebelum menikah.

Berikut cara menjaga Kesehatan jiwa antara lain:

- Katakan sesuatu yang positif pada diri sendiri.
- Kenali karakter calon pasangan dan keluarga
- Jalin hubungan baik dengan calon pasangan, keluarga maupun orang lain
- Bersama-sama menjaga Kesehatan keluarga seperti rajin olahraga, konsumsi makanan bergizi seimbang, istirahat yang cukup.
- Tetap menjalani hobi yang positif

Manfaat Skreening Pranikah

- ❑ Bagi seorang wanita, skrining pranikah tidak hanya sekedar untuk merencanakan kehamilan, tetapi untuk, menjaga dan memilih kebiasaan untuk hidup sehat.
- ❑ Bagi seorang laki-laki, skrining pranikah berguna untuk memilih untuk menjaga tetap sehat dan membantu orang lain untuk melakukan hal yang sama, dan sebagai mitra wanita berarti mendorong dan mendukung kesehatan pasangannya dan jika menjadi seorang ayah, ia akan melindungi anak-anaknya. Jadi kesehatan prakonsepsi yaitu tentang menyediakan diri sendiri dan orang yang anda cintai dengan masa depan yang cerah dan sehat.
- ❑ Bagi bayi. Skrining pranikah akan membuat orang tua melaksanakan hidup sehat sebelum dan selama kehamilan sehingga akan melahirkan bayi tanpa cacat atau keadaan yang tidak normal lainnya dan memberi kesempatan pada bayi untuk memenuhi kehidupannya dengan sehat.
- ❑ Bagi keluarga. Skrining pranikah akan menciptakan keluarga yang sehat dan akan menciptakan kualitas keluarga yang lebih baik dimasa yang akan datang.

Thanks



Ai Muhayah, Annisa M, Fadilatul M, Fetty Indah S,
Hera Diantina, Indah Mustika S, Nurhayati, Susilawati,
Sri Wulandari, Vita Purwati



PERSIAPAN PERNIKAHAN



APA ITU KONSELING PRA-NIKAH ??

Membantu pasangan calon pengantin oleh konselor profesional, menganalisis kemungkinan masalah dan tantangan yang akan muncul dalam rumah tangga, dan untuk memecahkan masalah. Jika dalam istilah menikah itu harus dipersiapkan lahir batin, yang juga harus diperhatikan dan dimasukkan kedalam list pra-nikah adalah persiapan kesehatan pasangan.



Jadi kesehatan pasangan pranikah penting sekali untuk mendukung tercapainya pernikahan yang langgeng sampai hari tua. Pernikahan yang bisa saling mengisi dan beradaptasi, bisa mengatasi masalah yang dihadapinya dengan bijaksana dan dewasa.

PERSIAPAN PRANIKAH DARI SISI KESEHATAN REPRODUKSI

1. PEMERIKSAAN KESEHATAN

Pemeriksaan Kesehatan ini dilakukan idealnya adalah 3 bulan sebelum tanggal pernikahan. Manfaatnya untuk :

- Mengetahui status kesehatan calon pengantin (catin)
- Memberikan waktu pengobatan apabila ditemukan masalah kesehatan
- Mencegah penularan penyakit kepada pasangan
- Mempersiapkan kehidupan rumah tangga yang sehat
- Mempersiapkan kehamilan dan menghasilkan keturunan yang sehat dan berkualitas



2. PERSIAPAN GIZI

Pemenuhan gizi seimbang catin, Catin perlu mengkonsumsi lima kelompok pangan dengan seimbang. Kelima kelompok pangan itu adalah makanan pokok, sayuran, lauk pauk, buah-buahan dan minuman. Selain itu upayakan untuk minum air putih kurang lebih 8 gelas/ hari, hindari terlalu banyak minum teh/ kopi.

3. IMUNISASI TETANUS

Imunisasi tetanus diperlukan untuk melindungi ibu dan bayi dari penyakit tetanus. Imunisasi bertujuan untuk mencegah pasangan terutama pada wanita agar tidak terserang oleh virus clostridium teteani, apabila nanti wanita tersebut hamil dan terjadi perlukaan saat persalinan maka si ibu tidak akan mudah mengalami infeksi dan perdarahan

4. MENJAGA KESEHATAN ORGAN REPRODUKSI

- Usahakan organ kemaluan dalam kondisi kering, setelah BAB/BAK lap dengan menggunakan tissue/ handuk yang lembut, kering, bersih, hal ini untuk menghindari timbulnya jamur diarea kemaluan.
- Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat/ katun.
- Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari.
- perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk kedalam organ reproduksi.
- Pada saat haid , seringlah mengganti pembalut paling lama setiap 4 jam sekali.
- Bagi laki-laki, dianjurkan untuk di khitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

5. MENJAGA KESEHATAN JIWA

Sebelum menikah, calon pengantin harus mempersiapkan mental. Karena pada saat pernikahan akan banyak terjadi penyesuaian terhadap karakter pasangan, penyesuaian peran, ekonomi dan sosial. Oleh karena itu sangat penting bagi catin untuk menjaga kesehatan jiwanya sebelum menikah.

Berikut cara menjaga Kesehatan jiwa antara lain:

- Katakan sesuatu yang positif pada diri sendiri.
- Kenali karakter calon pasangan dan keluarga
- Jalin hubungan baik dengan calon pasangan, keluarga maupun orang lain.
- Bersama-sama menjaga Kesehatan keluarga seperti rajin olahraga, konsumsi makanan bergizi seimbang, istirahat yang cukup.
- Tetap menjalani hobi yang positif



TERIMA KASIH

By: Ai Muhayah, Annisa M, Fadilatul M,
Fetty Indah S, Hera D, Indah Mustika S,
Nurhayati, Susilawati, Sri W, Vita P

E. LAMPIRAN SERTIFIKAT



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA

SERTIFIKAT

Nomer.: 803/STIKesMI/D/V/2023

Diberikan kepada:

Dr. Tetty Rina Aritonang, S.ST., M.Keb

Sebagai:

KETUA PELAKSANA

Dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema:

"KEBUTUHAN KONSELING PERSIAPAN PERNIKAHAN PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEDES KABUPATEN KARAWANG"

Karawang, 28 Mei 2023
Di Wilayah Kerja Puskesmas Pedes Kabupaten Karawang

Kepala Program Studi Kebidanan (S1 dan Profesi) Kepala Puskesmas Pedes Kab. Karawang

Farida M Simanjuntak, SST., M.Kes H. Warno Sumarno, SKM, M.M.Ka
NIDN : 03228018103



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA

SERTIFIKAT

Nomer.: 804/STIKesMI/D/V/2023

Diberikan kepada:

Sebagai:

PANITIA

Dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema:

"KEBUTUHAN KONSELING PERSIAPAN PERNIKAHAN PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEDES KABUPATEN KARAWANG"

Karawang, 28 Mei 2023
Di Wilayah Kerja Puskesmas Pedes Kabupaten Karawang

Kepala Program Studi Kebidanan (S1 dan Profesi) Kepala Puskesmas Pedes Kab. Karawang

Farida M Simanjuntak, SST., M.Kes H. Warno Sumarno, SKM, M.M.Ka
NIDN : 03228018103

F. LAMPIRAN SATUAN CARA PENYULUHAN SAP

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

**KEBUTUHAN KONSELING PERSIAPAN PERNIKAHAN PADA WANITA USIA
SUBUR (WUS) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEDES KABUPATEN
KARAWANG TAHUN 2023**



AI MUHAYAH	INDAH MUSTIKA SARI
ANNISA MAULIDA M	NURHAYATI
FADILATUL MUSYAROFAH	SUSILAWATI
FETTY INDAH SARI	SRI WULANDARI
HERA DIANTINA	VITA PURWATI

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DAN PROFESI SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN MEDISTRA INDONESIA Jl. Cut Mutia Raya No. 88A-Kel.Sepanjang
Jaya – Bekasi Telp.(021) 82431375-77 Fax (021) 82431374, Web. [http://stikesmedistra-
indonesia.ac.id](http://stikesmedistra-indonesia.ac.id) Email: stikesmedistraindonesia1@gmail.com**

SATUAN ACARA PENYULUHAN
KEBUTUHAN KONSELING PERSIAPAN PERNIKAHAN PADA WANITA USIA
SUBUR (WUS) DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PEDES KABUPATEN
KARAWANG
TAHUN 2023

I. IDENTITAS

Mata kuliah	: Askeb Pranikah dan Prakonsepsi
Program Studi	: Profesi Kebidanan Alih Jenjang
Semester	: 1 (satu)
Elemen Kompetensi	: Penyuluhan
Jenis Kompetensi	: Pengabdian Masyarakat
Waktu	: Minggu, 28 Mei 2023
Penyuluh	: Mahasiswa
Pokok Bahasan	: Kebutuhan Konseling Persiapan Pernikahan Pada Wanita Usia Subur (WUS)

II. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan penyuluhan diharapkan sasaran dapat mengetahui tentang konseling persiapan pernikahan pada wanita usia subur.

III. Tujuan Khusus

- Diharapkan sasaran dapat memahami persiapan pra nikah
- Diharapkan sasaran dapat menjalani tes kesehatan bagi pasangan yang akan menikah
- Diharapkan sasaran dapat menjelaskan mengenai persiapan pernikahan dari sisi reproduksi
- Diharapkan sasaran dapat memahami manfaat screening pra-nikah

IV. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

Responden diharapkan mampu menjelaskan kembali sedikit materi dari penyuluhan ini dan juga responden diharapkan bisa mempersiapkan pernikahannya sebaik mungkin.

V. DESKRIPSI MATERI

A. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Reproduksi

Pada peraturan pemerintah pun di jelaskan bahwa pada Pasal 13 telah diatur tentang kesehatan reproduksi khususnya untuk pra nikah.

1. Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil bertujuan untuk mempersiapkan perempuan dalam menjalani kehamilan dan persalinan yang sehat dan selamat, serta memperoleh bayi yang sehat.
2. Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil sebagaimana dimaksud pada ayat (1) paling sedikit:
 - a. pemeriksaan fisik;
 - b. imunisasi; dan
 - c. konsultasi kesehatan.
3. Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil berupa pemeriksaan fisik dan imunisasi sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf a dan huruf b harus dilakukan oleh tenaga kesehatan sesuai dengan kompetensi dan kewenangan.
4. Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil berupa konsultasi kesehatan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf c dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan sesuai kompetensi dan kewenangannya dan/atau tenaga non-kesehatan terlatih.

Melihat dari program atau peraturan pemerintah tentang kesehatan reproduksi khususnya pra nikah, kita sebagai bidan atau tenaga kesehatan yang terlatih mempunyai andil dalam melaksanakan program ini.

B. Promosi Kesehatan Pranikah

Konseling pranikah dimaksudkan untuk membantu pasangan calon pengantin untuk menganalisis kemungkinan masalah dan tantangan yang akan muncul dalam rumah tangga mereka dan membekali mereka kecakapan untuk memecahkan masalah.

Konseling pranikah (*premarital counseling*) merupakan upaya untuk membantu calon suami dan calon isteri oleh seorang konselor profesional, sehingga mereka dapat berkembang dan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya melalui cara-cara yang menghargai, toleransi dan dengan komunikasi yang penuh pengertian,

sehingga tercapai motivasi keluarga, perkembangan, kemandirian dan kesejahteraan seluruh anggota keluarga

Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 pengertian pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

Masing agama dan kepercayaan serta tercatat oleh lembaga yang berwenang menurut perundang-undangan yang berlaku. Menikah merupakan tahapan yang penting bagi setiap pasangan yang sudah menemukan belahan jiwa. Setelah cukup lama saling mengenal satu sama lain, berbagi cerita dan berusaha menyatukan ide-ide. Hubungan akhirnya mencapai titik tertinggi. Tentulah persiapan yang matang untuk menjadikannya sebagai saat-saat yang paling indah adalah layak untuk dilakukan. Waktu, tenaga dan dana yang besar diberikan untuk melakukan persiapan pernikahan. Kesibukan menjelang pernikahan tidaknya dirasakan oleh pasangan yang akan menikah namun pihak keluarga juga dibuat pusing olehnya.

Namun seringkali ada yang luput dari list persiapan pra nikah. Selain persiapan pesta pernikahan, sudah sewajarnya pasangan mempersiapkan diri untuk menghadapi bahtera rumah tangga yang akan dijalaninya. Pernikahan tidak semudah apa yang diceritakan oleh cerita-cerita dongeng putri ketika masih kecil. Putri yang cantik dan baik hati yang bertemu dengan pangeran yang tampan akhirnya menikah dan bahagia selama hidupnya (“happily ever after”).

Jika dalam istilah menikah itu harus dipersiapkan lahir batin, yang juga harus diperhatikan dan dimasukkan ke dalam list pra-nikah adalah persiapan kesehatan pasangan. Tidak hanya sehat secara fisik yang harus diperhatikan namun juga sehat menurut definisi yang luas. Berdasarkan definisi sehat menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) adalah keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh dan tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan. Jadi kesehatan pasangan pra nikah penting sekali untuk mendukung tercapainya pernikahan yang langgeng sampai hari tua. Pernikahan yang bisa saling mengisi dan beradaptasi, bisa mengatasi masalah yang dihadapinya dengan bijaksana dan dewasa.

Idealnya tes kesehatan pra nikah dilakukan enam bulan sebelum dilakukan pernikahan. Tes kesehatan pra nikah dapat dilakukan kapanpun selama pernikahan belum berlangsung. Jika pada saat pengecekan ternyata ditemui ada masalah maka pengobatan dapat dilakukan setelah menikah.

C. Tes Kesehatan Bagi Pasangan Yang Akan Menikah

1. Program Pre-Marital Screening

Pre-Marital Screening atau Pre-Marital Check Up terdiri atas beberapa kelompok tes yang dirancang untuk mengidentifikasi adanya masalah kesehatan saat ini atau masalah kesehatan yang akan muncul di kemudian hari saat pasangan hamil dan memiliki anak. Rangkaian pemeriksaan kesehatan tersebut adalah sebagai berikut:

a. Pertama, Pemeriksaan Kesehatan Secara Umum

Pemeriksaan kesehatan umum terdiri dari:

1) Pemeriksaan fisik/ klinis lengkap

Pemeriksaan fisik / klinis lengkap Di antara manfaat pemeriksaan fisik lengkap adalah untuk mengetahui status tekanan darah seseorang. Tekanan darah yang normal adalah salah satu kunci kesehatan. Tekanan darah tinggi atau hipertensi berbahaya saat perempuan hamil, karena dapat menyebabkan pertumbuhan janin terhambat. Pemeriksaan fisik juga bisa mendeteksi gejala obesitas, karena obesitas dapat mempengaruhi tingkat kesuburan. Obesitas selama kehamilan dapat menyebabkan munculnya beberapa resiko seperti diabetes, pre-eklampsia, infeksi saluran kemih, sulit untuk melahirkan tepat waktu, juga meningkatkan resiko keguguran dan kesulitan saat melahirkan.

2) Pemeriksaan darah rutin

Pemeriksaan darah rutin ini meliputi kadar hemoglobin (hb), hematokrit, sel darah putih (leukosit) dan faktor pembekuan darah (trombosit). Para calon ibu perlu mengetahui kadar hb-nya untuk mendeteksi gejala anemia, juga perlu mengetahui adanya gangguan faktor pembekuan darah. Dari hasil pemeriksaan darah dapat diketahui kondisi kadar kolesterol tinggi yang meningkatkan resiko penyakit jantung koroner dan stroke.

Pemeriksaan gula darah yang dilakukan sewaktu puasa dan tidak puasa, dapat mengetahui adanya diabetes mellitus, atau adanya kelainan yang dapat berkembang menjadi diabetes mellitus, seperti intoleransi glukosa. Ibu hamil yang menderita diabetes tidak terkontrol dapat mengalami beberapa masalah seperti janin yang tidak sempurna atau cacat, hipertensi,

hydramnions atau meningkatnya cairan ketuban, meningkatkan resiko kelahiran prematur, serta macrosomia yaitu bayi menerima kadar glukosa yang tinggi dari Ibu saat kehamilan sehingga janin tumbuh sangat besar.

3) Golongan darah dan rhesus

Rhesus adalah sebuah penggolongan atas ada atau tiadanya substansi antigen-D pada darah. Rhesus positif berarti ditemukan antigen-D dalam darah dan rhesus negatif berarti tidak ada antigen-D. Kebanyakan warga bangsa Asia memiliki rhesus positif (+), sedangkan kebanyakan warga bangsa Eropa memiliki negatif (-). Banyak pasangan suami istri tidak mengetahui rhesus darah pasangan masing-masing. Padahal, jika rhesus mereka bersilangan, bisa mempengaruhi kualitas keturunan. Jika seorang perempuan (rhesus negatif) menikah dengan laki-laki (rhesus positif), bayi pertamanya memiliki kemungkinan untuk memiliki rhesus negatif atau positif.

Jika bayi mempunyai rhesus negatif, tidak ada masalah. Tetapi, jika bayi memiliki rhesus positif, masalah mungkin timbul pada kehamilan berikutnya. Bila ternyata kehamilan yang kedua merupakan janin yang memiliki rhesus positif, kehamilan ini berbahaya. Karena antibodi anti rhesus dari ibu dapat memasuki sel darah merah janin. Sebaliknya, tidak masalah jika perempuan memiliki rhesus positif dan lelaki rhesus negatif. Apabila ibu bergolongan darah O sedangkan bayi bukan bergolongan darah O adalah salah satu faktor resiko jaundice atau kuning pada bayi (ABO Incompatibility). Bila diketahui janin memiliki rhesus positif (+) sedangkan ibu memiliki rhesus negatif (-), akan menimbulkan inkompatibilitas rhesus yang bisa mengakibatkan kematian pada janin. Dengan mengetahui rhesus. sebelum hamil, dokter dapat segera mengatasinya.

4) Urinalisis lengkap

Pemeriksaan urin penting dilakukan agar bisa diketahui adanya infeksi saluran kemih (ISK) dan adanya kondisi darah, protein, dan lain-lain yang menunjukkan adanya penyakit tertentu. Penyakit ISK saat

kehamilan beresiko baik bagi ibu maupun bayi, seperti kelahiran prematur, berat janinyang rendah, bahkan resiko kematian saat persalinan.

b. Kedua, Pemeriksaan Penyakit Hereditas

Yang dimaksud dengan penyakit hereditas adalah yang diturunkan dari orangtua. Calon pengantin harus memiliki pemahaman bahwa bila orangtua atau garis keturunannya mengidap penyakit genetik, maka anak yang akan lahir nanti bisa beresiko mengidap penyakit yang sama. Pemeriksaan ini meliputi:

1) Talasemia

Talasemia adalah salah satu penyakit kelainan darah. Penderita penyakitini tidak mampu memproduksi hemoglobin yang normal. Talasemia telahmenjadi salah satu isu kesehatan di Indonesia karena 3-10 % populasi di Indonesia adalah carrier atau pembawa gen talasemia beta, dan 2,6 - 11 % adalah pembawa gen talasemia alfa.

Jika diasumsikan terdapat 5% saja carrier dan angka kelahiran 23 per mildari total populasi 240 juta jiwa di Indonesia, maka diperkirakan terdapat 3.000 bayi penderita thalassemia setiap tahunnya. Saat ini paling tidak tercatat 5.000 pasien talasemia di Indonesia dan diperkirakan angka ini jauh lebih rendah dibandingkan dengan jumlah penderita talasemia di Indonesia yang tidak terdata.

Talasemia mayor merupakan jenis talasemia yang disebabkan “sifat” darah yang dibawa kedua orang tua. Penyakit ini membuat seseorang menjadi tergantung pada transfusi darah dan kesempatan hidupnya terbatas. Di sisi lain, talasemia minor tidak menyebabkan gejala berat dan penderitanya dapat hidup normal, tapi ia tetap membawa “sifat” penyakit talasemia dalam tubuhnya. Jika kedua orang tua mengidap talasemia minor, 25 % kemungkinan anaknya akan mengidap talasemia mayor, 50 % akan mengidap talasemia minor, dan 25 % akan normal.

Jika hanya salah satu orang tua mengidap talasemia minor, 50 % kemungkinan si anak akan mengidap talasemia minor dan 50 % akan normal. Rumus penurunan talasemia berlaku juga pada penyakit hemofilia dan albino. Dengan pengecekan darah, kita dapat memprediksi

kemungkinan yang akan muncul dan mencegah hal yang tidak kita inginkan.

2) Hemofilia

Darah pada seorang penderita hemofilia tidak dapat membeku dengan sendirinya secara normal. Proses pembekuan darah pada seorang penderita hemofilia tidak secepat dan sebanyak orang lain yang normal. Penderita hemofilia lebih banyak membutuhkan waktu untuk proses pembekuan darahnya.

3) Sickle Cell Disease

Sickle Cell Disease (SCD) disebut juga penyakit sel sabit, merupakan penyakit kelainan sel darah merah yang mudah pecah sehingga menyebabkan anemia. Secara statistik penyakit ini lebih banyak ditemukan pada ras Afrika, Timur Tengah dan beberapa kasus di Asia, terutama India.

c. Ketiga, Pemeriksaan Penyakit Menular

Beberapa penyakit menular bisa terdeteksi melalui pemeriksaan pranikah, diantaranya adalah:

1) HIV, Hepatitis B (HBV) dan Hepatitis C (HCV)

Menurut data WHO, saat ini terdapat 4,1 juta jiwa di dunia yang terinfeksi HIV, dimana 95% diantaranya berada di negara berkembang seperti sub-sahara Afrika dan Asia Tenggara. Berdasarkan data dari Kementrian Kesehatan RI, pada tahun 2012 ditemukan 21.511 penderita HIV, dan jumlah ini jauh lebih banyak dibanding tahun sebelumnya. Untuk penderita Hepatitis B saat ini diperkirakan sebanyak 1,8 milyar manusia di dunia, dengan 350 juta jiwa sudah mengalami infeksi kronis; dan diperkirakan 170 juta jiwa di dunia terinfeksi virus Hepatitis C.

Penyakit HIV, Hepatitis B dan C adalah penyakit yang mengancam jiwa manusia. Infeksi virus ini dapat ditularkan melalui darah, hubungan seksual dan cairan tubuh. Penularan HIV juga bisa melalui transfusi darah dan transplantasi organ tubuh. Sedangkan penularan virus Hepatitis B dan C rentan terjadi pada pemakai obat-obatan terlarang melalui jarum suntik.

Pemeriksaan tiga jenis penyakit infeksi ini sangat penting karena virus - virus ini dapat 'diam' atau 'tidur' dalam jangka waktu yang lama tanpa menunjukkan gejala apapun. Menikah dengan seseorang yang membawa virus ini beresiko membahayakan pasangan dan juga calon bayi.

Jika seorang laki-laki mengidap hepatitis B dan akan menikah, calon istrinya harus memiliki kekebalan terhadap penyakit ini. Caranya adalah dengan mendapatkan imunisasi hepatitis B. Inilah manfaat pemeriksaan kesehatan pranikah.

2) TORCH (Toxoplasma, Rubella, Cytomegalovirus, Herpes Simplex Virus)

Tes TORCH berfungsi untuk menguji adanya infeksi penyakit yang bisa menyebabkan gangguan pada kesuburan laki-laki maupun perempuan. Tubuh yang terinfeksi TORCH dapat mengakibatkan cacat atau gangguan janin dalam kandungan. Infeksi TORCH saat kehamilan dapat menyebabkan keguguran, bayi lahir prematur, atau bahkan kelainan bawaan pada bayi.

3) Venereal Disease Screen (pemeriksaan untuk penyakit syphilis) dan IMS

Pemeriksaan untuk penyakit syphilis dan penyakit-penyakit lain yang ditularkan melalui hubungan seksual sexually transmitted infections (STI), infeksi saluran reproduksi (ISR) atau infeksi menular seksual (IMS) selain dapat mendeteksi adanya penyakit tersebut, juga sekaligus bisa melakukan pengobatan sekaligus mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat.

Penyakit seperti chlamydia, gonorrhea, dan HPV atau Human papillomavirus, herpes, penyakit ini semua dapat menimbulkan masalah kesuburan dan masalah saat kehamilan. Jika salah satu calon pengantin atau keduanya menderita ISR/IMS/STI, sebelum menikah ia harus berobat dulu sampai sembuh.

Sebuah survei yang dilakukan Durex, mengungkapkan fakta bahwa 21 % masyarakat Indonesia tidak mengetahui apakah pasangan mereka pernah mengidap infeksi menular seksual (IMS) atau tidak. Sekitar 27 % laki-laki tidak mengetahui bahwa pasangan mereka pernah menderita IMS dan hanya 13 % perempuan yang tidak mengetahui bahwa pasangannya pernah mengidap IMS.

d. Keempat, Pemeriksaan Yang Berhubungan Dengan Organ Reproduksi dan Kesuburan

Pemeriksaan kesehatan yang berhubungan dengan organ reproduksi dan kesuburan ini dilakukan baik untuk laki-laki maupun untuk perempuan.

1) Untuk perempuan

Pemeriksaan untuk perempuan meliputi USG, agar diketahui kondisirahim, saluran telur dan indung telur. Pemeriksaan lebih lanjut seperti HSG (Hysterosalpingogram) untuk mengetahui kondisi tuba falopii dan adakah sumbatan akibat kista, polip endometrium, tumor fibroid, dan lain-lain.

Pemeriksaan selanjutnya diperlukan untuk perempuan yang siklus haidnya tidak teratur atau sebaliknya berlebihan. Hormon yang diperiksa misalnya hormon FSH (follicle stimulating hormone), LH (lutening hormone) dan Estradiol (hormone estrogen).

2) Untuk laki-laki

Selain dilakukan pemeriksaan fisik seperti pemeriksaan penis, skrotum, prostat juga dilakukan pemeriksaan hormon FSH yang berperandalam proses pembentukan sperma serta kadar hormon testosteron. Dapat dilakukan juga analisis semen dan sperma.

e. Kelima, Pemeriksaan Tambahan

Selain berbagai jenis pemeriksaan di atas, diperlukan juga beberapa pemeriksaan dan tindakan kesehatan lainnya, seperti :

1) Alergi

Salah satu yang sering terlewatkan adalah alergi. Alergi adalah sistem kekebalan tubuh yang bereaksi di luar normal terhadap beberapa substansi (alergen) yang tidak berbahaya bagi sebagian besar manusia. Kecenderungan seseorang memiliki alergi adalah karena faktor keturunan, walaupun tidak selalu orang tua yang memiliki bakat alergi akan menurunkannya kepada anak-anaknya. Penting untuk membuat daftar hal-hal yang memicu alergi dari kedua pasangan terutama bila pasangan ada

yang pernah mengalami reaksi anafilaksis yang dapat menyebabkan kematian.

2) Vaksinasi Dewasa

Vaksin yang berkaitan langsung dengan kehamilan adalah vaksin hepatitis B, tetanus, MMR (Measles, Mumps, Rubella), varisela (cacar air), influenza, serta vaksin dewasa lainnya sesuai jadwal imunisasi yang dikeluarkan oleh petugas Satgas Imunisasi Dewasa.

f. Keenam, Pemeriksaan Kesehatan Untuk Ibu dan Calon Ibu

Selain pemeriksaan di atas, ada lima pemeriksaan yang juga direkomendasikan untuk dilakukan oleh calon pengantin perempuan karena mereka akan menjadi calon ibu, juga penting dilakukan oleh para ibu yang sudah memiliki anak, yaitu:

1) Pemeriksaan periodontal

Pemeriksaan ini meliputi pembersihan rutin dan pemeriksaan gusi untuk menjaga gigi dan gusi agar tetap sehat dan bebas dari infeksi serta penyakit. Bagian yang diperiksa adalah sambungan antara gusi dan gigi serta kemungkinan adanya peradangan di sekitar gusi. Hal ini menjadi penting karena perempuan yang memiliki penyakit gusi berisiko 7 kali lipat lebih tinggi melahirkan prematur. Selain itu pada ibu hamil lebih rentan mengalami peradangan gusi akibat adanya perubahan hormon. Karenanya ibu hamil harus lebih sering memeriksakan diri ke dokter yaitu setiap 3-4 bulan sekali, terutama jika sering mengalami gusi berdarah.

2) Pemeriksaan thyroid stimulating hormone (TSH)

Pemeriksaan ini akan menunjukkan apakah kadar hormon tiroid seseorang kurang aktif (hipotiroid) atau justru terlalu aktif (hipertiroid) karena kadar hormon ini bisa mempengaruhi kesehatan perempuan. Pemeriksaan ini penting karena gangguan tiroid dapat mengganggu kesempatan seseorang untuk hamil, misalnya perempuan yang mengalami hipotiroid akan terganggu proses ovulasinya sedangkan hipertiroid bisa meningkatkan risiko keguguran atau kelahiran prematur.

3) Pemeriksaan hitung darah lengkap (complete blood count /CBC).

Pemeriksaan ini dilakukan untuk mengevaluasi seberapa baik sumsum tulang belakang dan sistem kekebalan tubuh bekerja. Jika sel darah putihnya tinggi, hal ini menunjukkan adanya infeksi. Jika kadar hemoglobin rendah, menunjukkan adanya anemia, dan jika kadar platelet rendah menunjukkan adanya masalah dalam pembekuan darah.

Setelah seseorang perempuan memiliki anak, cenderung memiliki periode menstruasi yang berat sehingga membuat seseorang rentan terhadap anemia. Selain itu untuk mengetahui apakah ada gangguan dalam jumlah komponen darahnya.

4) Pap smear

Pap smear dilakukan untuk mendeteksi perubahan prakanker atau kanker pada leher rahim. Biasanya dokter akan mengambil sedikit sampel cairan di leher rahim dan memeriksakannya di laboratorium. Pemeriksaan ini penting dilakukan oleh perempuan yang sudah menikah. Deteksi dini bisa mencegah kondisi yang lebih serius seperti kanker leher rahim.

5) Pemeriksaan kepadatan mineral tulang

Pemeriksaan ini dilakukan untuk mengetahui kepadatan mineral tulang yang dapat memicu osteoporosis. Kondisi ini terjadi saat tulang mulai tipis dan lemah. Untuk memeriksanya biasanya digunakan mesin yang disebut dengan dual energy photon absorptiometer (DEXA). Pemeriksaan ini lebih penting lagi untuk dilakukan bagi perempuan yang memiliki riwayat osteoporosis, atau mengkonsumsi obat tiroid dan steroid.

Masalah bisa bertambah parah saat seorang ibu menyusui. Jika ia tidak mendapatkan kalsium yang cukup, maka tubuh akan mengambilnya dari tulang dan diberikan pada bayi. Karenanya penting untuk mengetahui apakah kepadatan mineral tulangnya masih baik atau sudah berkurang.

D. Persiapan pranikah dari sisi kesehatan reproduksi

Kehidupan pernikahan yang bahagia dan mempunyai keturunan yang sehat, cerdas adalah dambaan setiap orang. Akan tetapi tak jarang banyak permasalahan yang timbul dalam pernikahan, salah satunya masalah Kesehatan. Sebagai contoh

adalah masalah infertilitas, kehamilan berisiko, bayi lahir tidak sehat, keguguran, dll. Oleh karena itu sangat penting sebelum pernikahan untuk mempersiapkan Kesehatan reproduksi kita. Beberapa persiapan pranikah yang terkait dengan kesehatan reproduksi adalah:

1. Pemeriksaan kesehatan

Pemeriksaan Kesehatan ini dilakukan idealnya adalah 3 bulan sebelum tanggal pernikahan. Manfaatnya untuk :

- a) Mengetahui status kesehatan calon pengantin (catin)
- b) Memberikan waktu pengobatan apabila ditemukan masalah kesehatan
- c) Mencegah penularan penyakit kepada pasangan
- d) Mempersiapkan kehidupan rumah tangga yang sehat
- e) Mempersiapkan kehamilan dan menghasilkan keturunan yang sehat dan berkualitas

Pada saat pemeriksaan calon pengantin akan diberikan pertanyaan tentang keluhan Kesehatan yang sedang alami, riwayat Kesehatan, dan deteksi dini adanya masalah kejiwaan.

Kemudian catin akan dilakukan pengukuran tekanan darah, Berat badan, Tinggi badan, Lingkar lengan atas (LILA), tanda- tanda anemia, pemeriksaan darah rutin (Hemoglobin, golongan darah dan rhesus), pemeriksaan urin rutin, dan pemeriksaan lain atas indikasi medis seperti gula darah, IMS, HIV, malaria, thalassemia, Hepatitis B, TORCH. Dan selanjutnya akan diberikan KIE dan konseling Kesehatan reproduksi, pemberian tablet dambah darah, skrining dan imunisasi TT , serta pengobatan sesuai permasalahan Kesehatan.

2. Persiapan gizi

Persiapan gizi perlu dilakukan sebelum menikah, ini berkaitan dengan persiapan kehamilan, dimana proses kehamilan membutuhkan cadangan nutrisi dari ibu. Persiapan gizi meliputi penentuan status gizi dan pemenuhan gizi seimbang.

Status gizi ditentukan dengan pengukuran Indek Massa Tubuh (IMT) serta pengukuran Lingkar Lengan atas bagi Catin perempuan.

Cara penghitungan IMT:

$$\text{IMT} = \frac{\text{Berat Badan (Kg)}}{\text{Tinggi Badan(m)}^2}$$

Interpretasi nilai IMT ditampilkan dalam tabel berikut:

Status Gizi	Kategori	IMT
Sangat Kurus	Kekurangan BB tingkat berat	< 17,0
Kurus	Kekurangan BB tingkat ringan	17 - < 18,5
Normal		18,5 – 25
Gemuk	Kelebihan BB tingkat ringan	> 25-27
Obesistas	Kelebihan BB tingkat berat	> 27

Sedangkan Lingkar Lengan Atas normalnya adalah 23,5 cm. Apabila LiLA catin kurang dari 23,5 artinya catin mengalami KEK (Kurang Energi Kronik). Pemenuhan gizi seimbang catin, Catin perlu mengkonsumsi lima kelompok pangan dengan seimbang. Kelima kelompok pangan itu adalah makanan pokok, sayuran, lauk pauk, buah-buahan dan minuman. Selain itu upayakan untuk minum air putih kurang lebih 8 gelas/ hari, hindari terlalu banyak minum teh/ kopi.

3. Imunisasi tetanus

Imunisasi tetanus diperlukan untuk melindungi ibu dan bayi dari penyakit tetanus. Sebelum pemberian imunisasi tetanus akan dilakukan screening imunisasi tetanus apakah sudah mendapat 5 kali imunisasi/ belum, apabila belum, maka catin perempuan harus melengkapinya di Puskesmas.

4. Menjaga kesehatan organ reproduksi

- a) Usahakan organ kemaluan dalam kondisi kering, setelah BAB/BAK lap dengan menggunakan tissue/ handuk yang lembut, kering, bersih, hal ini untuk menghindari timbulnya jamur diarea kemaluan
- b) Memakai celana dalam dengan bahan yang mudah menyerap keringat/ katun
- c) Pakaian dalam diganti minimal 2 kali dalam sehari
- d) Bagi perempuan, sesudah buang air kecil, membersihkan alat kelamin sebaiknya dilakukan dari arah depan menuju belakang agar kuman yang terdapat pada anus tidak masuk ke dalam organ reproduksi.

- e) Pada saat haid , seringlah mengganti pembalut paling lama setiap 4 jam sekali
- f) Bagi laki-laki, dianjurkan untuk dikhitan atau disunat agar mencegah terjadinya penularan penyakit menular seksual serta menurunkan risiko kanker penis.

5. Menjaga kesehatan jiwa

Sebelum menikah, calon pengantin harus mempersiapkan mental. Karena pada saat pernikahan akan banyak terjadi penyesuaian terhadap karakter pasangan, penyesuaian peran, ekonomi dan sosial. Oleh karena itu sangat penting bagi calon untuk menjaga kesehatan jiwanya sebelum menikah.

Berikut cara menjaga Kesehatan jiwa antara lain:

- a) Katakan sesuatu yang positif pada diri sendiri.
- b) Kenali karakter calon pasangan dan keluarga
- c) Jalin hubungan baik dengan calon pasangan, keluarga maupun orang lain
- d) Bersama-sama menjaga Kesehatan keluarga seperti rajin olahraga, konsumsi makanan bergizi seimbang, istirahat yang cukup.
- e) Tetap menjalani hobi yang positif

E. Manfaat Skreening Pranikah

1. Bagi seorang wanita, skrining pranikah tidak hanya sekedar untuk merencanakan kehamilan, tetapi untuk, menjaga dan memilih kebiasaan untuk hidup sehat.
2. Bagi seorang laki-laki, skrining pranikah berguna untuk memilih untuk menjaga tetap sehat dan membantu orang lain untuk melakukan hal yang sama, dan sebagai mitra wanita berarti mendorong dan mendukung kesehatan pasangannya dan jika menjadi seorang ayah, ia akan melindungi anak-anaknya. Jadi kesehatan prakonsepsi yaitu tentang menyediakan diri sendiri dan orang yang anda cintai dengan masa depan yang cerah dan sehat.
3. Bagi bayi. Skrining pranikah akan membuat orang tua melaksanakan hidup sehat sebelum dan selama kehamilan sehingga akan melahirkan bayi tanpa cacat atau keadaan yang tidak normal lainnya dan memberi kesempatan pada bayi untuk memenuhi kehidupannya dengan sehat.
4. Bagi keluarga. Skrining pranikah akan menciptakan keluarga yang sehat dan akan menciptakan kualitas keluarga yang lebih baik dimasa yang akan datang.

F. Upaya – Upaya Promosi Kesehatan Pada Pasangan Pranikah

Menurut Pratiwi 2011, upaya-upaya promosi kesehatan pada pasangan pranikah sebagai berikut:

1. Upaya promotif

a) Penyuluhan tentang gizi pada pranikah

Pasangan pranikah banyak mengesampingkan nutrisinya dengan alasan sibuk mempersiapkan pernikahannya yang sebenarnya tidak perlu terlalu dipusingkan. Hal ini sering terjadi pada wanita yang sibuk dengan program dietnya yang nanti akan berdampak pada psikologisnya, untuk itu penyuluhan tentang gizi seimbang sangat diperlukan agar tidak terjadi kekurangan nutrisi.

b) Sex Education

Hal ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan pada pasangan pranikah agar hubungannya tetap harmonis. Karena fakta membuktikan banyak pasangan yang bercerai karena kurangnya pendidikan seks sebelum menikah. Pendidikan seks ini dapat kita lakukan dengan cara penyuluhan seperti pendidikan tentang kesehatan reproduksi, PMS (Penyakit Menular Seksual), cara dan waktu berhubungan yang sehat, dan lain-lain.

c) Personal Hygiene

Merupakan salah satu yang menjadi prioritas utama bagi pasangan pranikah. Dimana biasanya pasangan pranikah terutama wanita lebih sering melakukan perawatan yang terdiri dari perawatan payudara, kulit, rambut, kuku, genitalia dll. Tetapi hal ini terkadang tergantung pada budaya masing-masing daerah.

d) Imunisasi CATIN

Imunisasi bertujuan untuk mencegah pasangan terutama pada wanita agar tidak terserang oleh virus clostridium tetani, apabila nanti wanita tersebut hamil dan terjadi perlukaan saat persalinan maka si ibu tidak akan mudah mengalami infeksi dan perdarahan postpartum.

2. Upaya Preventif

a) Pemeriksaan papsmear

Tindakan ini bertujuan untuk mendeteksi ada atau tidaknya seseorang itu terjangkit kanker serviks. Dapat disarankan pada pasangan melakukan pemeriksaan ke laboratorium atau ke rumah sakit.

b) Pemeriksaan Hematologi

Tindakan ini bertujuan untuk mendeteksi ada atau tidaknya seseorang menderita kelainan darah. Seperti terjangkit HIV, TB, virus rubella, virus toxoplasma dan sebagainya. Pemeriksaan ini sebaiknya dilakukan 6 bulan sebelum pernikahan karena dalam jarak waktu yang cukup akan keluar hasil pemeriksaan dan jika ada kelainan dapat dilakukan penanggulangan permasalahannya.

3. Upaya kuratif

Pengobatan TORCH dan kanker serviks pada wanita yang akan menikah dengan memberikan pengobatan secara intensif. Menyakinkan pada pasangan kalau terjangkitnya penyakit tersebut bukan berarti tidak dapat menikah dan menjalani hidup sebagai seorang istri. Perbaiki nutrisi pada pasangan pra nikah untuk memperbaiki tingkat kesuburan pasangan dan mencegah terjadinya infertilitas.

4. Upaya Rehabilitatif

Di dalam upaya rehabilitatif promosi kesehatan pra nikah, dapat mengenai perawatan kanker serviks tingkat lanjut. Memberikan perawatan pada wanita yang akan menikah dan telah menjalani pengobatan lanjutan. Disini dilakukan pemulihan fisik dan mental. Meyakinkan dan memulihkan kepercayaan diri pasien sehingga dapat menjalani hidupnya sebagai seorang istri dan ibu nantinya.

VI. METODE /STRATEGI PENYULUHAN

1. Ceramah
2. Tanya jawab

VII. Media Penyuluhan

1. Leaflet
2. In focus dan PPT

VIII. Kegiatan Penyuluhan

No.	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Mahasiswa	Media	Waktu
1.	Pembukaan : Memberikan salam Memperkenalkan diri Menjelaskan tujuan penyuluhan	Menjawab salam Mendengarkan Mendengarkan Mendengar dan memperhatikan	Ceramah	2 Menit
2.	Kegiatan inti : <ul style="list-style-type: none"> ● Pengertian persiapan pranikah ● Persoalan – persoalan yang berkaitan dengan tes kesehatan bagi pasangan yang akan menikah. ● Persiapan pernikahan dari sisi reproduksi ● Manfaat screening pra-nikah 	Mendengarkan dan memperhatikan. Bertanya dan aktif Menjawab pertanyaan	leaflet	15 Menit

3.	Memberikan kesempatan ibu untuk bertanya dan Mengajukan pertanyaan	Bertanya dengan aktif Menjawab dengan aktif	Tanya Jawab	10 Menit
4.	Evaluasi Hasil Mengevaluasi penjelasan yang telah disampaikan	Mendengarkan dan mampu menjelaskan kembali apa yang telah disampaikan.	Ceramah	2 Menit
5.	Penutup : Kesimpulan Mengucapkan salam dan terimakasih	Menjawabsalam	Ceramah	1 Menit

IX. SUMBER PENYULUHAN

Fahrul Rizal, dkk. 2009. *Humanika*. Jakarta: Hijri Pustaka Utama

Hilda, Islamia. 2015. *Asuhan Kebidanan Pranikah Pada Nn.L Usia 20 Tahun di Desa Cilayung*. Jawa Barat: UNPAD

Sofyan S. Wilis, 2009. *Konseling Keluarga*. Bandung: Alfabeta

<https://www.scribd.com/doc/194966869/Konseling-Pranikah-Islam-kONSELING-PENDEKATAN-iSLAM>

<http://sitinurhadii.blogspot.com/2013/06/aplikasi-lapangan-kerja-konselor.html>

<https://web.bapelkessemarang.id/artikel/persiapan-pranikah-dari-sisi-kesehatan-reproduksi/>

<https://id.scribd.com/document/421288539/Makalah-Asuhan-Kebidanan-Pranikah#logout>