



**PENINGKATAN LITERASI KESEHATAN REPRODUKSI BAGI CALON
PENGANTIN SEBAGAI UPAYA PREVENTIF STUNTING DI DESA MUARA
SUMPOI**

Dewi Nur Anita¹, Meidayana Refisiliyani²

^{1,2}Program Studi D III Kebidanan, Akademi Kebidanan Murung Raya, Indonesia

Article Info

Article History:

Received : Jan 09, 2026

Revised : Jan 23, 2026

Accepted : Feb 06, 2026

Keywords:

health literacy,

prospective couples,

reproductive health, stunting

ABSTRAK

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Upaya pencegahan stunting perlu dimulai sejak sebelum kehamilan, salah satunya melalui peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada calon pengantin. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi calon pengantin sebagai upaya preventif stunting di Desa Muara Sumpoi. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan reproduksi melalui penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Sasaran kegiatan adalah calon pengantin usia reproduksi yang berdomisili di Desa Muara Sumpoi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan skor pengetahuan peserta menjadi 72% setelah intervensi edukasi, serta meningkatnya pemahaman mengenai kesiapan kehamilan sehat dan pencegahan stunting. Kegiatan ini membuktikan bahwa peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada calon pengantin merupakan strategi promotif dan preventif yang efektif dalam upaya pencegahan stunting berbasis masyarakat.

ABSTRACT

Stunting remains a public health problem with long-term impacts on the quality of human resources. Efforts to prevent stunting need to begin before pregnancy, one of which is through improving reproductive health literacy among prospective brides and grooms. This Community Service activity aimed to enhance the reproductive health literacy of prospective brides and grooms as a preventive effort against stunting in Muara Sumpoi Village. The methods employed included reproductive health education through interactive counseling, group discussions, and evaluation using pre-test and post-test assessments. The target participants were prospective brides and grooms of reproductive age residing in Muara Sumpoi Village. The results showed an increase in participants' knowledge scores to 72% after the educational intervention, along with improved understanding of readiness for a healthy pregnancy and stunting prevention. This activity demonstrates that improving reproductive health literacy among prospective brides and grooms is an effective promotive and preventive strategy in community-based stunting prevention efforts.

*Corresponding Author: dewinuranita@akbidmurungraya.ac.id

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi pertumbuhan anak yang gagal mencapai potensi tinggi badan optimal akibat kekurangan gizi kronis dan faktor lingkungan sejak masa awal kehidupan, termasuk periode prakonsepsi hingga 1.000 hari pertama kehidupan (Early Life Nutrition) anak. Masalah ini masih menjadi tantangan kesehatan utama di Indonesia, meskipun tren prevalensi menunjukkan penurunan, upaya pencegahan yang komprehensif tetap diperlukan karena dampaknya yang luas terhadap perkembangan fisik, kognitif, dan produktivitas manusia (1). Upaya penurunan stunting tidak dapat hanya dilakukan pada masa kehamilan dan bayi, tetapi harus dimulai jauh sebelum masa konsepsi melalui persiapan kesehatan yang matang pada calon orang tua.

Persiapan prakonsepsi berperan penting dalam menurunkan risiko stunting karena status kesehatan dan gizi wanita sebelum kehamilan berkaitan erat dengan hasil kehamilan dan perkembangan anak di masa depan. Pendidikan mengenai kesehatan reproduksi prakonsepsi telah terbukti berpengaruh dalam meningkatkan keterampilan dan pengetahuan calon orang tua dalam mengelola risiko yang mungkin berdampak pada anak mereka kelak (2). Intervensi edukatif yang diberikan pada fase pranikah membantu meningkatkan literasi kesehatan reproduksi sehingga calon pengantin lebih siap dalam merencanakan kehamilan sehat dan mengantisipasi faktor risiko seperti kurangnya gizi atau anemia yang dapat memperburuk kondisi pertumbuhan anak.

Literasi kesehatan reproduksi adalah kemampuan individu dalam mengakses, memahami, mengevaluasi, serta menggunakan informasi terkait kesehatan reproduksi untuk mengambil keputusan yang tepat mengenai kesehatannya dan kehidupan reproduksi (3). Literasi ini mencakup pemahaman tentang siklus reproduksi, pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, kebutuhan gizi prakonsepsi, pencegahan infeksi, dan implikasi perilaku terhadap hasil kehamilan. Pendidikan prakonsepsi yang efektif dapat mengubah pola pikir calon pengantin sehingga menjadi lebih sadar akan pentingnya pemenuhan gizi, pemeriksaan kesehatan, dan perencanaan keluarga yang kondusif untuk kehamilan sehat serta mencegah kejadian stunting.

Studi di berbagai daerah menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan reproduksi, baik melalui penyuluhan langsung maupun pemberdayaan kader kesehatan masyarakat, berkontribusi dalam peningkatan tingkat pengetahuan peserta yang berhubungan dengan pencegahan faktor risiko stunting (4). Selain itu, penelitian pada pasangan pranikah di Yogyakarta menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan dukungan sosial merupakan determinan penting dalam partisipasi layanan prakonsepsi, di mana pasangan dengan tingkat pengetahuan tinggi empat kali lebih mungkin mengikuti perawatan prakonsepsi dibandingkan pasangan yang kurang pengetahuannya (5).

Di wilayah pedesaan seperti Desa Muara Sumpoi, Kabupaten Murung Raya, Kalimantan Tengah, tantangan literasi kesehatan reproduksi sering diperparah oleh keterbatasan akses informasi dan layanan kesehatan yang belum merata. Hal ini berimplikasi pada rendahnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya persiapan kehamilan sehat dan peran gizi prakonsepsi dalam mencegah stunting. Intervensi berbasis komunitas, seperti edukasi pranikah yang dilakukan secara partisipatif oleh tenaga kesehatan dan akademisi, menjadi strategi penting untuk memperkuat pengetahuan dan perilaku calon pengantin dalam konteks lokal.

Sebagai bagian dari peran tridarma perguruan tinggi, implementasi Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dalam bentuk edukasi kesehatan reproduksi kepada calon pengantin di Desa Muara Sumpoi diharapkan dapat meningkatkan literasi kesehatan secara signifikan. Kegiatan ini tidak hanya memberikan informasi teknis mengenai kesehatan reproduksi, tetapi juga bertujuan membangun sikap dan motivasi untuk menerapkan perilaku hidup sehat sebelum dan selama kehamilan. Dengan demikian, penguatan literasi kesehatan reproduksi pada calon pengantin merupakan langkah strategis dalam upaya preventif stunting yang sesuai dengan prioritas kesehatan nasional dan konteks masyarakat pedesaan.

Adapun hipotesis PKM ini adalah Peningkatan literasi kesehatan reproduksi melalui edukasi pranikah pada calon pengantin di Desa Muara Sumpoi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan kesehatan reproduksi sebagai upaya preventif stunting.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif. Tahapan kegiatan meliputi:

1. Persiapan, yaitu koordinasi dengan pemerintah desa dan petugas kesehatan, penyusunan materi edukasi kesehatan reproduksi dan stunting, serta penyiapan instrumen evaluasi.
2. Pelaksanaan, berupa penyuluhan interaktif menggunakan media presentasi, diskusi kelompok, dan tanya jawab terkait kesehatan reproduksi pranikah, gizi calon ibu, dan pencegahan stunting.
3. Evaluasi, dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan literasi kesehatan reproduksi peserta.

Sasaran kegiatan adalah 25 calon pengantin usia reproduksi di Desa Muara Sumpoi. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

a. Umur Responden

Tabel 1. Distribusi Umur Responden di Desa Muara Sumpoi

Kelompok Umur (Tahun)	Jumlah (n)	Presentase (%)
<19 tahun	3	12,0
19-24 tahun	9	36,0
25-30 tahun	10	40,0
>35 tahun	3	12,0
Total	25	100

Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 25–30 tahun (40%) dan 19–24 tahun (36%), yang merupakan usia reproduksi aktif dan fase penting dalam perencanaan kehamilan. Namun, masih ditemukan responden berusia <19 tahun dan >35 tahun, yang termasuk kelompok usia berisiko dalam kehamilan. Kondisi ini menunjukkan perlunya edukasi kesehatan reproduksi pranikah untuk meningkatkan kesiapan kehamilan sehat dan mencegah risiko stunting sejak masa prakonsepsi.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Kesehatan Reproduksi

Tingkat Pengetahuan	Pre-test n (%)	Post-test n (%)
Baik	5 (20,0)	18 (72,0)
Cukup	8 (32,0)	6 (24,0)
Kurang	12 (48,0)	1 (4,0)
Total	25 (100)	25 (100)

Berdasarkan Tabel 2, sebelum dilakukan edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang (48%), menunjukkan rendahnya literasi kesehatan reproduksi pada calon pengantin. Setelah pelaksanaan edukasi, terjadi peningkatan signifikan pada kategori pengetahuan baik, dari 20% menjadi 72%, serta penurunan drastis kategori pengetahuan kurang menjadi 4%. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi efektif dalam meningkatkan pemahaman calon pengantin mengenai kesiapan kehamilan sehat dan pencegahan stunting.

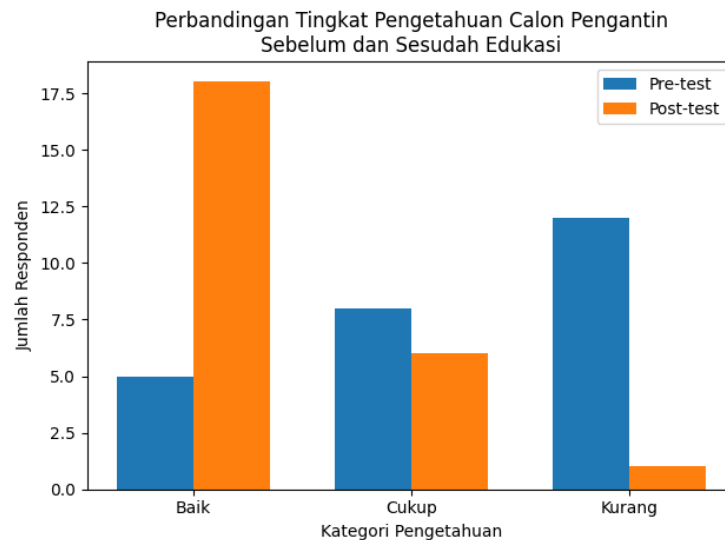
2. Pembahasan

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan calon pengantin setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi. Sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan kurang, yang mencerminkan rendahnya literasi kesehatan reproduksi pranikah di Desa Muara Sumpoi. Kondisi ini sejalan dengan berbagai laporan nasional yang menyebutkan bahwa kurangnya pemahaman kesehatan reproduksi pada masa prakonsepsi masih menjadi permasalahan umum, terutama di wilayah pedesaan dan daerah dengan keterbatasan akses informasi kesehatan.

Setelah pelaksanaan edukasi, terjadi pergeseran distribusi pengetahuan yang nyata, di mana mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan baik. Peningkatan ini menunjukkan bahwa

metode edukasi yang digunakan, yaitu penyuluhan interaktif dan diskusi kelompok, mampu meningkatkan pemahaman peserta secara efektif. Edukasi yang bersifat partisipatif memungkinkan responden untuk tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mengklarifikasi mitos dan kesalahpahaman yang selama ini berkembang terkait kesehatan reproduksi dan kehamilan.

Peningkatan literasi kesehatan reproduksi pada calon pengantin memiliki implikasi yang sangat penting dalam upaya preventif stunting. Literasi kesehatan yang baik akan memengaruhi kemampuan individu dalam mengambil keputusan kesehatan yang tepat, termasuk dalam perencanaan kehamilan, pemenuhan gizi prakonsepsi, serta pemanfaatan layanan kesehatan. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa rendahnya pengetahuan pranikah berhubungan erat dengan kejadian anemia, kekurangan energi kronis, dan kehamilan berisiko, yang merupakan faktor determinan terjadinya stunting pada anak.



Grafik 1. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Calon Pengantin Sebelum dan Sesudah Edukasi

Temuan PKM ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Suryani yang menyatakan bahwa edukasi pranikah secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap pasangan usia subur terkait kesehatan reproduksi dan kesiapan kehamilan (6). Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa intervensi edukasi pada fase prakonsepsi lebih efektif dibandingkan intervensi yang dilakukan saat kehamilan, karena mampu mencegah faktor risiko sejak dini. Dalam hal ini juga menegaskan bahwa perbaikan kesehatan reproduksi dan status gizi sebelum kehamilan merupakan strategi kunci dalam pencegahan stunting dan peningkatan kesehatan ibu dan anak (7).

Hasil kegiatan ini juga mendukung kebijakan nasional percepatan penurunan stunting yang menempatkan calon pengantin sebagai kelompok sasaran strategis dalam intervensi promotif dan preventif. Program edukasi pranikah yang terintegrasi dengan pelayanan kesehatan di tingkat desa dan puskesmas dinilai mampu meningkatkan kesiapan pasangan dalam menghadapi kehamilan dan pengasuhan anak (8). Edukasi yang dilakukan dalam kegiatan PKM ini memberikan pemahaman menyeluruh mengenai pentingnya status gizi, jarak kehamilan, serta pemeriksaan kesehatan sebelum menikah.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berpotensi mendorong perubahan sikap dan perilaku kesehatan calon pengantin (9). Responden menunjukkan antusiasme dan komitmen untuk menerapkan perilaku hidup sehat, seperti memperhatikan asupan gizi, melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum kehamilan, dan mempersiapkan kehamilan secara terencana. Hal ini sesuai dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan faktor awal yang penting dalam proses perubahan perilaku.

Secara keseluruhan, hasil PKM ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan reproduksi melalui edukasi pranikah merupakan pendekatan yang efektif dan relevan dalam upaya preventif stunting berbasis masyarakat. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun kesadaran dan kesiapan calon pengantin dalam menjalani kehamilan yang sehat. Oleh

karena itu, kegiatan serupa perlu dikembangkan secara berkelanjutan dan diperluas cakupannya agar dapat memberikan dampak yang lebih besar dalam mendukung program nasional penurunan stunting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini berhasil meningkatkan literasi kesehatan reproduksi calon pengantin sebagai upaya preventif stunting di Desa Muara Sumpoi. Edukasi kesehatan reproduksi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai kesiapan kehamilan sehat.

Disarankan agar kegiatan edukasi pranikah dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan pelayanan kesehatan reproduksi di tingkat desa dan puskesmas untuk mendukung program nasional percepatan penurunan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Masyarakat Desa Muara Sumpoi, tenaga kesehatan setempat, serta seluruh peserta yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wizia, Lady, Yusrawati Y, Meinapuri M, Masrul M, Yetti H, Afdal A. Stunting Prevention in the Preconception Period. *J Kesehat*. 2024;15(2):27–36.
2. World Health Organization. World Health Organization. Reducing stunting in children: equity considerations for achieving the Global Nutrition Targets 2025. World Health Organization; 2018. 2018.
3. Nutbeam D. The evolving concept of health literacy. *Soc Sci Med [Internet]*. 2008;67(12):2072–8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2008.09.050>
4. Purnamasari SD, Pratiwi AM, Hositanisita H. Edukasi Kesehatan Reproduksi Masa Pra-konsepsi sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Kader Posyandu Remaja di Desa Tegalrejo, Kecamatan Gedangsari, Gunung Kidul, Yogyakarta. *Bangun Desa J Pengabdian Masy*. 2023;2(2):47.
5. Nuriana Kartika Sari, Ismiyati A, Hernayanti MR, Sumarah S, Siscadarsih I. Preventing Stunting from the Source: A Study of Premarital Couples on Participation in Preconception Care. *J Kesehat Ibu dan Anak*. 2025;19(1):1–9.
6. Framesthi DB, Supriatna D, Sudrajat A, ... Ibu Dan Literasi Kesehatan: Kunci Pencegahan Stunting Di Keluarga. *J ... [Internet]*. 2024;3(1):1–10. Available from: <http://jurnal.abisatya.org/index.php/JAGADDHITA/article/view/110%0Ahttps://jurnal.abisatya.org/index.php/JAGADDHITA/article/download/110/73>
7. Who. Report of the first meeting of WHO Strategic and Technical Advisory Group. 2007. 17–18 p.
8. Susanto AH. PERAN BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL DALAM PERCEPATAN PENURUNAN STUNTING. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย*. 2023;4(1):88–100.
9. Partadisastra A, Octaria Y. Analisis Keselarasan Kebijakan Nasional dan Kebijakan Daerah Terkait Percepatan. *J Kebijak Kesehat Indones JKKI*. 2023;12(04):214–23.