

PENGUKURAN INDIKATOR KESEHATAN PREKONSEPSI UNTUK MENCEGAH KEHAMILAN YANG TIDAK DIINGINKAN

**Luh Seri Ani¹⁾, Ni Wayan Arya Utami²⁾,
I Gusti Ayu Sri Darmayani³⁾, I Komang Ari Mogi⁴⁾**

^{1,2)}Departemen Kesehatan Masyarakat dan Kedokteran pencegahan,
Fakultas Kedokteran, 'Universitas Udayana, Bali, Indonesia

³⁾Departemen DME/Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Bali, Indonesia

⁴⁾Departemen Ilmu Komputer, FMIPA Universitas Udayana, Bali, Indonesia
seriani@unud.ac.id

Abstract

Seke teruna teruni (STT) is a youth association formed by a traditional village. STT members are teenagers aged 13 and over and are unmarried both male and female. Socialization and measurement of preconception health indicators were carried out to prevent adolescents in the STT group from experiencing preconception health problems such as early pregnancy (under the age of 20 years) and or unwanted pregnancy. This program was carried out at the Sidekarya Sidemen Karangasem in July 2022 with the target being adolescent members of the Eka Bhuana Bhina Yatra STT group. A total of 18 teenagers were willing to participate in this service activity. Socialization is carried out through the screening of preconception health videos, questions and answers, game play, height measurements, weight, and filling out a preconception health screening questionnaire. The target teenager was very enthusiastic about watching the video that was shown. This can be seen by the number of questions asked by participants regarding the content of the video. Similarly, when the game started, teenagers who were divided into 3 groups were very excited to express their opinions in answering preconception health behavior questions. As for preconception health screening activities, all participants measured their height and weight. Teenagers are also taught to calculate their respective ideal weights. This activity is expected to provide new insights.

Keywords: early detection, preconception health, adolescent.

Abstrak

Seke teruna teruni (STT) merupakan perkumpulan remaja yang dibentuk oleh desa adat. Anggota STT adalah remaja berusia 13 ke atas dan belum menikah baik laki-laki maupun perempuan. Sosialisasi dan pengukuran indikator kesehatan preconsepsi dilakukan untuk mencegah remaja kelompok STT mengalami masalah kesehatan preconsepsi seperti kehamilan dini (dibawah usia 20 tahun) dan atau kehamilan yang tidak diinginkan. Pengabdian ini dilaksanakan di banjar Sidekarya Sidemen Karangasem pada bulan Juli 2022 dengan target sasaran adalah remaja anggota kelompok STT Eka Bhuana Bhina Yatra. Sebanyak 18 orang remaja bersedia berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini. Sosialisasi dilakukan melalui pemutaran video kesehatan preconsepsi, tanya jawab, permainan game, pengukuran tinggi badan, berat badan, serta pengisian kuisioner screening kesehatan preconsepsi. Remaja sasaran sangat antusias menonton video yang ditayangkan. Hal ini terlihat dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh partisipan terkait isi video tersebut. Begitu pula pada saat permainan game dimulai, remaja yang dibagi menjadi 3 kelompok sangat bersemangat menyampaikan opini dalam menjawab pertanyaan perilaku kesehatan preconsepsi. Sedangkan untuk kegiatan screening kesehatan preconsepsi, semua partisipan diukur tinggi badan dan berat badannya. Remaja juga diajarkan menghitung berat badan ideal masing masing. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi teruna teruni anggota STT dalam mempersiapkan diri menjadi calon ibu atau ayah.

Keywords: deteksi dini, kesehatan preconsepsi, remaja.

PENDAHULUAN

Kesehatan prekonsepsi adalah semua intervensi yang diberikan bagi wanita usia subur yang belum hamil untuk memperbaiki keluaran kehamilan (Dean s., dkk, 2017). Sedangkan WHO mendefinisikan kesehatan prekonsepsi adalah penyediaan layanan biomedis, intervensi kesehatan perilaku dan sosial untuk wanita dan pasangan sebelum pembuahan terjadi (WHO, 2013a). Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak dalam jangka pendek maupun jangka panjang (WHO, 2013a).

Remaja merupakan salah satu yang berisiko mengalami masalah kesehatan prakonsepsi mulai dari kehamilan yang tidak diinginkan, hingga perilaku negatif yang berisiko memperburuk status kesehatan mereka. Federasi internasional ginekologi dan obstetri (FIGO) mengeluarkan rekomendasi terhadap kelompok remaja, prekonsepsi dan nutrisi ibu hamil. Salah satu rekomendasi yang dikeluarkan adalah menyediakan akses yang seluas luasnya dalam layanan prekonsepsi bagi wanita usia produktif melalui perencanaan dan persiapan kehamilan yang sehat dan anak yang sehat (Hanson MA., et all, 2015).

Saat ini, sebesar 41% wanita di Dunia melaporkan bahwa kehamilan mereka tidak direncanakan (WHO, 2013a). Dampaknya adalah wanita hamil tidak mendapatkan intervensi penting yang dibutuhkan pada setiap wanita dan pasangannya. Masalah ini bertambah berat oleh karena ibu hamil juga mengalami masalah kekurangan nutrisi dan anemia defisiensi besi yang meningkatkan risiko kematian ibu hamil sebesar 20%. Masalah lain yang

dihadapi remaja adalah kurangnya akses layanan kesehatan prakonsepsi bagi remaja sehubungan dengan terbatasnya informasi dan adanya persepsi “tabu” bagi remaja untuk mengunjungi layanan kesehatan prekonsepsi.

Remaja perlu memahami bagaimana cara menjaga kesehatan mereka hingga masa hamil nanti sehingga mampu melahirkan generasi yang sehat pula. Beberapa hasil penelitian mendapatkan bahwa pengetahuan tentang kesehatan prekonsepsi masih rendah berkisar antara 26,8% - 38,4% (Fekene., DB.dkk., 2020; Walaa H. Ibrahim dkk., 2019). Penelitian kualitatif terhadap wanita usia reproduktif di UK juga mendapatkan bahwa kesadaran terhadap pentingnya kesehatan prekonsepsi masih rendah (Laora McGowan, 2020). Penelitian kualitatif juga dilakukan terhadap remaja di Sidemen Kabupaten Karangasem tahun 2020 juga mendapatkan bahwa pengetahuan remaja tentang kesehatan prekonsepsi juga rendah (Gusti Ngurah Prana Jagannatha, dkk., 2020).

Berdasarkan hal tersebut diatas, pengukuran indikator kesehatan prekonsepsi bagi remaja perlu dilaksanakan. Dengan tujuan meningkatkan pengetahuan remaja dan membentuk perilaku remaja dalam menjaga kesehatan prekonsepsi. Seke teruna teruni (STT) Eka Bhuana Bhina Yatra merupakan perkumpulan remaja yang dibentuk oleh desa adat di desa Tebola Sidemen Karangasem. STT ini beranggotakan 136 remaja berusia 13 ke atas dan belum menikah. Berdasarkan hasil penelusuran awal, STT Eka Bhuana Bhina Yatra belum pernah mendapatkan intervensi tentang

kesehatan preconsepsi. Untuk mencegah remaja kelompok STT Eka Bhuana Bhina Yatra mengalami masalah kesehatan preconsepsi, maka sosialisasi dan pengukuran indikator kesehatan preconsepsi dilakukan.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui kegiatan sosialisasi kesehatan preconsepsi serta pengukuran indikator kesehatan preconsepsi seperti perilaku merokok, minum alkohol, riwayat vaksinasi, perilaku seksual, riwayat penyakit yang diderita remaja serta pengukuran antropometri.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Banjar Sidekarya Sidemen Karangasem pada bulan Juli 2022. Kegiatan diikuti oleh 18 remaja anggota STT Eka Bhuana Bhina Yatra. Kegiatan dilakukan dengan 3 tahap yaitu pemutaran video kesehatan preconsepsi, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab, permainan mencocokkan kata serta permainan lotre kasus kesehatan preconsepsi, dan tahap 3 adalah pengukuran indikator kesehatan preconsepsi dengan mengukur berat badan, tinggi badan serta indikator lainnya. Kegiatan dimulai dari pukul 9 pagi sampai pukul 13.00 wita.

Kegiatan pengabdian dimulai dengan menentukan waktu kegiatan pengabdian diselenggarakan. Berdasarkan kesempatan dan kesepakatan antara tim pengabdian, Ketua STT, Kelian banjar serta pihak puskesmas, maka ditentukan tanggal kegiatan pada hari Sabtu, 16 Juli 2022, pk 09.00-13.00 Wita.

Kegiatan sosialisasi dibuka oleh Kadus Banjar Sidekarya, dan dilanjutkan dengan pemutaran video kesehatan preconsepsi, tanya jawab,

permainan game serta pengukuran indikator kesehatan preconsepsi. Kegiatan diakhiri dengan makan dan foto Bersama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian di laksanakan di Balai banjar, Banjar Sidekarya, Sidemen Karangasem. Spanduk pengabdian dipasang di Depan banjar sebagai pemberitahuan kepada masyarakat sekitar bahwa di balai banjar sedang berlangsung Kegiatan sosialisasi kesehatan preconsepsi bagi STT. Adapun spanduk yang dipasang seperti ditampilkan pada gambar 1.



Gambar 1. Spanduk pengabdian

Pada gambar 2. ditunjukkan bahwa sosialisasi tentang kesehatan preconsepsi melalui pemutaran video. Acara sosialisasi dilanjutkan dengan berdiskusi atau tanya jawab antara peserta dengan penceramah.



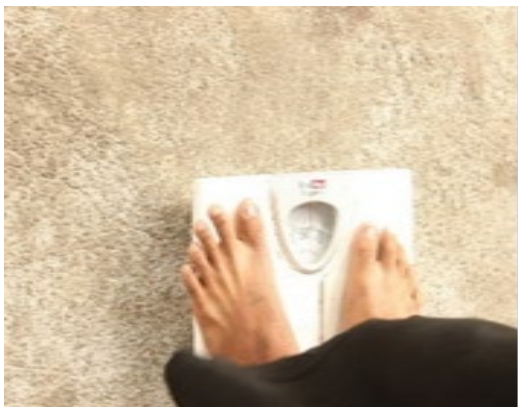
Gambar 2 Sosialisasi tentang kesehatan preconsepsi melalui pemutaran Video



Gambar 4. Salah satu kelompok peserta sosialisasi kesehatan prekonsepsi melalui permainan

Dalam diskusi didapatkan bahwa remaja anggota STT sangat antusias menonton video. Penyebaran informasi melalui media video lebih menarik minat remaja untuk memperhatikan materi yang dibagikan dibanding metode wawancara. Medio video dianggap lebih menarik disbanding dengan metode ceramah (LS. Ani dkk., 2022)

Rasa ingin tau remaja anggota STT sangat besar berdasarkan gencarnya mereka mengajukan pertanyaan ke penceramah, seperti ditunjukkan pada gambar 3



Gambar 5. Pengukuran berat badan

Dalam permainan mencocokkan kata serta lotre kasus, peserta kegiatan dibagi menjadi 3 kelompok, masing-masing terdiri dari 6 orang, seperti terlihat pada gambar 4. Untuk permainan yang pertama yaitu

mencocokkan kata. Peserta diberikan 3 soal masing-masing kelompok. Kelompok yang mendapatkan nilai tertinggi diberikan hadiah. Dan sampai akhir permainan, nilai dinyatakan seri atau semua kelompok mampu menjawab dengan benar.

Pada permainan ke dua yaitu lotre kasus, dilakukan dengan mengocok kertas guung yang didalamnya sudah ditulis tentang berbagai kasus kesehatan prekonsepsi. Kertas yang jatuh kemudian dibaca. Kelompok yang giliran mengocok lotre memberikan tanggapan lisan tentang kasus yang tertulis pada kertas lotre yang keluar. Pengocokan lotre dilakukan bergiliran dari kelompok 1 ke kelompok lainnya, sampai pertanyaan atau lotre habis



Gambar 3. Diskusi tentang kesehatan prekonsepsi

Pada kegiatan pengukuran status kesehatan prekonsepsi semua remaja anggota STT yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian dilakukang pengukuran berat badan dan tinggi badan, seperti pada gambar 5 dan 6. Pada remaja STT juga dipraktekkan cara menghitung berat badan ideal masing masing.



Gambar 6. Pengukuran Tinggi Badan

Selain itu setiap remaja dilakukan wawancara tentang hal-hal menyangkut kesehatan preconsepsi yang seharusnya mereka persiapkan sejak remaja, seperti kondisi kesehatan secara umum, status vaksinasi, kebiasaan mengonsumsi makanan bergizi, kebiasaan merokok serta status vaksinasi bagi remaja.

Kesehatan preconsepsi adalah status kesehatan sebelum hamil melalui penyediaan intervensi kesehatan, perilaku dan sosial untuk wanita dan pasangan sebelum pembuahan terjadi. Upaya ini bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan mereka, dan mengurangi perilaku dan individu dan lingkungan faktor yang berkontribusi pada kesehatan ibu dan anak yang buruk. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Peluang untuk mencegah dan mengendalikan penyakit di beberapa tahap kehidupan, kesehatan masyarakat yang kuat, program yang menggunakan perspektif kehidupan khususnya dari masa kanak-kanak dan remaja sampai dewasa. Perawatan preconsepsi berkontribusi pada upaya ini. Bahkan jika perawatan preconsepsi

bertujuan terutama untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak akan membawa manfaat kesehatan bagi para remaja, wanita dan pria, terlepas dari rencana mereka menjadi orang tua (WHO, 2013). Empat dari 10 wanita melaporkan bahwa kehamilan mereka tidak terencana (WHO, 2013). Sebagai hasil, intervensi kesehatan esensial disediakan sekali bagi seorang wanita dan pasangannya yang memutuskan untuk memiliki anak. Kekurangan gizi ibu dan kekurangan zat besi anemia meningkatkan risiko kematian ibu sebesar 20% di seluruh dunia. Kematian perinatal adalah 50% lebih tinggi di antara anak-anak yang lahir dari ibu di bawah 20 tahun dibandingkan dengan ibu berusia 20–29 tahun. Hingga 35% kehamilan di antara wanita dengan gonokokus yang tidak diobati, berat lahir bayi rendah, kelahiran prematur, hingga 1 kematian perinatal (WHO, 2013b).

Dengan tidak adanya intervensi, tingkat HIV transmisi dari ibu untuk anak berusia antara 15 tahun dan 45% (WHO, 2013b). Kekerasan terhadap anak perempuan yang merugikan secara fisik, psikologis dan menimbulkan konsekuensi reproduktif, juga meningkatkan risiko kelahiran prematur prematur dan bayi berat lahir rendah (WHO, 2010). Wanita dengan epilepsi meningkatkan risiko mengalami bayi dengan anomali bawaan (baik epilepsi dan obat-obatan diberikan untuk kontrolnya mungkin memiliki efek buruk bayi)

Menghindari rokok sebelumnya atau selama kehamilan bisa mencegah 5-7% dari kematian terkait prematur.

Zoe F. Cairncross dkk., (2019) meneliti tentang kesehatan reproduksi diantara mahasiswa. Sebanyak 241 siswa baru tamat. Kekurangan distribusi informasi kesehatan preconsepsi oleh dokter didukung oleh

penelitian. Mahasiswi baru tamat yang disurvei adalah yang pernah mengunjungi ginekologis, 77% dilaporkan bahwa gynecologis tidak mendiskusikan perilaku dan eksposur yang berbahaya selama hamil, dan 86% dilaporkan bahwa ginekologis tidak mendiskusikan perilaku positive yang dapat meningkatkan kemungkinan memiliki bayi sehat (Zoe F. Cairncross dkk., 2019). Peneliti lain menguji 1,796 laki-laki dan 940 wanita tentang kesadaran terhadap kesehatan preconsepsi dan perilaku kesehatan preconsepsi spesifik. Ketika ditanya apakah mereka pernah melihat, mendengar, atau membaca apapun tentang rekomendasi preconsepsi di tahun lalu, 52% laki-laki dan 43% wanita mengatakan belum pernah (Kirsten A. Oinonen, dkk., 2017).

Membantu wanita menjamin kesehatan fisik sebelum hamil adalah sangat penting. Untuk mencegah NTD, menkonsumsi asam folat adalah perilaku yang harus diinisiasi selama periode preconsepsi lebih efektif. Risiko NTD sangat hebat jika NTD dibentuk antara 19-27 hari setelah konsepsi. Dalam penelitian yang sama juga didapatkan bahwa kesadaran tentang kesehatan reproduktif pada laki laki dan wanita mahasiswa, menemukan bahwa hanya 32% dari mahasiswa benar menjawab bahwa folic acid sebagai substansi yang terbukti efektif menurunkan NTD (Zoe F. Cairncross. Dkk., 2019). Peneliti lain juga menemukan bahwa mahasiswi memiliki pengetahuan yang kurang tentang kesehatan preconsepsi (Natalie Hemsing dkk., 2017). Hal yang sama dijumpai oleh Kirsten A. Oinonen, dkk., (2017) menemukan hanya 22,2% dari wanita dilaporkan menerima informasi kesehatan reproduksi dari penyedia layanan kesehatan mereka.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian bagi masyarakat telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 16 Juli 2022 di Banjar Sidekarya, Sidemen Karangasem. Sasaran kegiatan adalah 18 remaja kelompok STT Eka Bhuana Bhina Yatra. Remaja anggota STT diberikan pengetahuan tentang kesehatan preconsepsi serta dilakukan pengukuran indikator kesehatan preconsepsi seperti pengukuran berat badan, tinggi badan, pengukuran status merokok, vaksinasi, kondisi kesehatan secara umum serta kebiasaan mengkonsumsi makanan bergizi. Peserta kegiatan sangat antusias mengikuti seluruh kegiatan mulai dari pemutaran video kesehatan preconsepsi, diskusi, permainan mencocokkan kata serta mengikuti tindakan pengukuran indikator kesehatan preconsepsi.

Kegiatan pengabdian bagi masyarakat dirasakan sangat bermanfaat, meskipun dalam pelaksanaannya masih ada kendala seperti mengumpulkan target sasaran yang relative sulit untuk berkumpul secara bersama, sehingga disarankan untuk menyesuaikan kegiatan sosialisasi dengan kegiatan yang sedang berlangsung pada saat itu

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Udayana atas pembiayaan kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh anggota STT Eka Bhuana Bhina Yatra yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani LS, Utami ANW., Weta IW., Darmayani IGAS., Suwiyoga K. (2008). Anemia in preconception women in Sidemen Sub District Karangasem Regency, Bali Indonesia., *Gineco.eu* [14] 131-134
DOI:10.18643/gieu.2018.131
- Dean s., dkk, (2017). Setting research priorities for preconception care in low-and middle-income countries: aiming to reduce maternal and child mortality and morbidity. *PLoS Med.* 10(9):e1001508WHO, 2013. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1001508>
- Zoe F. Cairncross, Saranyah Ravindran, Shaira Yoganathan, Cindy-Lee Dennis, Joanne Enders, Lisa Graves, , Catriona Mill, Deanna Telner, Hilary K. Brown. (2019). Measurement of Preconception Health Knowledge: A Systematic Review. *American Journal of Health Promotion*. Volume: 33 issue: 6, page(s): 941-954
- Fekene, D. B., Woldeyes, B. S., Erena, M. M. & Demisse, G. (2018). A. Knowledge, uptake of preconception care and associated factors among reproductive age group women in West Shewa zone, Ethiopia, 2018. *BMC Womens. Health* 20, 1–8 (2020). Available from: https://www.researchgate.net/publication/351844379_Knowledge_of_preconception_care_and_its_association_with_family_planning_utilization_among_women_in_Ethiopia_meta-analysis [accessed Dec 22 2021].
- Gusti Ngurah Prana Jagannatha, Luh Seri Ani , I Wayan Weta. (2020). Tingkat Pengetahuan Kesehatan Prakonsepsi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Medika Udayana*, Vol. 9 No.11
- Hanson MA., Bardsley A, De-Regil LM., Moore SE., Oken E., Poston L, Ronald C.W. Ma, Mcauliffe FM., Maleta K., Purandare CN., Yajnik CS., Rushwan H., . Morris JL. (2015). Recommendations on Adolescent, Preconception, and Maternal Nutrition: “Think Nutrition First”. *International Journal of gynecology & obstetrics volume* 131, Supplement 4 (2015)
- Walaa H. Ibrahim , Shimaa A. Khalaf, Walaa H. Abdel-fatah, Shiamaa G. Hassan. (2019). Knowledge of Some Issues Related to Preconception Health and Pregnancy among Faculty of Nursing Students American Journal of Nursing Research, 2019, Vol. 7, No. 4
- Laora McGowan, (2020). Exploring preconception health beliefs amongst adults of childbearing age in the UK: A qualitative analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth* 20(1)
- Kirsten A. Oinonen, Katelyn M.Duchene. (2017). Preconception health behaviours: A scoping review. *Preventive Medicine*Kirsti I. Toivonene. Volume 96, March 2017, Pages 1-15
- Natalie Hemsing, Lorraine Greaves, Nancy Poole. (2017). Preconception health care interventions: A scoping review *Sexual & Reproductive Healthcare* Volume

14, December 2017, Pages 24-32

- LS. Ani, Arimogi I Komang, Arya Utami Ni Wayan. (2022) Sosialisasi Kesehatan Prekonsepsi Pada Remaja Melalui Video. PakMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
- The International Federation Of Gynecology and Obstetrics (FIGO) recommendations on adolescent, preconception, and maternal nutrition: “Think Nutrition First”, International Journal of Gynecology and Obstetrics. 131:54; p5213-5253
- WHO. (2013). Meeting to develop a global consensus on preconception care to reduce maternal and childhood mortality and morbidity. Geneva, World Health Organization, 2013.
- WHO (2013). Preconception care: Maximizing the gains for maternal and child health - Policy brief. WHO-FWC-MCA-13.02