

PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KESIAPAN KESEHATAN PRANIKAH PADA CALON PENGANTIN MELALUI EDUKASI KEBIDANAN KOMUNITAS

Maria Conchita Leyla Centis^{1*}, Febriani C. Marut², Maria A. Jaiman³, Agnelia
V. Badur⁴, Marianti Sherlyani⁵, Kresensia Inggriani⁶, Elfrida J. Bembong⁷,
Ermen N. Wati⁸, Paskalina R.P. Hati⁹

¹⁻⁹Prodi Sarjana Kebidanan, Unika Santu Paulus Ruteng

Email Korespondensi: Conchitaleyla787@gmail.com

Disubmit: 21 Juli 2025 Diterima: 23 Juli 2026 Diterbitkan: 01 Agustus 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i8.27184>

ABSTRAK

Kesehatan pranikah merupakan upaya penting dalam mempersiapkan calon pengantin menuju kehidupan keluarga yang sehat. Kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi, gizi prakonsepsi, dan pemeriksaan kesehatan sebelum menikah dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan pada ibu dan anak. Edukasi kebidanan komunitas menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapan kesehatan calon pengantin. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesiapan kesehatan pranikah pada calon pengantin melalui edukasi kebidanan komunitas. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan metode penyuluhan, ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, dan pembagian leaflet edukasi. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan calon pengantin setelah diberikan edukasi. Peserta lebih memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan pranikah, gizi seimbang, pencegahan anemia, kesehatan reproduksi, dan perencanaan kehamilan sehat. Selain itu, kesiapan peserta dalam menjaga kesehatan sebelum menikah juga meningkat. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung. Edukasi kebidanan komunitas efektif meningkatkan pengetahuan dan kesiapan kesehatan pranikah pada calon pengantin sebagai upaya promotif dan preventif dalam mendukung terbentuknya keluarga sehat.

Kata Kunci: Edukasi, Kesiapan Kesehatan, Pranikah.

ABSTRACT

Premarital health is a crucial step in preparing prospective brides and grooms for a healthy family life. A lack of knowledge regarding reproductive health, preconception nutrition, and premarital health checkups can increase the risk of health problems for both mothers and children. Community midwifery education is one strategy for improving the health knowledge and preparedness of prospective brides and grooms. This activity aims to improve premarital health knowledge and preparedness among prospective brides and grooms through community midwifery education. The activity was conducted as a Community Service (PKM) program using methods such as health education sessions, interactive lectures, discussions, Q&A sessions, and the distribution of

educational leaflets. Evaluation was conducted using pre-tests and post-tests to measure participants' knowledge gains. The results of the activity showed an increase in the knowledge of prospective brides and grooms after receiving education. Participants better understood the importance of premarital health checkups, balanced nutrition, anemia prevention, reproductive health, and healthy pregnancy planning. Additionally, participants' readiness to maintain their health before marriage also improved. Participants showed high enthusiasm throughout the activity. Community midwifery education effectively improves knowledge and premarital health readiness among prospective brides and grooms as a promotive and preventive measure in supporting the formation of healthy families.

Keywords: Education, Health Readiness, Pre-marital.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan pranikah merupakan salah satu komponen penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak serta menurunkan angka kesakitan dan kematian maternal maupun neonatal. Masa pranikah menjadi periode strategis untuk mempersiapkan pasangan dalam aspek kesehatan fisik, mental, dan sosial sebelum memasuki kehidupan berkeluarga dan reproduksi. Namun, berbagai permasalahan masih ditemukan, seperti rendahnya pengetahuan calon pengantin tentang kesehatan reproduksi, kurangnya kesadaran terhadap pentingnya skrining pranikah, serta minimnya pemahaman terkait gizi, penyakit menular, dan faktor risiko kehamilan (Feda Miatius Zulaizeh¹, Tatarini Ika Pipitcahyani², Elfira Nurul Aini³, 2023). Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi kehamilan, kejadian anemia, stunting, serta masalah kesehatan reproduksi lainnya. (Kalsum et al., 2026) Oleh karena itu, intervensi edukatif yang komprehensif menjadi sangat diperlukan untuk meningkatkan kesiapan kesehatan calon pengantin (Delima Manik, Asi Esterina Sarumpaet, Ayumi Asti Azzahra, Retno Wahyuni, Emma Dosriamaya Noni Br Simanjuntak, 2026).

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dirancang sebagai upaya promotif dan preventif melalui pendekatan kebidanan komunitas dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan kesehatan pranikah pada calon pengantin. Edukasi diberikan secara sistematis dengan melibatkan tenaga bidan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat yang memiliki peran strategis dalam memberikan informasi, konseling, serta pendampingan kepada pasangan usia subur (Gampur et al., 2026) (Siregar et al., 2026). Kegiatan ini mengintegrasikan berbagai metode pembelajaran seperti penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, media edukasi untuk mendukung pemahaman yang lebih komprehensif. Dengan pendekatan berbasis komunitas, diharapkan intervensi yang diberikan lebih kontekstual, mudah diterima, dan berkelanjutan.

Program ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesiapan calon pengantin dalam menghadapi kehidupan reproduksi dan perencanaan kehamilan yang sehat. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan untuk: (1) meningkatkan pemahaman calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi, termasuk anatomi fisiologi, siklus reproduksi, serta perencanaan kehamilan; (2) meningkatkan kesadaran tentang pentingnya skrining pranikah, seperti pemeriksaan status gizi, anemia, penyakit menular, dan

kondisi kesehatan kronis; (3) memberikan edukasi terkait pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang sejak sebelum kehamilan; (4) membekali calon pengantin dengan informasi mengenai kesehatan mental, kesiapan psikologis, serta perencanaan keluarga; dan (5) mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat sebelum memasuki masa kehamilan. Selain itu, program ini diharapkan mampu meningkatkan akses informasi kesehatan, memperkuat peran bidan dalam pelayanan promotif dan preventif di masyarakat, serta mendukung pencapaian program kesehatan nasional, khususnya dalam menurunkan angka kematian ibu dan bayi serta prevalensi stunting.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Kesehatan pranikah merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan kualitas kehamilan, persalinan, dan kesehatan bayi yang akan dilahirkan. Namun, di lapangan masih ditemukan berbagai permasalahan yang menunjukkan bahwa kesiapan calon pengantin dari aspek kesehatan belum optimal (Adyani & Wulandari, 2023) (Septina et al., 2025).

Pertama, rendahnya pengetahuan calon pengantin tentang kesehatan reproduksi dan pranikah. Banyak calon pengantin belum memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah, seperti skrining anemia, penyakit menular seksual, status gizi, dan kesiapan psikologis. Edukasi yang diperoleh masih terbatas dan belum terstruktur.

Kedua, rendahnya cakupan skrining kesehatan pranikah. Tidak semua calon pengantin melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum menikah karena kurangnya kesadaran, keterbatasan akses layanan, serta minimnya informasi dari tenaga kesehatan.

Ketiga, tingginya risiko masalah kesehatan pada kehamilan yang berawal dari kondisi pranikah yang tidak optimal, seperti anemia, kekurangan energi kronis (KEK), dan penyakit infeksi. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi kehamilan, persalinan, bahkan stunting pada anak.

Keempat, kurangnya pemanfaatan peran bidan dalam edukasi kebidanan komunitas. Padahal, bidan memiliki posisi strategis dalam memberikan penyuluhan, pendampingan, serta intervensi promotif dan preventif kepada calon pengantin di masyarakat.

Kelima, metode edukasi yang digunakan masih konvensional dan kurang menarik, sehingga belum mampu meningkatkan pemahaman dan kesiapan calon pengantin secara optimal. Dibutuhkan pendekatan edukasi yang lebih inovatif, komunikatif, dan berbasis kebutuhan masyarakat.

Berdasarkan kondisi tersebut, penulis dapat membuat rumusan masalah “Apakah terdapat peningkatan Pengetahuan dan Kesiapan Kesehatan Pranikah pada Calon Pengantin setelah diberikan Edukasi?”



Gambar 1. Lokasi PKM

3. KAJIAN PUSTAK

Kesehatan pranikah merupakan bagian integral dari upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan reproduksi yang bertujuan mempersiapkan calon pengantin secara fisik, mental, dan sosial sebelum memasuki kehidupan berkeluarga. Dalam perspektif kebidanan komunitas, pendekatan ini menekankan pada pemberdayaan individu dan masyarakat melalui edukasi, deteksi dini risiko, serta intervensi berbasis kebutuhan komunitas. Konsep ini sejalan dengan pendekatan continuum of care dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak, yang menempatkan fase prakonsepsi sebagai titik awal penting dalam mencegah komplikasi kehamilan, persalinan, dan neonatal (Hasanah et al., 2022) (Octamelia & Prastyo, 2022) (Marisa Marcelina Limbong, Imella Annisah, 2026). Pengetahuan calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi, gizi, penyakit menular, serta kesiapan psikologis memiliki hubungan erat dengan kualitas kehamilan dan kesehatan generasi berikutnya. Oleh karena itu, edukasi kebidanan komunitas menjadi strategi kunci dalam meningkatkan literasi kesehatan dan membentuk perilaku sehat sejak sebelum kehamilan terjadi (Mauliasari, Sunarsih, Anggraini, 2024) (Desy Rahmaliani, Fanni Hanifa, 2024).

Rencana program edukasi pranikah dalam kebidanan komunitas didasarkan pada teori perubahan perilaku, seperti Health Belief Model dan Theory of Planned Behavior, yang menekankan bahwa peningkatan pengetahuan akan mempengaruhi sikap dan pada akhirnya membentuk perilaku kesehatan. Program dirancang secara sistematis melalui tahapan pengkajian kebutuhan, perencanaan intervensi, pelaksanaan edukasi, serta evaluasi hasil. Bentuk intervensi dapat berupa kelas edukasi pranikah, konseling individu atau pasangan, serta penggunaan media edukatif seperti leaflet. Materi yang diberikan meliputi kesehatan reproduksi, skrining pranikah, gizi seimbang, pencegahan anemia, kesiapan psikologis, dan perencanaan kehamilan. Pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas menjadi penting untuk meningkatkan keterlibatan calon pengantin serta memastikan keberlanjutan program. Selain itu, kolaborasi lintas sektor seperti tenaga kesehatan, kader, dan institusi terkait juga memperkuat efektivitas implementasi program.

Kegiatan PKM ini memiliki signifikansi yang tinggi dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak serta pencegahan berbagai masalah kesehatan sejak tahap pranikah. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesiapan calon pengantin, diharapkan terjadi penurunan

risiko kehamilan berisiko, anemia, stunting, serta penyakit menular yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu dan bayi. Secara akademik, kegiatan ini berkontribusi dalam pengembangan model edukasi kebidanan komunitas yang berbasis bukti dan dapat direplikasi di berbagai setting masyarakat. Selain itu, program ini juga memperkuat peran bidan sebagai educator dan agent of change dalam komunitas. Dari sisi praktis, hasil kegiatan dapat menjadi dasar rekomendasi bagi pengembangan kebijakan kesehatan pranikah di tingkat lokal maupun nasional, serta mendukung integrasi layanan prakonsepsi dalam sistem pelayanan kesehatan yang lebih komprehensif (Maimunah et al., 2025) (Setianingsih et al., 2026).

4. METODE

Kegiatan PkM dilaksanakan di Desa Satar Tesem. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi. Peserta dalam kegiatan ini adalah pasangan calon pengantin. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 10 orang. Adapun Langkah-langkah dalam kegiatan pkM:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini yang dilakukan adalah mengurus perizinan ke mitra

b. Tahap Pelaksanaan.

Kegiatan edukasi dilaksanakan pada hari tanggal Minggu 23 November 2025 pukul 09.00-12.00 WITA yang Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab. Materi yang diberikan secara langsung dan menggunakan alat bantu LCD dan leaflet.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan judul *“Peningkatan Pengetahuan dan Kesiapan Kesehatan Pranikah pada Calon Pengantin melalui Edukasi Kebidanan Komunitas”* telah dilaksanakan pada calon pengantin di wilayah kerja fasilitas pelayanan kesehatan setempat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman calon pengantin mengenai kesehatan pranikah, kesiapan reproduksi, pencegahan penyakit, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah. Hasil rata-rata pretest dari peserta kegiatan ini yaitu 40 setelah diberikan edukasi tentang kesiapan Kesehatan pranikah nilai post test yaitu 96. Sebelum dilakukan edukasi dilakukan sesi tanya jawab terkait Kesiapan Kesehatan dari para peserta kegiatan didapatkan bahwa sejauh ini belum ada persiapan terkait Kesehatan pranikah. Setelah diberikan edukasi, para peserta sangat antusias dan siap untuk melakukan skrining pranikah.



Gambar 2. Kegiatan PKM



Gambar 3. Kegiatan PKM

b. Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan calon pengantin setelah diberikan edukasi kebidanan komunitas. Sebelum intervensi dilakukan, sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai pentingnya kesehatan pranikah, pemeriksaan kesehatan sebelum menikah, pencegahan anemia, serta persiapan reproduksi sehat. Setelah edukasi diberikan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman pada hampir seluruh materi yang disampaikan.

Perbedaan ini terlihat dari hasil pre-test dan post-test yang menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta. Sebelum edukasi, peserta cenderung hanya memahami kesehatan pranikah sebatas pemeriksaan fisik menjelang pernikahan. Namun setelah edukasi, peserta mulai memahami bahwa kesehatan pranikah juga mencakup kesiapan fisik, psikologis, reproduksi, gizi, dan sosial dalam membangun keluarga sehat.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa pemberian informasi melalui metode edukatif dapat meningkatkan pengetahuan individu. Edukasi kesehatan memberikan stimulus yang mampu mempengaruhi kemampuan seseorang dalam memahami dan menerima informasi baru. Dalam konteks kebidanan komunitas, edukasi yang dilakukan secara komunikatif dan interaktif

mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap isu kesehatan reproduksi (Dewi et al., 2025) (Ellina & Switaningtyas, 2026).

Selain itu, hasil kegiatan ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa edukasi pranikah efektif meningkatkan pengetahuan calon pengantin mengenai kesehatan reproduksi dan pencegahan risiko kehamilan. Penelitian lain menunjukkan bahwa calon pengantin yang mendapatkan pendidikan kesehatan memiliki tingkat kesiapan yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang belum memperoleh edukasi (Conchita et al., 2026).

Jika dibandingkan dengan kondisi sebelum edukasi, peserta setelah kegiatan menjadi lebih mampu menjelaskan pentingnya konsumsi gizi seimbang, pemeriksaan kesehatan rutin, serta upaya pencegahan stunting sejak masa prakonsepsi. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kebidanan komunitas tidak hanya meningkatkan pengetahuan teoritis, tetapi juga membentuk pemahaman praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

6. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) melalui edukasi kebidanan komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan kesehatan pranikah pada calon pengantin. Setelah diberikan edukasi, peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, gizi prakonsepsi, pemeriksaan kesehatan sebelum menikah, serta pentingnya perencanaan kehamilan sehat. Selain itu, terjadi perubahan kesiapan peserta dalam menjaga kesehatan fisik dan reproduksi sebagai upaya membangun keluarga sehat dan mencegah risiko masalah kesehatan pada ibu dan anak. Edukasi yang dilakukan secara interaktif dan berbasis komunitas mampu meningkatkan partisipasi serta kesadaran calon pengantin terhadap pentingnya persiapan kesehatan sejak sebelum menikah.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, K., & Wulandari, C. L. (2023). *Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Calon Pengantin Dalam Kesiapan Menikah Kartika*.
- Conchita, M., Centis, L., Dewi, I. R., Maria, P., & Bandur, Y. (2026). *Knowledge Of Premarital Screening Among Prospective Brides And Grooms As A Determinant Of Visits To Healthcare Facilities*. 17(1), 32-34.
- Delima Manik, Asi Esterina Sarumpaet, Ayumi Asti Azzahra, Retno Wahyuni, Emma Dosriamaya Noni Br Simanjuntak, K. S. (2026). *Peningkatan Pengetahuan Calon Pengantin Melalui Edukasi Kesiapan Pranikah Dan Skrining Kesehatan*. 4(1), 131-136.
- Desy Rahmaliani, Fanni Hanifa, I. K. (2024). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Terhadap Catin Wanita Dalam Persiapan Pranikah Di Puskesmas Ciputat Tahun 2023*. 3(6), 2705-2710.
- Dewi, A. R., Fitria, H., Putri, W., Kesehatan, F., Bidan, P. P., Kesehatan, I. I., & Wiyata, B. (2025). *Efektifitas Komunikasi Informasi Dan Edukasi (Kie) Kepada Calon Pengantin Putri Terhadap Pengetahuan Persiapan Kehamilan Sehat*. 9(1).
- Ellina, A. D., & Switaningtyas, W. (2026). *Edukasi Pra-Nikah Untuk Mencegah*

- Berat Badan Lahir Rendah (Bblr). 8(2), 504-509.
<https://doi.org/10.36565/Jak.V8i2.1132>
- Feda Miatas Zulaizah¹, Tatarini Ika Pipitcahyani², Elfira Nurul Aini³, S. M. S. (2023). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Calon Pengantin Mengenai Kesehatan Pranikah*. 4, 13-22.
<https://doi.org/10.36082/Jmswh.V4i1.1100>
- Gampur, I. R., Zakiah, S., & Sulastina, E. (2026). *Peningkatan Pengetahuan Remaja Dan Calon Pengantin Melalui Konsultasi Dan Konseling Pra Nikah Serta Edukasi Kesehatan Reproduksi Di Kecamatan Tabanan*. 4(1), 1-6.
- Hasanah, W. K., Pratomo, H., Ashor, F. L., Mulyana, E., Jumhati, S., & Lova, S. M. (2022). *Analisis Pelaksanaan Edukasi Pranikah Terkait Kesehatan Reproduksi Pada Pasangan Calon Pengantin Muslim (Narrative Literature Review)*. 10(2), 53-66.
- Kalsum, U., Wahyuni, S., Mustika, A., & Rizki, F. (2026). *Hubungan Pengetahuan Dan Pemanfaatan Asuhan Pra Nikah Dengan Kesiapan Kesehatan Pra Konsepsi Pada Calon Pengantin*. 8, 1357-1362.
- Maimunah, S., Issabella, C. M., Studi, P., Kebidanan, M., Guna, S., Yogyakarta, B., Artikel, I., Kesehatan, E., Pengantin, C., Maimunah, S., Studi, P., & Kebidanan, M. (2025). *Pemberdayaan Calon Pengantin (Catin) Melalui Edukasi Kesehatan Tentang Kehamilan Sehat Di Kua Kecamatan Tanjung Pura Langkat*. 4(2), 106-115.
- Marisa Marcelina Limbong, Imella Annisah, E. N. (2026). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pranikah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Calon Pengantin Di Puskesmas Cikeusik Tahun 2025 Marisa*. 10(1).
- Mauliasari, Sunarsih, Anggraini, I. A. Y. (2024). *Pengaruh Edukasi Dengan Media Leaflet Terhadap Kesiapan Calon Pengantin Dalam Kehamilan*. 12.
- Octamelia, M., & Prastyo, Y. (2022). *Advokasi Dan Bimbingan Pra Nikah Tentang Kesehatan Reproduksi Bagi Calon Pengantin*. 2(1), 5-9.
- Septina, Y., Asrina, A., & Ipa, I. (2025). *Pengaruh Kelas Pranikah Berbasis Online Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Calon Pengantin Tentang Kesehatan Reproduksi*. *Journal Of Midwifery Care*, 5(02), 360-368.
<https://doi.org/10.34305/Jmc.V5i02.1685>
- Setianingsih, A., Miladya, A. A., Hasna, S., Sary, F., Asri, S. B., Zhahiirah, K., Irawan, T., & Indriyani, Y. (2026). *Evaluasi Penggunaan Aplikasi Elsimil Dalam Mendukung Kesiapan Pranikah Calon Pengantin Di Kecamatan Batang*.
- Siregar, N., Leonita, E., Dewi, O., Ismainar, H., & Hanafi, A. (2026). *Penguatan Edukasi Kesehatan Reproduksi Dan Pencegahan Seks Pranikah Pada Calon Pengantin Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Lala Kabupaten Indragiri Hulu*. 5(2), 2348-2359.