

E-ISSN 3064-2051



OPTIMAL

JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
BIDANG ILMU KEBIDANAN

Volume 3, Nomor 2, Mei 2026

SUSUNAN DEWAN REDAKSI

Editor in Chief

Fajar Husen, S.Si., M.Si.

Editorial Board Members :

Ahmad David Royyifi Arifin, M.Gz.

Dr, Ns.Ernawati Umar, S.Kep., M.Kes.

Melicha Kristine Simanjuntak, M.Keb.

Mytha Febriany Pondaang, SST., M.Keb.

Ns. Ayuda Nia Agustina, M.Kep., Sp.Kep.An.

Royani Chairiyah, S.SiT., M.Kes., M.Keb.

Wenny Indah Purnama Ek Sari, SST., M.Keb.

Penerbit

PT Optimal Untuk Negeri

Alamat Redaksi

Kencana Tower Lt. Mezzanine, Jl. Raya Meruya Ilir No. 88 RT. 001 RW. 005,
Kel. Meruya Utara Kec. Kembangan, Jakarta Barat, DKI Jakarta 11620, telepon 021 29866919,
email: optimaluntuknegeri@gmail.com

DAFTAR ISI

SUSUNAN DEWAN REDAKSI.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
SOSIALISASI PENCEGAHAN PERNIKAHAN DINI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN IBU DAN BAYI DI DESA WONOSARI	1
PENINGKATAN KUALITAS MASA PRA KONSEPSI MELALUI SCREENING KESEHATAN CALON PENGANTIN DI KANTOR URUSAN AGAMA SINGOSARI, KABUPATEN MALANG 8	
EDUKASI DAN PELATIHAN SELF HYPNOSIS KEPADA SANTRI ASRAMA H (KAMAR PUSAT) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PONDOK PESANTREN SALAFIYAH SYAFIYAH SUKOREJO SITUBONDO	18
OPTIMALISASI PEMANFAATAN BUKU KIA DALAM EDUKASI MENGENALI RISIKO STUNTING PADA IBU HAMIL.....	34
PROGRAM EDUKASI DAN KONSELING MKJP BERBASIS KADER DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CEMPAKA MULIA KABUPATEN KOTAWARINGIN TIMUR UNTUK MENINGKATKAN AKSEPTOR KB JANGKA PANJANG	44
MEMBANGUN PEMAHAMAN MENGENAI SIKLUS MENSTRUASI DAN KESEHATAN RAHIM PADA SANTRIWATI DI THAWALIB GUNUNG PADANG PANJANG.....	54
EDUKASI TANDA BAHAYA PADA MASA NIFAS DI DESA HUKO-HUKO, KECAMATAN POMALAA, KABUPATEN KOLAKA.....	60
PENYULUHAN TENTANG ABORTUS UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU HAMIL PADA MASYARAKAT DI KELURAHAN SABILAMBO, KECAMATAN KOLAKA, KABUPATEN KOLAKA	68
EDUKASI DAN PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU TENTANG PRAKTIK PEMBUATAN MP-ASI BERBAHAN PANGAN LOKAL SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING.....	80
GERAKAN LANSIA SEHAT: EDUKASI DAN MONITORING GULA DARAH UNTUK PENCEGAHAN DIABETES MELITUS DI DESA KALIKIDANG	87
PENINGKATAN MINAT PENGGUNAAN IUD SEBAGAI METODE KONTRASEPSI JANGKA PANJANG MELALUI EDUKASI KOMUNITAS	93
EDUKASI PRA-PUBERTAS DAN PENCEGAHAN ANEMIA UNTUK Mendukung KESEHATAN OTAK PADA ANAK PUTERI	100
UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN KADER DALAM PEMBERIAN EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN (HPK).....	108
EDUKASI PENGETAHUAN DAN PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL DALAM PENCEGAHAN HIV/AIDS PADA MAHASISWA.....	116
PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU NIFAS TENTANG PEMERIKSAAN FISIK MELALUI EDUKASI KESEHATAN	122
PENINGKATAN PENGETAHUAN MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN “CERDAS MEMILIH ALAT KONTRASEPSI IUD DI PUSKESMAS CELIKAH OKI	127
PENINGKATAN KESADARAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN PERNIKAHAN DINI PADA REMAJA DI PMB SITI MASRURROH OKU TIMUR TAHUN 2026	134
WIRAUSAHA MAHASISWA MELALUI PEMANFAATAN KANTIN KAMPUS.....	141



SOSIALISASI PENCEGAHAN PERNIKAHAN DINI DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN IBU DAN BAYI DI DESA WONOSARI

Armita Sri Azhari^{1*}, Timmy Larasati², Maya Fernanda Dielsa³, Sesmi Nanda Oktavia⁴, Ratna Dewi⁵

^{1,2,3,4,5} Akademi Kebidanan Pasaman Barat

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Pernikahan Dini

Kesehatan Ibu

Kesehatan Bayi

Pedesaan

Sosialisasi

ABSTRAK

Pernikahan dini masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang signifikan di wilayah Wonosari karena berkontribusi pada tingginya angka kematian ibu dan bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja dan orang tua mengenai risiko kesehatan reproduksi akibat pernikahan usia muda. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan penggunaan media edukasi visual. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan dari rata-rata 41,2% menjadi 88,7%. Peserta kini lebih memahami risiko komplikasi persalinan dan keterkaitannya dengan kejadian stunting. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah edukasi yang terintegrasi di tingkat desa efektif dalam mengubah persepsi masyarakat untuk mencegah pernikahan usia dini demi menjamin derajat kesehatan ibu dan anak yang lebih baik.

ABSTRACT

Early marriage remains a significant public health challenge in Wonosari areas as it contributes to high maternal and infant mortality rates. This community service activity aimed to increase awareness among adolescents and parents regarding reproductive health risks due to young marriage. The methods used were interactive lectures, group discussions, and the use of visual educational media. Evaluation results showed a significant increase in participants' knowledge from an average of 41.2% to 88.7%. Participants now better understand the risks of childbirth complications and their correlation with stunting. The conclusion of this activity is that integrated education at the village level is effective in changing public perception to prevent early marriage to ensure better maternal and child health status.

*Corresponding Author: armitasria22@gmail.com

PENDAHULUAN

Fenomena pernikahan dini di wilayah pedesaan terkhusus daerah Wonosari masih menjadi persoalan pelik yang berakar pada jalinan faktor ekonomi, terbatasnya akses pendidikan, hingga norma adat yang masih dipegang teguh oleh masyarakat. Namun, di balik alasan sosial tersebut, terdapat ancaman kesehatan yang nyata bagi ibu dan bayi. Secara klinis, kehamilan di usia remaja sangat berisiko karena kematangan organ reproduksi yang belum sempurna, yang pada akhirnya meningkatkan angka kesakitan serta kematian maternal. Urgensi dari kegiatan ini berangkat dari kenyataan bahwa pernikahan di bawah usia 19 tahun berbanding lurus dengan tingginya kasus komplikasi kehamilan, seperti preeklamsia, anemia berat, hingga perdarahan hebat saat persalinan. Data Profil dan Gender

Kabupaten Pasaman Barat menunjukkan bahwa komplikasi obstetri, khususnya perdarahan pascapersalinan (mencapai 28–30%) dan hipertensi dalam kehamilan atau preeklamsia (sekitar 22–25%), menjadi penyebab utama kematian maternal di Wonosari. Angka kejadian komplikasi tersebut melonjak signifikan pada kelompok kehamilan remaja di bawah usia 19 tahun, yang secara klinis juga ditambah oleh tingginya prevalensi anemia berat pada ibu hamil usia muda akibat ketidaksiapan pemenuhan gizi dan belum matangnya organ reproduksi secara sempurna.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai risiko kesehatan jangka panjang tersebut. Strategi pemecahan masalah difokuskan pada pemberian edukasi kepada dua pihak kunci: remaja sebagai subjek utama dan orang tua sebagai penentu kebijakan dalam keluarga. Dengan memperkuat literasi kesehatan di desa Wonosari, diharapkan muncul kesadaran baru untuk menunda usia pernikahan, yang pada gilirannya akan memperbaiki kualitas kesehatan generasi masa depan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini menggunakan rancangan edukasi komunitas dengan khalayak sasaran remaja putri dan orang tua di Desa Wonosari. Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi dua tahapan utama, yaitu penyampaian materi secara klasikal (ceramah interaktif) dan pendalaman materi melalui diskusi kelompok terarah atau Focus Group Discussion (FGD). Bahan yang digunakan meliputi materi presentasi, leaflet, dan video edukasi mengenai anatomi reproduksi remaja. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur efektivitas sosialisasi, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta.

Rincian alur, metode, pemateri, dan durasi pelaksanaan kegiatan disajikan secara mendetail pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Matriks Detail Pelaksanaan Kegiatan Edukasi Komunitas

Sesi / Aktivitas	Metode & Media	Pemateri / Fasilitator	Durasi	Deskripsi & Target Khusus
Registrasi & Pembukaan	Pengisian Kuesioner Pre-test (Cetak)	Tim Pengabdian	15 Menit	Mengukur pengetahuan awal peserta mengenai risiko pernikahan dini.
Sesi I: Ceramah Interaktif	Ceramah, Tanya Jawab, Presentasi PPT, Media Visual Leaflet & Video Anatomi	Bd. Armita Sri Azhari, S.ST, M.Kes (Dosen Kebidanan)	45 Menit	Penyampaian materi inti: dampak pernikahan dini terhadap kesehatan reproduksi, risiko preeklampsia, anemia berat, perdarahan, serta kaitannya dengan stunting.
Sesi II: Tanya Jawab (Q&A)	Diskusi Terbuka & Konfirmasi Klinis	Bd. Armita Sri Azhari, S.ST, M.Kes	15 Menit	Ruang bagi peserta (remaja dan orang tua) untuk mengklarifikasi mitos budaya setempat terkait kehamilan usia muda.
Sesi III: Focus Group Discussion (FGD)	Diskusi Kelompok Terarah, Studi Kasus sederhana	Fasilitator Kelompok: 1. Bd. Timmy Larasati, S.ST, M.Keb, Ph.D 2. Bd. Maya Fernanda Dielsa, S.ST, M.Keb	40 Menit	Pembagian Kelompok: Peserta dibagi menjadi 4 kelompok (2 kelompok remaja putri dan 2 kelompok orang tua). Setiap kelompok didampingi 1 fasilitator untuk merumuskan solusi pencegahan pernikahan dini di tingkat keluarga.

		3. Bd. Sesmi Nanda Oktavia, S.ST, M.Biomed 4. Bd. Ratna Dewi, S.ST, M.Biomed		
Sesi IV: Evaluasi & Penutup	Pengisian Kuesioner Post- test (Cetak)	Tim Pengabdian	15 Menit	Mengukur tingkat pemahaman akhir peserta setelah mendapatkan intervensi edukasi.

Dokumentasi Sesi Tanya Jawab (Q&A Session)

Selama Sesi II (Tanya Jawab), terdapat beberapa poin diskusi penting yang muncul dari interaksi antara peserta dan pemateri:

- a. Pertanyaan 1: "apa hubungannya nikah muda dengan anak stunting, padahal kebutuhan makannya sudah kami penuhi dengan baik?"

Jawaban Pemateri (Bd. Armita Sri Azhari, S.ST, M.Kes): Secara klinis, organ reproduksi dan tubuh remaja belum matang sempurna untuk membagi nutrisi. Ketika hamil, terjadi perebutan nutrisi antara tubuh ibu yang masih dalam masa pertumbuhan dengan janin yang dikandungnya. Akibatnya, janin berisiko tinggi mengalami hambatan pertumbuhan di dalam rahim yang menjadi cikal bakal *stunting* sejak lahir

- b. Pertanyaan 2 (Dari Perwakilan Remaja Putri): "Apa saja tanda bahaya kalau seseorang hamil di usia yang terlalu muda?"

Jawaban Pemateri (Bd. Armita Sri Azhari, S.ST, M.Kes): Komplikasi yang paling sering mengintai adalah preeklampsia (tekanan darah tinggi dalam kehamilan), anemia berat karena kekurangan zat besi, serta risiko perdarahan hebat saat proses persalinan karena rahim yang belum siap meregang secara optimal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil evaluasi menunjukkan perubahan tingkat pengetahuan peserta yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi. Perubahan tersebut dapat dilihat pada Tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Distribusi Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Sosialisasi

No	Indikator pengetahuan	Pre-test (%)	Post-test (%)	Peningkatan (%)
1	Risiko komplikasi kehamilan Remaja	45%	88%	43%
2	Dampak pernikahan dini terhadap stunting	30%	85%	55%

3	Kesiapan mental dan psikologi	50%	92%	42%
4	Hak reproduksi dan usia ideal menikah	40%	90%	50%
Rata-rata peningkatan pengetahuan			47,5%	

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu mengisi celah informasi (knowledge gap) di masyarakat Wonosari. Hasil ini disajikan dengan deskripsi yang jelas untuk menggambarkan keberhasilan intervensi.

Hasil Focus Group Discussion

Untuk menggali lebih dalam mengenai akar permasalahan dan merumuskan solusi nyata di tingkat komunitas, setelah sesi ceramah klasikal dilakukan Focus Group Discussion (FGD). Peserta dibagi menjadi 4 kelompok terarah yang terdiri dari 2 kelompok remaja putri dan 2 kelompok orang tua. Berdasarkan hasil diskusi, ditemukan bahwa faktor pendorong utama pernikahan dini di Desa Wonosari bukan hanya masalah ekonomi, melainkan adanya hambatan psikososial dan kuatnya pengaruh norma adat/budaya lama yang belum tersentuh edukasi medis modern.

Matriks hasil pemetaan masalah, persepsi, serta komitmen solusi yang dihasilkan dari sesi FGD disajikan secara rinci pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Matriks Hasil Analisis Kualitatif Focus Group Discussion (FGD) Komunitas

Kelompok Sasaran	Identifikasi Masalah Utama	Persepsi Awal (Sebelum Edukasi)	Komitmen Solusi Tradisional ke Klinis (Setelah Edukasi)
Kelompok 1 & 2 (Remaja Putri)	<ol style="list-style-type: none"> Kurangnya wadah aktivitas positif luar sekolah. Tekanan teman sebaya (peer-pressure). Anggapan bahwa menikah cepat menghindari fitnah. 	<p>Menganggap pernikahan di usia 15–17 tahun adalah hal wajar asalkan sudah ada calon yang bekerja. Belum memahami bahwa panggul dan rahim belum matang secara biologis.</p>	<ol style="list-style-type: none"> Berkomitmen melanjutkan pendidikan minimal hingga tingkat SMA/Sederajat. Aktif menjadi penggerak Posyandu Remaja. Berani menolak ajakan menikah muda demi mengejar kesiapan fisik dan mental.

Kelompok 3 & 4(Orang Tua)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kekhawatiran anak menjadi perawan tua. 2. Beban ekonomi keluarga. 3. Keterbatasan pengetahuan tentang komplikasi medis maternal. 	<p>Menolak anggapan bahwa stunting disebabkan usia ibu, melainkan murni takdir atau keturunan. Menganggap komplikasi kehamilan bisa diatasi hanya dengan ramuan tradisional.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sepakat tidak memberikan izin pernikahan jika anak perempuan belum berusia minimal 19 tahun (sesuai UU Perkawinan). 2. Bersedia melibatkan tenaga kesehatan (Bidan Desa) saat anak remaja mereka membutuhkan konsultasi reproduksi. 3. Berkomitmen mendukung pemenuhan gizi yang baik bagi anak perempuan sejak masa remaja.
---------------------------	---	--	---

Pembahasan Distribusi Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Sosialisasi

Peningkatan pengetahuan yang paling mencolok terlihat pada pemahaman mengenai kaitan antara pernikahan dini dengan kejadian stunting (55%). Hal ini menjadi poin krusial karena selama ini masyarakat Wonosari cenderung melihat stunting hanya dari sisi pola makan, tanpa menyadari bahwa usia ibu saat hamil memegang peranan vital. Sebagaimana ditegaskan oleh Ramadhani & Fitriyane (2024), rendahnya usia ibu saat hamil sering kali disertai dengan ketidaksiapan nutrisi dan kurangnya pengetahuan pengasuhan, yang menjadi faktor risiko utama lahirnya anak dengan kondisi stunting. Lebih jauh lagi, kematangan fisik bukan satu-satunya hal yang menjadi perhatian. Kesiapan psikososial juga melonjak hingga 92% pada post-test. Hal ini sejalan dengan pandangan Nuraeni & Sari (2023) bahwa ketidaksiapan mental sering kali memicu depresi pascamelahirkan pada ibu remaja, yang berdampak buruk pada pola asuh. Risiko medis lainnya, seperti preeklamsia dan perdarahan hebat yang sering mengintai kehamilan usia dini, juga kini lebih diwaspadai oleh peserta (Wahyuni et al., 2023). Secara keseluruhan, temuan ini memberikan implikasi kuat bahwa edukasi di tingkat desa tidak bisa dilakukan secara instan. Perlu adanya penguatan kapasitas kader kesehatan agar sosialisasi ini tidak berhenti di satu pertemuan saja. Perubahan pola pikir masyarakat merupakan proses panjang yang memerlukan konsistensi, namun hasil dari kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan dialogis mampu membangun kesadaran kolektif untuk melindungi masa depan kesehatan reproduksi remaja.

Pembahasan Hasil Focus Group Discussion

Data kualitatif dari Tabel 3 menunjukkan adanya pergeseran paradigma yang signifikan pada masyarakat Desa Wonosari. Melalui metode FGD, hambatan psikososial yang selama ini tabu dibicarakan, seperti ketakutan orang tua terhadap status sosial anak jika terlambat menikah, berhasil divalidasi dan diluruskan menggunakan pendekatan klinis yang objektif. Diskusi kelompok ini membuktikan bahwa penanganan pernikahan dini tidak bisa dilakukan secara sepihak kepada remaja

saja, melainkan harus melibatkan orang tua sebagai pemutus kendali utama terutama karena doktrin budaya di lingkungan keluarga pedesaan. Pengetahuan klinis mengenai risiko fatal seperti preeklampsia dan pendarahan hebat yang dipaparkan oleh tim pengabdian dari Akademi Kebidanan Pasaman Barat bertindak sebagai shock therapy positif yang meruntuhkan mitos-mitos lama di wilayah Wonosari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari kegiatan ini, terlihat jelas bahwa masalah pernikahan dini di Wonosari bukan sekadar kurangnya informasi, melainkan adanya pola pikir lama yang mengakar. Sosialisasi ini berhasil membenturkan pola pikir tersebut dengan kenyataan medis yang ada, sehingga pengetahuan peserta naik drastis hingga 88,7%. Kini, warga lebih paham bahwa stunting bukan hanya soal makanan, tapi erat kaitannya dengan kesiapan fisik ibu saat hamil. Singkatnya, edukasi ini telah berhasil membuka ruang diskusi baru di tingkat keluarga mengenai pentingnya menunda usia pernikahan demi keselamatan ibu dan masa depan anak.

Saran

Melihat hasil yang positif ini, saya menyarankan agar kader di Wonosari tidak hanya memberikan penyuluhan di forum resmi, tetapi juga melakukan pendekatan personal saat kunjungan rumah. Puskesmas IV Koto Kinali juga diharapkan bisa menyediakan media informasi yang lebih sederhana dan mudah dipahami oleh masyarakat awam. Ke depannya, kebijakan di tingkat desa perlu lebih tegas dalam memantau usia perkawinan, serta perlu ada keterlibatan aktif dari tokoh agama untuk memberikan pemahaman dari sisi spiritual mengenai tanggung jawab dalam membangun keluarga yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Akademi Kebidanan Pasaman Barat yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik. Dan kepada rekan kerja sesama dosen dari akademi kebidanan Pasaman Barat yang telah bekerjasama dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, R., & Rahmawati, E. (2024). Metode Focus Group Discussion (FGD) dalam Menggali Hambatan Psikososial Pernikahan Dini di Tingkat Pedesaan. *Jurnal Edukasi Komunitas*, 12(1), 78-85.
- Handayani, W., & Saputra, R. (2024). Optimalisasi Metode FGD sebagai Instrumen Intervensi Perubahan Perilaku Kesehatan di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(1), 50-58.
- Hidayat, T., & Lestari, D. (2022). Efektivitas Sosialisasi Kesehatan Reproduksi terhadap Penurunan Angka Pernikahan Dini di Tingkat Desa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 4(3), 145-151.
- Mulyani, S., & Lestari, T. (2024). Pendekatan Kualitatif Terintegrasi dalam Mengurai Hambatan Budaya dan Psikososial Pernikahan Remaja. *Jurnal Kebidanan Komunitas*, 10(2), 115-123.
- Nuraeni, R., & Sari, I. P. (2023). Analisis Faktor Psikososial dan Kesiapan Menjadi Ibu pada Remaja yang Menikah Dini. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 12(2), 88-97. <https://doi.org/10.21070/jkeb.v12i2.2154>
- Okoroh, J. S., et al. (2023). Impact of Early Marriage on Maternal Health Outcomes in Developing Countries: A Systematic Review. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 162(2), 415-422. <https://doi.org/10.1002/ijgo.14789>

- Pratama, A., & Utami, S. (2024). Pergeseran Paradigma Orang Tua terhadap Risiko Klinis Kehamilan Remaja: Studi Kualitatif Berbasis Komunitas. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 142-150.
- Rahman, A., dkk. (2024). Efektivitas Model Komunikasi Interpersonal dalam Forum Diskusi Terarah untuk Edukasi Pencegahan Stunting Bidan Desa. *Indonesian Journal of Health Education*, 9(1), 24-32.
- Ramadhani, A., & Fitrayane, A. S. (2024). Hubungan Usia Menikah Dini dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 8(1), 45-52. <https://doi.org/10.31000/jiki.v8i1.10234>
- Sari, I. P., & Lestari, D. (2024). Efektivitas Pendekatan Lima Pilar Terintegrasi dalam Pemetaan Risiko Pernikahan Usia Muda di Desa. *Indonesian Journal of Health Development*, 6(1), 33-41.
- Wahyuni, S., et al. (2023). Risiko Preeklampsia dan Perdarahan Postpartum pada Kehamilan Remaja: Studi Retrospektif di Rumah Sakit Daerah. *Indonesian Journal of Midwifery*, 6(1), 12-19.



**PENINGKATAN KUALITAS MASA PRA KONSEPSI MELALUI SCREENING
KESEHATAN CALON PENGANTIN DI KANTOR URUSAN AGAMA
SINGOSARI, KABUPATEN MALANG**

**Edi Murwani^{1*}, Lilik Winarsih², Ulfa Nur Hidayati³, Eka Yuni Indah Nurmala⁴, Rezha Alivia
Hildayanti⁵**

^{1,2,3,4,5} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendedes

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Health screening

prospective brides and grooms

preconception

reproductive health

community service.

ABSTRAK

Masa prakonsepsi merupakan periode penting guna mempersiapkan kesehatan reproduksi pasangan usia subur sebelum terjadinya kehamilan. Kurangnya pengetahuan dan rendahnya kesadaran calon pengantin mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia, masalah gizi, komplikasi kehamilan, dan stunting. Upaya promotif dan preventif melalui screening kesehatan calon pengantin diperlukan guna meningkatkan kesiapan kesehatan pasangan usia subur. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan kualitas masa prakonsepsi melalui screening kesehatan calon pengantin. Metode kegiatan menggunakan pendekatan edukatif dan preventif yang meliputi penyuluhan kesehatan prakonsepsi, pemeriksaan kesehatan, dan konseling individu. Screening kesehatan dilakukan melalui pemeriksaan tekanan darah, pengukuran indeks massa tubuh (IMT), pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb), serta wawancara riwayat kesehatan reproduksi. Sasaran kegiatan adalah calon pengantin yang mendaftarkan pernikahan di KUA Singosari. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi peserta dan identifikasi hasil screening kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian calon pengantin masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan prakonsepsi dan pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah. Hasil screening ditemukan beberapa peserta mengalami anemia ringan, status gizi kurang maupun berlebih, serta pola hidup yang belum mendukung persiapan kehamilan sehat. Setelah diberikan edukasi dan konseling, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya kesehatan reproduksi, pemenuhan gizi, serta perencanaan kehamilan sehat. Kegiatan screening kesehatan calon pengantin di KUA Singosari efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kesiapan kesehatan calon pengantin pada masa prakonsepsi. Program ini diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan melalui kolaborasi antara tenaga kesehatan dan KUA sebagai upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak.

ABSTRACT

The preconception period is a crucial period for preparing reproductive health for couples of childbearing age before pregnancy. Lack of knowledge and awareness among prospective brides and grooms regarding the importance of premarital health checks can increase the risk of anemia, nutritional problems, pregnancy complications, and stunting. Promotive and preventive

efforts through health screening for prospective brides and grooms are needed to improve the health preparedness of fertile couples. The purpose of this community service activity is to improve the quality of preconception through health screening for prospective brides and grooms. The activity method uses an educational and preventive approach, including preconception health education, health checks, and individual counseling. Health screenings are conducted through blood pressure checks, body mass index (BMI) measurements, hemoglobin (Hb) levels, and interviews with reproductive health history. The activity targets prospective brides and grooms registering their marriages at the Singosari Office of Religious Affairs (KUA). Evaluation is conducted through participant observation and identification of health screening results. The results of the activity showed that some prospective brides and grooms still lacked knowledge regarding preconception health and the importance of premarital health checks. The screening results found that several participants experienced mild anemia, undernutrition or overnutrition, and lifestyles that did not support healthy pregnancy preparation. After receiving education and counseling, participants demonstrated an increased understanding of the importance of reproductive health, nutritional fulfillment, and healthy pregnancy planning. The health screening activity for prospective brides and grooms at the Singosari Office of Religious Affairs (KUA) was effective in increasing awareness and health preparedness for prospective brides and grooms during the preconception period. This program is expected to be implemented sustainably through collaboration between health workers and the KUA as an effort to improve maternal and child health.

**Corresponding Author: edimurwani@gmail.com*

PENDAHULUAN

Masa prakonsepsi merupakan periode penting dalam siklus kehidupan reproduksi yang dimulai sebelum terjadinya kehamilan. Pada periode ini, kondisi kesehatan calon ibu dan calon ayah sangat menentukan kualitas kehamilan, persalinan, serta kesehatan bayi yang akan dilahirkan. World Health Organization mendefinisikan preconception care sebagai intervensi biomedis, perilaku, dan sosial yang diberikan kepada perempuan dan pasangan sebelum terjadinya konsepsi dengan tujuan meningkatkan status kesehatan serta menurunkan faktor risiko yang dapat memengaruhi kesehatan ibu dan anak. (World Health Organization)

Upaya peningkatan kualitas kesehatan prakonsepsi menjadi bagian penting dalam menurunkan angka kematian ibu, angka kematian bayi, stunting, anemia, maupun komplikasi kehamilan lainnya. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan prakonsepsi mampu meningkatkan kesiapan pasangan dalam menghadapi kehamilan melalui deteksi dini faktor risiko kesehatan, perbaikan status gizi, pemberian edukasi kesehatan reproduksi, serta perubahan perilaku hidup sehat. (Springer)

Kondisi kesehatan sebelum kehamilan memiliki pengaruh signifikan terhadap outcome maternal dan neonatal. Faktor seperti anemia, hipertensi, kekurangan energi kronis, obesitas, penyakit menular seksual, dan kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Oleh karena itu, screening kesehatan pada calon pengantin menjadi strategi preventif yang penting untuk mendeteksi masalah kesehatan sejak dini sebelum pasangan memasuki masa reproduksi dan perencanaan kehamilan. (SpringerLink)

Di Indonesia, pelayanan kesehatan calon pengantin menjadi bagian dari upaya peningkatan kesehatan reproduksi dan pencegahan stunting yang dilaksanakan melalui kolaborasi lintas sektor, termasuk fasilitas pelayanan kesehatan dan lembaga keagamaan. Pemeriksaan kesehatan pranikah meliputi pemeriksaan status gizi, tekanan darah, kadar hemoglobin, riwayat penyakit, kesehatan

reproduksi, serta edukasi terkait pola hidup sehat dan perencanaan kehamilan. Screening tersebut bertujuan untuk meningkatkan kesiapan fisik, mental, dan sosial pasangan dalam membangun keluarga sehat. (Reddit)

Kantor Urusan Agama Singosari memiliki posisi strategis sebagai institusi pelayanan pencatatan pernikahan yang secara langsung berinteraksi dengan calon pengantin. Melalui kerja sama dengan tenaga kesehatan, KUA dapat menjadi sarana promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran pasangan usia subur mengenai pentingnya kesehatan prakonsepsi. Kegiatan screening kesehatan calon pengantin di KUA menjadi pendekatan yang efektif untuk menjangkau pasangan sebelum memasuki masa kehamilan sehingga faktor risiko kesehatan dapat diidentifikasi dan ditangani lebih awal.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian calon pengantin yang mendaftarkan pernikahan masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai kesehatan prakonsepsi, pentingnya konsumsi tablet tambah darah, pemeriksaan kesehatan reproduksi, serta persiapan kehamilan sehat. Selain itu, masih ditemukan calon pengantin dengan risiko anemia, status gizi tidak normal, dan kurang memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya edukasi dan screening kesehatan secara komprehensif pada calon pengantin sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan reproduksi.

Berdasarkan latar belakang tersebut, dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul "Peningkatan Kualitas Masa Pra Konsepsi melalui Screening Kesehatan Calon Pengantin di Kantor Urusan Agama Singosari, Kabupaten Malang". Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kesiapan kesehatan calon pengantin dalam menghadapi masa prakonsepsi melalui pemeriksaan kesehatan dan edukasi kesehatan reproduksi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kantor Urusan Agama Singosari, Kabupaten Malang pada Tanggal 2 Desember tahun 2025. Sasaran kegiatan adalah calon pengantin yang melakukan pendaftaran pernikahan di KUA Singosari. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas masa prakonsepsi melalui screening kesehatan dan edukasi kesehatan reproduksi bagi calon pengantin.

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan promotif dan preventif melalui tahapan persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut.

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak Kantor Urusan Agama Singosari terkait jadwal pelaksanaan kegiatan, penentuan sasaran, serta penyediaan sarana dan prasarana kegiatan. Selain itu, tim pengabdian menyiapkan media edukasi berupa leaflet, materi penyuluhan, lembar observasi, dan alat pemeriksaan kesehatan seperti tensimeter, timbangan berat badan, microtoise, serta alat pemeriksaan hemoglobin (Hb).

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan berikut:

a. Registrasi Peserta

Calon pengantin yang **hadir** melakukan registrasi dan pengisian data identitas serta riwayat kesehatan sederhana yang meliputi riwayat penyakit, pola makan, konsumsi tablet tambah darah, dan riwayat kesehatan reproduksi.

b. Penyuluhan Kesehatan Pra Konsepsi

Peserta diberikan edukasi mengenai:

- ❖ kesehatan reproduksi,
- ❖ pentingnya masa prakonsepsi,
- ❖ pencegahan anemia,
- ❖ pemenuhan gizi seimbang,
- ❖ pencegahan stunting,
- ❖ pola hidup sehat,
- ❖ serta perencanaan kehamilan sehat.

Metode edukasi dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab menggunakan *media leaflet dan presentasi edukatif*. Kegiatan Penyuluhan terhadap Calon Pengantin ditampilkan dalam Gambar 1. Sedangkan sebagai berikut.



Gambar 1. Penyuluhan kesehatan pada calon pengantin



Gambar 2. Tim penyuluh bersama calon pengantin

c. Screening Kesehatan Calon Pengantin

Screening kesehatan dilakukan untuk mendeteksi faktor risiko kesehatan pada calon pengantin sebelum memasuki masa kehamilan. Pemeriksaan meliputi:

- ❖ pengukuran tekanan darah,
- ❖ pengukuran berat badan dan tinggi badan,
- ❖ perhitungan indeks massa tubuh (IMT),
- ❖ pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb),
- ❖ serta wawancara kesehatan reproduksi dan pola hidup.

Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Screening Kesehatan, beberapa ditampilkan ditampikan dalam Gambar 3 (Pemeriksaan Tekanan Darah) dan Gambar 4 (Pemeriksaan Kadar Hb), sebagai berikut.



Gambar 3. Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 4. Pemeriksaan calon pengantin (Wawancara dan Pengisian Kuesioner)

d. Konseling Individu

Peserta yang memiliki faktor risiko kesehatan seperti anemia, status gizi kurang atau berlebih, maupun tekanan darah tidak normal diberikan konseling secara individual. Konseling meliputi anjuran perbaikan pola makan, konsumsi tablet tambah darah, aktivitas fisik, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan, ditampilkan dalam Gambar 5 sebagai berikut.



Gambar 5. Proses pemeriksaan Kadar Hb. dan konseling individu.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi partisipasi peserta, sesi tanya jawab, serta penilaian tingkat pemahaman peserta setelah pemberian edukasi. Selain itu dilakukan identifikasi hasil screening kesehatan untuk mengetahui faktor risiko kesehatan yang ditemukan pada calon pengantin.

4. Tahap Tindak Lanjut

Peserta yang memiliki hasil pemeriksaan tidak normal dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di puskesmas atau fasilitas kesehatan terdekat. Tim pengabdian juga memberikan rekomendasi kepada pihak KUA agar kegiatan screening kesehatan calon pengantin dapat dilaksanakan secara rutin melalui kerja sama lintas sektor dengan tenaga kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Data hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk menggambarkan kondisi kesehatan calon pengantin serta tingkat partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan *Screening* Kesehatan Calon Pengantin di Kantor Urusan Agama Singosari

No	Karakteristik Peserta	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Usia 20–25 tahun	13	50
2	Usia 26–30 tahun	11	42.31
3	Usia >30 tahun	2	0.79
4	Pendidikan SMA/ sederajat	11	42.2
5	Pendidikan Perguruan Tinggi	2	0.08

No	Karakteristik Peserta	Frekuensi (n)	Persentase (%)
6	Pendidikan lainnya	13	50
	Total	26	100

Berdasarkan Tabel 1. tersebut disimpulkan bahwa Calon Pengantin sebageian besar berusia antara 20-25 tahun (50 %) selanjutnya diikuti yang berusia anta 26-30 tahun (42,31%) serta 0,79% berusia diatas 30 tahun. Jika ditinjau aspek Pendidikan, paling banyak berpendidikan lainnya (50 %), selanjutnya diikuti dengan pendidikan SMA/ sederajat sebesar 42,2 %, dan paling sedikit dengan pendidikan Perguruan Tinggi 0,08 %.

Tabel 2. Hasil *Screening* Kesehatan Calon Pengantin di Kantor Urusan Agama Singosari

No	Jenis Pemeriksaan	Hasil	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Status Hemoglobin (Hb)	Normal	20	76.92
		Anemia ringan	6	23.08
2	Status Gizi (IMT)	Normal	16	61.54
		Kurang	6	23,08
		Berlebih	4	15.38
3	Tekanan Darah	Normal	22	85
		Tidak normal	4	15
4	Pengetahuan Pra Konsepsi	Baik	8	30.77
		Cukup	12	46.15
		Kurang	6	23.08

Berdasarkan hasil *Screening* Kesehatan Calon Pengantin di KUA Singosari pada Tabel 2 tersebut diatas ditemukan bahwa: Hasil pemeriksaan Hb didapatkan dengan Hb Normal 76, 92% (20 orang), sedangkan dengan anemia ringan sebesar 23,8 % (6 orang). Hasil Pemeriksaan Status Gizi: Normal 61,54 % (16 orang), Status Kurang sebesar 23,08 % (6 orang), dan Status Gizi berlebih sebesar 15. 38 % (4 orang). Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Normal sebesar 85 % (22 orang), Tekanan Darah Tidak Normal sebesar 15 % (4 orang). Hasil Test Pengetahuan Pra Konsepsi sebelum Penyuluhan: dalam Kategori baik sebesar 30,77 % (8 orang), dalam kategori cukup sebesar 46, 15 % (12 orang), dan dalam kategori kurang sebesar 23,8 % (6 orang).

Tabel 3. Hasil Evaluasi Edukasi Kesehatan Pra Konsepsi bagi Calon Pengantin.

No	Indikator Evaluasi	Sebelum Edukasi (%)	Sesudah Edukasi (%)
1	Memahami pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah	52,5	90
2	Memahami pentingnya konsumsi tablet tambah darah	45	87,5
3	Memahami pentingnya gizi seimbang pada masa prakonsepsi	50	92,5
4	Memahami pencegahan stunting sejak pranikah	40	85
5	Memahami perencanaan kehamilan sehat	47,5	90

Hasil Evaluasi Edukasi sebelum dan sesudah penyuluhan yang difokuskan pada: 1.Pemahaman tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum menikah dengan nilai pemahaman sebelumnya

52,5 % sesudahnya naik menjadi 90 %. 2. Pemahaman Pentingnya Konsumsi Tablet Tambah Darah (Tablet Fe): sebelum edukasi 45 %, sesudahnya naik menjadi 87,5 %. 3 Pemahaman Pentingnya Gizi Seimbang sebelum edukasi dengan nilai 50 %, sesudah edukasi naik menjadi 92,5 %. 4. Pemahaman tentang Pencegahan Stunting sejak Pra Nikah sebelum edukasi, capaian nilai nya sebesar 40 %, sesudah edukasi naik menjadi 85 %. 5. Pemahaman tentang Perencanaan Kehamilan Sehat: sebelum edukasi mencapai 47.5 %, sesudah edukasi naik menjadi 90 %.

Tabel 4. Bentuk Tindak Lanjut Peserta Berdasarkan Hasil *Screening*

No	Tindak Lanjut	Jumlah Peserta (n)
1	Konseling gizi dan kesehatan reproduksi	8
2	Anjuran konsumsi tablet tambah darah	6
3	Rujukan pemeriksaan lanjutan ke puskesmas	4
4	Edukasi pola hidup sehat dan aktivitas fisik	8

Berdasarkan Hasil Analisis *Screening* Kesehatan dan Evaluasi Edukasi Rencana Tindaklanjut Kegiatan sebagai berikut (sesuai dengan Tabel 4): Konseling Gizi dan Kesehatan Reproduksi (8 orang), Anjuran Konsumsi Tablet Tambah Darah (6 orang), Rujukan Pemeriksaan Lanjutan ke Puskesmas (4 orang), serta Edukasi Pola Hidup Sehat dan Aktivitas Fisik (8 orang)

PEMBAHASAN

Kegiatan *screening* kesehatan calon pengantin di Kantor Urusan Agama Singosari menunjukkan bahwa upaya promotif dan preventif pada masa prakonsepsi memiliki peran penting dalam meningkatkan kesiapan kesehatan pasangan sebelum memasuki masa kehamilan. Berdasarkan hasil kegiatan, masih ditemukan calon pengantin dengan anemia ringan, status gizi tidak normal, serta tingkat pengetahuan yang belum optimal mengenai kesehatan prakonsepsi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemeriksaan kesehatan dan edukasi sebelum menikah masih sangat diperlukan untuk mendukung terwujudnya kehamilan yang sehat.

Secara teori, masa prakonsepsi merupakan periode kritis yang menentukan kualitas kesehatan ibu dan anak pada masa mendatang. Menurut Konsep Preconception Care dari World Health Organization, pelayanan kesehatan prakonsepsi bertujuan mengidentifikasi dan memodifikasi faktor risiko biomedis, perilaku, dan sosial sebelum terjadinya konsepsi agar outcome kehamilan menjadi lebih baik. *Screening* kesehatan sebelum menikah menjadi bagian penting dari upaya deteksi dini untuk mencegah komplikasi kehamilan, persalinan, maupun gangguan tumbuh kembang anak.

Hasil *screening* menunjukkan adanya peserta dengan kadar hemoglobin rendah yang mengindikasikan anemia ringan. Anemia pada perempuan usia reproduksi merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko perdarahan, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, dan stunting. Berdasarkan teori kesehatan maternal, status hemoglobin yang baik sebelum kehamilan sangat penting untuk mendukung kebutuhan oksigen dan nutrisi selama masa gestasi. Oleh karena itu, pemberian edukasi terkait konsumsi tablet tambah darah, pola makan bergizi, dan pencegahan anemia menjadi intervensi penting dalam kegiatan ini.

Selain anemia, hasil pemeriksaan indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan adanya calon pengantin dengan status gizi kurang maupun berlebih. Menurut teori gizi reproduksi, status gizi sebelum kehamilan berhubungan erat dengan kesiapan tubuh dalam menghadapi proses kehamilan dan persalinan. Kekurangan gizi dapat menyebabkan kekurangan energi kronis dan gangguan pertumbuhan janin, sedangkan obesitas meningkatkan risiko hipertensi, diabetes gestasional, serta komplikasi obstetri lainnya. Kondisi tersebut menegaskan pentingnya *screening* status gizi sebagai langkah preventif pada masa prakonsepsi.

Peningkatan pemahaman peserta setelah diberikan edukasi menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan memiliki pengaruh positif terhadap pengetahuan calon pengantin. Hal ini sesuai dengan Teori Health Belief Model yang menjelaskan bahwa seseorang akan melakukan perilaku kesehatan apabila memiliki persepsi tentang kerentanan dan manfaat terhadap suatu tindakan kesehatan. Melalui edukasi

kesehatan prakonsepsi, peserta menjadi lebih memahami risiko kesehatan yang dapat terjadi apabila tidak melakukan persiapan sebelum kehamilan.

Selain itu, kegiatan konseling individu yang dilakukan pada peserta dengan faktor risiko kesehatan mendukung teori Social Cognitive Theory yang menekankan pentingnya interaksi antara pengetahuan, lingkungan, dan perilaku individu dalam membentuk perubahan perilaku kesehatan. Konseling memberikan kesempatan bagi peserta untuk memperoleh informasi yang lebih spesifik sesuai kondisi kesehatannya sehingga dapat meningkatkan motivasi dalam menerapkan perilaku hidup sehat.

Pelaksanaan kegiatan di Kantor Urusan Agama (KUA) Singosari juga menunjukkan pentingnya kolaborasi lintas sektor dalam pelayanan kesehatan reproduksi. KUA sebagai institusi pelayanan pernikahan memiliki akses langsung kepada calon pengantin sehingga menjadi lokasi strategis dalam pelaksanaan screening kesehatan pranikah. Pendekatan ini sejalan dengan konsep Continuity of Care dalam pelayanan kesehatan reproduksi yang menekankan pentingnya pelayanan berkesinambungan sejak masa sebelum kehamilan hingga persalinan dan masa nifas.

Secara keseluruhan, kegiatan screening kesehatan calon pengantin mampu meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan kesiapan kesehatan pasangan pada masa prakonsepsi. Upaya ini diharapkan dapat menjadi strategi preventif dalam menurunkan risiko komplikasi kehamilan, meningkatkan kesehatan ibu dan bayi, serta mendukung program percepatan penurunan stunting di Indonesia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui screening kesehatan calon pengantin di Kantor Urusan Agama Singosari, Kabupaten Malang telah berjalan dengan baik dan mendapatkan respons positif dari peserta. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran calon pengantin mengenai pentingnya kesehatan masa prakonsepsi sebagai persiapan menuju kehamilan yang sehat.

Hasil screening menunjukkan masih terdapat calon pengantin yang mengalami anemia ringan, status gizi tidak normal, serta kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dan perencanaan kehamilan sehat. Melalui edukasi, pemeriksaan kesehatan, dan konseling individu, peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya menjaga status kesehatan sebelum menikah dan sebelum kehamilan terjadi.

Pelaksanaan screening kesehatan calon pengantin merupakan upaya promotif dan preventif yang efektif dalam mendeteksi faktor risiko kesehatan sejak dini serta mendukung peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak. Kolaborasi antara tenaga kesehatan dan KUA menjadi strategi penting dalam memperluas pelayanan kesehatan prakonsepsi kepada masyarakat.

Saran

1. Kantor Urusan Agama Singosari diharapkan dapat melaksanakan kegiatan screening kesehatan calon pengantin secara rutin melalui kerja sama berkelanjutan dengan puskesmas dan institusi pendidikan kesehatan.
2. Tenaga kesehatan perlu meningkatkan edukasi kesehatan prakonsepsi kepada calon pengantin, khususnya terkait pencegahan anemia, pemenuhan gizi seimbang, kesehatan reproduksi, dan perencanaan kehamilan sehat.
3. Calon pengantin diharapkan lebih aktif melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum menikah sebagai upaya deteksi dini faktor risiko yang dapat memengaruhi kesehatan ibu dan bayi.
4. Perlu dilakukan pengembangan media edukasi yang lebih inovatif dan mudah dipahami untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya masa prakonsepsi.
5. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya diharapkan dapat dilengkapi dengan monitoring dan evaluasi jangka panjang untuk menilai perubahan perilaku kesehatan calon pengantin setelah mendapatkan edukasi dan screening kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Kendedes Malang dan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendedes Malang yang telah memberikan dukungan moril dan finansial terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dean, S. V., Lassi, Z. S., Imam, A. M., & Bhutta, Z. A. (2014). Preconception care: Closing the gap in the continuum of care to accelerate improvements in maternal, newborn and child health. *Reproductive Health*, 11(Suppl 3), S1.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman pelayanan kesehatan masa sebelum hamil. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pedoman pencegahan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mosadeghrad, A. M. (2014). Factors influencing healthcare service quality. *International Journal of Health Policy and Management*, 3(2), 77–89.
- Shannon, G. D., Alberg, C., Nacul, L., & Pashayan, N. (2014). Preconception healthcare delivery at a population level: Construction of public health models of preconception care. *Maternal and Child Health Journal*, 18(6), 1512–1531.
- Stephenson, J., Heslehurst, N., Hall, J., Schoenaker, D., Hutchinson, J., Cade, J. E., et al. (2018). Before the beginning: Nutrition and lifestyle in the preconception period and its importance for future health. *The Lancet*, 391(10132), 1830–1841.
- World Health Organization. (2013). Preconception care: Maximizing the gains for maternal and child health. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2018). WHO recommendations on adolescent sexual and reproductive health and rights. Geneva: WHO.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). Pedoman pendampingan calon pengantin dalam percepatan penurunan stunting. Jakarta: BKKBN.
- Barker, M., Dombrowski, S. U., Colbourn, T., Fall, C. H. D., Kriznik, N. M., Lawrence, W. T., et al. (2018). Intervention strategies to improve nutrition and health behaviours before conception. *The Lancet*, 391(10132), 1853–1864.



EDUKASI DAN PELATIHAN SELF HYPNOSIS KEPADA SANTRI ASRAMA H (KAMAR PUSAT) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PONDOK PESANTREN SALAFIYAH SYAFIYAH SUKOREJO SITUBONDO

Eliyawati

Universitas Ibrahimy

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

First keyword

Second keyword

Third keyword

Fourth keyword

Fifth keyword

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar santri melalui edukasi dan pelatihan self hypnosis pada santri putri kelas XII Asrama H di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Metode yang digunakan adalah pendekatan Asset-Based Community Development (ABCD) yang berfokus pada pemanfaatan potensi internal santri dan lingkungan pesantren. Kegiatan dilaksanakan melalui tahapan persiapan, edukasi, pelatihan praktik, pendampingan, serta evaluasi menggunakan instrumen pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pemahaman dan motivasi belajar santri. Nilai pre-test berada pada rentang 41–53 dan meningkat menjadi 64–75 pada post-test, dengan kenaikan skor berkisar antara 20–24 poin pada seluruh responden. Selain itu, terjadi peningkatan dalam aspek konsentrasi, pengelolaan emosi, dan kepercayaan diri. Santri juga menunjukkan kemampuan dalam melakukan teknik self hypnosis secara mandiri serta merasakan manfaat berupa pikiran lebih tenang, lebih fokus, dan lebih siap menghadapi ujian. Pendekatan ABCD terbukti efektif karena memanfaatkan kedisiplinan, nilai religius, dan lingkungan kondusif pesantren sebagai aset utama. Meskipun terdapat kendala seperti keterbatasan waktu dan perbedaan kemampuan individu, secara keseluruhan program ini berhasil meningkatkan motivasi belajar dan keterampilan psikologis santri. Dengan demikian, kegiatan ini layak untuk dikembangkan sebagai program berkelanjutan dalam mendukung peningkatan kualitas pembelajaran dan kesejahteraan mental santri jumlahnya 30 responden pada tanggal 5 Februari 2026 dan 18 April 2026.

ABSTRACT

This community service activity aims to improve students' learning motivation through education and training in self-hypnosis among 12th-grade female students of Dormitory H (Central Dormitory) at Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo Islamic Boarding School. The method used is the Asset-Based Community Development (ABCD) approach, which focuses on utilizing the internal potential of students and the boarding school environment. The program was carried out through several stages, including preparation, education, practical training, mentoring, and evaluation using pre-test and post-test instruments. The results showed a significant improvement in students' understanding and learning motivation.

Pre-test scores ranged from 41 to 53 and increased to 64–75 in the post-test, with score improvements ranging from 20 to 24 points across all respondents. In addition, improvements were observed in concentration, emotional regulation, and self-confidence. Students also demonstrated the ability to independently practice self-hypnosis techniques and reported benefits such as feeling calmer, more focused, and better prepared for exams. The ABCD approach proved to be effective as it leveraged discipline, religious values, and a conducive boarding school environment as key assets. Despite some limitations, such as time constraints and individual differences in ability, the program overall successfully enhanced students' learning motivation and mental health skills. The mental well-being of 30 Islamic boarding school students (santri) was assessed on February 5, 2026, and April 18, 2026

**Corresponding Author: Istanameimei2013@gmail.com*

PENDAHULUAN

Periode remaja merupakan fase perkembangan yang kritis bagi pembentukan motivasi, kemandirian belajar, dan identitas diri. Di jenjang SMA, khususnya Asrama H siswi menghadapi tuntutan akademik tinggi (persiapan ujian nasional, seleksi masuk perguruan tinggi, dan tugas akhir) serta tekanan psikologis yang dapat menurunkan fokus dan motivasi belajar. Kondisi ini semakin kompleks apabila siswi berada dalam lingkungan pondok pesantren yang menggabungkan nilai-nilai religius dan tuntutan akademik modern; santri/siswi di pesantren sering menjalani rutinitas yang padat antara kegiatan keagamaan, pengajian, dan pelajaran umum sehingga memerlukan keterampilan regulasi diri yang kuat untuk mempertahankan motivasi belajar.

Self-hypnosis (hipnosis diri) adalah teknik psikologis yang mengajarkan seseorang memasuki keadaan relaksasi fokus dengan tujuan memfasilitasi sugesti positif, pengelolaan kecemasan, peningkatan konsentrasi, dan penguatan keyakinan diri. Teknik ini dapat dipelajari sebagai keterampilan kemandirian psikologis yang aman dan praktis untuk remaja apabila disajikan secara etis dan sesuai perkembangan. Literatur klinis dan review menunjukkan bahwa hipnosis dan self-hypnosis efektif membantu remaja mengatur stres, meningkatkan kontrol diri, dan mengurangi gejala kecemasan faktor-faktor yang berhubungan erat dengan kemampuan belajar dan performa akademik.

Dari perspektif motivasi belajar, teori-teori utama seperti Self-Determination Theory (Deci & Ryan) dan konsep self-efficacy (Bandura) menekankan peran kebutuhan psikologis dasar (kompetensi, otonomi, keterhubungan) dan keyakinan atas kemampuan diri dalam memicu motivasi intrinsik dan ketekunan belajar. Intervensi yang meningkatkan perasaan kompeten (mis. teknik manajemen kecemasan dan strategi fokus) serta memperkuat keyakinan diri berpotensi meningkatkan motivasi internal siswi sehingga mereka lebih konsisten dan efektif dalam belajar. Self-hypnosis dapat berfungsi sebagai salah satu metode praktis untuk meningkatkan self-efficacy dan regulasi emosi yang mendukung motivasi belajar.

Beberapa penelitian empiris juga menunjukkan bahwa pelatihan self-hypnosis dapat menurunkan kecemasan ujian dan meningkatkan performa akademik atau kesiapan menghadapi situasi evaluatif pada remaja/mahasiswa. Misalnya, penelitian kuantitatif baru-baru ini melaporkan efek positif self-hypnosis pada pengurangan kecemasan ujian pada siswa sekolah menengah atas. Hal ini mengindikasikan potensi penerapan self-hypnosis sebagai intervensi singkat dan terstruktur di lingkungan sekolah guna meningkatkan kondisi psikologis yang mendasari motivasi belajar.

Konteks implementasi di Asrama As-Shofwah Pesantren Salafiyah Syafiiyah Sukorejo (Situbondo) memiliki karakteristik khas: kombinasi pola pendidikan salaf dan modern, struktur pengasuhan kyai, kehidupan kolektif santri, serta penekanan nilai spiritual dan akhlak. Oleh karena itu, intervensi edukasi self-hypnosis perlu disesuaikan secara kultural dan normatif (mis. dikaitkan dengan praktik penguatan spiritual, bahasa yang sesuai, dan jam kegiatan pesantren) agar dapat diterima dan diintegrasikan ke rutinitas siswi tanpa menimbulkan konflik nilai. Menimbang potensi manfaat self-hypnosis terhadap pengurangan kecemasan dan peningkatan kontrol diri, serta relevansinya dengan teori motivasi, pelatihan self-hypnosis

terstruktur di Asrama H Salafiyah syfi'iyah sukorejo Situbondo layak diuji sebagai upaya promotif-preventif untuk meningkatkan motivasi belajar kepada Santri.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian/pelatihan ini penting dilakukan dengan tujuan: (1) mengevaluasi efektivitas edukasi dan pelatihan self-hypnosis terhadap motivasi belajar santri Pondok Pusat (2) mengetahui perubahan kecemasan akademik dan self-efficacy setelah intervensi, serta (3) merumuskan model pelatihan self-hypnosis yang sesuai dengan konteks pondok pesantren untuk direkomendasikan ke pihak pondok

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan masyarakat ini menggunakan pendekatan dan penyuluhan atau sisoalisasi langsung dengan mediapresentasi dan praktik self hypnosis. Materi yang disampaikan saat penyuluhan kepada remaja santri putri adalah pengertian Kegiatan ini berfokus pada edukasi dan pelatihan self hypnosis sebagai sarana peningkatan motivasi belajar bagi kepada santri Asrama G (Asrama Pusat), Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Self hypnosis dipilih karena metode ini dapat membantu remaja putri mengelola stres, meningkatkan konsentrasi, serta menumbuhkan semangat belajar menghadapi ujian. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo karena lingkungan pesantren sangat mendukung penerapan kegiatan pengembangan diri berbasis nilai religius, disiplin, dan pembentukan karakter. Mitra yang terlibat dalam edukasi dan pelatihan tersebut berupa remaja santri putri kepada santri Asrama G (Asrama Pusat) kelas XII di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo. Adapun program pengabdian tersebut dilakuakn pada bertempat di ruang kelas Kebidanan fakultas ilmu kesehatan.

A. Pendekatan Pengabdian

Strategi yang dilakukan untuk mencapai kondisi menggunakan Metode ABCD adalah salah satu pendekatan populer yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat. ABCD sendiri merupakan singkatan dari Asset Based Community Development. Metode ini berfokus pada pemanfaatan dan pengembangan aset atau potensi yang sudah ada di dalam komunitas itu sendiri, bukan pada kekurangan atau masalah yang dihadapi. Dalam konteks pengabdian dengan tema edukasi dan pelatihan Self Hypnosis , metode ABCD dapat diartikan sebagai berikut:

1. Asset (Aset)

Pada tahap ini, dapat mengidentifikasi dan memetakan aset atau potensi yang dimiliki oleh komunitas. Aset tersebut tidak terbatas pada hal-hal fisik, tetapi juga non-fisik.

2. Based (Berbasis)

Setelah aset teridentifikasi, Anda merancang program pengabdian yang berbasis atau bertumpu pada aset-aset tersebut. Tujuannya adalah untuk memaksimalkan potensi yang sudah ada dan membuat program lebih berkelanjutan.

3. Community (Komunitas)

Fokus utama metode ini adalah komunitas itu sendiri sebagai subjek, bukan objek. Partisipasi aktif dari masyarakat sangat penting, mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Program tidak disiapkan dan "diberikan" begitu saja oleh tim pengabdian, tetapi dirancang bersama-sama.

4. Development (Pengembangan)

Tahap terakhir ini bertujuan untuk mengembangkan aset yang sudah ada menjadi sesuatu yang lebih bernilai atau memiliki dampak yang lebih luas.

B. Tahapan Pengabdian

1. Identifikasi

- a. Mengidentifikasi kebutuhan santri terkait masalah motivasi belajar, rasa cemas menghadapi ujian, serta tingkat konsentrasi saat belajar.
- b. Survei awal melalui wawancara ringan dan kuesioner sederhana.

2. Penerapan

- a. Memberikan edukasi tentang konsep dasar self hypnosis, manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari, dan hubungannya dengan peningkatan motivasi belajar.

- b. Menanamkan pemahaman bahwa sugesti positif dapat membentuk pola pikir optimis dan semangat belajar.

3. Pelatihan

- a. Praktik relaksasi pernapasan untuk menenangkan pikiran.
- b. Teknik memasuki kondisi hipnosis ringan secara mandiri.
- c. Latihan afirmasi positif seperti: “Saya mampu belajar dengan fokus”, “Saya percaya diri menghadapi ujian”, dan “Belajar adalah jalan menuju kesuksesan.”
- d. Memberikan panduan audio/script agar santri bisa mempraktikkan secara mandiri.

4. Evaluasi

- a. Mengukur perubahan motivasi belajar sebelum dan sesudah pelatihan melalui kuesioner.
- b. Observasi keterampilan santri dalam mempraktikkan self hypnosis
- c. Diskusi reflektif dengan peserta mengenai manfaat yang dirasakan setelah Latihan

C. Tahap Pelaksanaan

Fase ini adalah inti dari pengabdian, di mana edukasi dan pelatihan disampaikan secara langsung.

1. Persiapan
 - a. Koordinasi dengan pihak sekolah dan pesantren mengenai waktu, tempat, dan peserta.
 - b. Menyusun materi edukasi *self hypnosis* (teori, manfaat, dan praktik).
 - c. Menyusun instrumen evaluasi (kuesioner motivasi belajar, lembar observasi).
 - d. Menyediakan media pendukung (slide, audio afirmasi, lembar panduan praktik).
2. Pelaksanaan Edukasi
 - a. Pengenalan konsep *self hypnosis*.
 - b. Menjelaskan manfaat *self hypnosis* dalam mengurangi stres, meningkatkan konsentrasi, dan motivasi belajar.
 - c. Memberikan contoh sugesti positif yang bisa digunakan siswa dalam belajar.
3. Pelatihan Praktik
 - a. Latihan relaksasi pernapasan untuk menenangkan pikiran.
 - b. Teknik memasuki kondisi trance ringan secara mandiri.
 - c. Praktik afirmasi positif yang berhubungan dengan motivasi belajar.
 - d. Santri dipandu untuk mencoba *self hypnosis* mandiri dengan instruktur.
4. Pendampingan
 - a. Memberikan bimbingan praktik berulang agar peserta lebih percaya diri.
 - b. Diskusi dan tanya jawab terkait pengalaman peserta saat melakukan *self hypnosis*.
 - c. Pemberian panduan audio/script agar dapat dipraktikkan secara mandiri di rumah atau asrama.

D. Tahap Evaluasi

Tahap akhir ini penting untuk mengukur keberhasilan program dan memastikan dampaknya berlanjut.

1) Evaluasi Proses

- a. Dilakukan selama kegiatan berlangsung.
- b. Aspek yang dievaluasi: partisipasi aktif peserta, keterlibatan dalam diskusi, serta kemampuan mengikuti arahan instruktur.

2) Evaluasi Hasil

- a. Menggunakan pre-test dan post-test motivasi belajar dengan kuesioner sederhana.
- b. Observasi kemampuan santri dalam melakukan teknik *self hypnosis*.

- c. Mendapatkan umpan balik dari peserta tentang manfaat yang mereka rasakan.

3) Evaluasi Keberlanjutan

- a. Memberikan rekomendasi kepada guru BK atau wali kelas untuk membimbing latihan mandiri santri.
- b. Menyusun laporan hasil kegiatan untuk sekolah/pesantren.
- c. Mengukur potensi penerapan jangka panjang sebagai program penguatan motivasi belajar di sekolah.

4) Monitoring Keberlanjutan:

Tentukan cara untuk memonitor apakah para santri terus mempraktikkan kebiasaan ini setelah program selesai. Misalnya, dengan menunjuk beberapa santri sebagai "duta kesehatan" yang bisa memotivasi teman-teman mereka.

5) Laporan Akhir

Dokumentasikan seluruh kegiatan, mulai dari persiapan hingga evaluasi. Sertakan foto, testimoni santri, dan hasil evaluasi sebagai bahan laporan akhir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode kegiatan masyarakat ini menggunakan pendekatan dan penyuluhan atau sisoalisasi langsung dengan mediapresentasi dan praktik self hypnosis. Materi yang disampaikan saat penyuluhan kepada remaja santri putri adalah pengertian Kegiatan ini berfokus pada edukasi dan pelatihan self hypnosis sebagai sarana peningkatan motivasi belajar bagi kepada santri Asrama H (Asrama Pusat), Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo. Self hypnosis dipilih karena metode ini dapat membantu remaja putri mengelola stres, meningkatkan konsentrasi, serta menumbuhkan semangat belajar menghadapi ujian. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafi'iyah Sukorejo karena lingkungan pesantren sangat mendukung penerapan kegiatan pengembangan diri berbasis nilai religius, disiplin, dan pembentukan karakter. Mitra yang terlibat dalam edukasi dan pelatihan tersebut Kesehatan putri dan sasarannya adalah berupa remaja santri putri kepada santri Asrama H kelas di pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo. Adapun program pengabdian tersebut dilakuakn pada bulan santri jumlahnya 30 responden pada tanggal 5 Februari 2026 dan 18 April 2026kegiatan post test yang bertempat di ruang kelas Kebidanan fakultas ilmu kesehatan.



Gambar 1 : Sebelum diberikan materi di berikan kuesioner pre Test

A. Pendekatan Pengabdian

Strategi yang dilakukan untuk mencapai kondisi menggunakan Metode ABCD adalah salah satu pendekatan populer yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat. ABCD sendiri merupakan singkatan dari Asset Based Community Development. Metode ini berfokus pada pemanfaatan dan pengembangan aset atau potensi yang sudah ada di dalam komunitas itu sendiri, bukan pada kekurangan atau masalah yang dihadapi. Dalam konteks pengabdian dengan tema edukasi dan pelatihan Self Hypnosis, metode ABCD dapat diartikan sebagai berikut:

1. Asset (Aset) Hasil identifikasi menunjukkan bahwa santri memiliki:

- a. Aset non-fisik berupa kedisiplinan tinggi, kebiasaan belajar terstruktur, serta nilai religius yang kuat.
- b. Aset kognitif berupa kemampuan menerima sugesti positif dan semangat untuk berkembang.
- c. Aset lingkungan berupa suasana pesantren yang kondusif untuk kegiatan pengembangan diri.

2. Based (Berbasis Aset) Program edukasi dan pelatihan self hypnosis berhasil dirancang dengan memanfaatkan:

- a. Kebiasaan santri dalam kegiatan rutin (belajar dan ibadah) sebagai momen penerapan afirmasi.
- b. Lingkungan yang tenang sebagai pendukung latihan relaksasi.

3. Community (Komunitas) Partisipasi aktif santri terlihat dari:

- a. Antusiasme dalam mengikuti penyuluhan dan praktik.
- b. Keterlibatan dalam diskusi dan berbagi pengalaman.
- c. Kemampuan mengikuti instruksi selama pelatihan

4. Development(Pengembangan)

Terjadi peningkatan:

- a. Pemahaman tentang self hypnosis
- b. Kemampuan melakukan relaksasi dan afirmasi mandiri



Gambar 1 : Pemberian penjelasan Materi Tentang Self Hypnosis Remaja Hebat (Self Hypnosis dan Motivasi Belajar pada Remaja)

B. Hasil Tahapan Pengabdian

1. Tahap Identifikasi (Tabel Rekap Skor Pre-Test)

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Skor Pre-Test	30	41	53	46.8	3.28
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif terhadap data pre-test kesejahteraan mental santri yang dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics, diketahui bahwa jumlah responden sebanyak 30 orang. Skor pre-test yang diperoleh responden memiliki nilai minimum sebesar 41 dan nilai maksimum sebesar 53. Nilai rata-rata (mean) sebesar 46,80 menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan mental santri berada pada kategori sedang.

Selain itu, diperoleh nilai standar deviasi sebesar 3,28 yang menunjukkan bahwa penyebaran data relatif homogen atau tidak terlalu bervariasi. Hal ini berarti sebagian besar skor responden berada di sekitar nilai rata-rata, sehingga data pre-test dapat dikatakan cukup stabil dan representatif untuk digunakan dalam penelitian.

2. Tahap Penerapan (Edukasi) (Tabel Rekap Skor Post-Test)

Variabel	Mean	Std. Deviation (SD)	Persentase Peningkatan
Pre-Test	46,80	3,28	
Post-Test	69,13	3,21	47,71%

Berdasarkan hasil analisis menggunakan IBM SPSS Statistics, diperoleh nilai rata-rata (mean) pre-test sebesar 46,80 dengan standar deviasi 3,28. Setelah diberikan perlakuan/intervensi, nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 69,13 dengan standar deviasi 3,21.

Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan kesejahteraan mental santri sebesar 47,71% dari sebelum hingga sesudah perlakuan. Nilai standar deviasi pada kedua pengukuran menunjukkan bahwa sebaran data relatif homogen sehingga hasil penelitian dapat dianggap cukup konsisten.

A. Aspek Motivasi Belajar

No	Indikator yang Diamati	1	2	3	4	5
1	Antusias mengikuti kegiatan belajar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Perhatian saat guru/pemateri menjelaskan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Ketekunan menyelesaikan tugas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Keaktifan bertanya atau menjawab	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Usaha belajar meskipun materi sulit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. Aspek Konsentrasi & Regulasi Emosi

No	Indikator yang Diamati	1	2	3	4	5
6	Fokus selama kegiatan belajar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Mampu menenangkan diri saat terlihat cemas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Tidak mudah panik saat menghadapi tugas/ujian	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Ekspresi wajah terlihat tenang dan rileks	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. Aspek Kepercayaan Diri & Sikap Positif

No	Indikator yang Diamati	1	2	3	4	5
10	Percaya diri saat mengerjakan tugas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Berani mengemukakan pendapat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	Menunjukkan sikap positif terhadap pembelajaran	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	Mampu memotivasi diri tanpa dorongan berlebih	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D. Aspek Penerapan Self-Hypnosis (Post-Test)

(Diisi setelah perlakuan)

No	Indikator yang Diamati	1	2	3	4	5
14	Mengikuti latihan self-hypnosis dengan serius	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	Mampu melakukan relaksasi dengan baik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16	Mengucapkan afirmasi dengan percaya diri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	Terlihat lebih tenang setelah latihan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Tahapan Pelatihan (Pre-Test dan Post-Tes)

No	Kode Responden	Pre-Test	Post-Test	Peningkatan
1	R01	45	68	23
2	R02	50	70	20
3	R03	42	65	23
4	R04	47	69	22
5	R05	44	66	22
6	R06	48	72	24
7	R07	46	68	22
8	R08	52	74	22
9	R09	49	71	22
10	R10	43	67	24
11	R11	51	73	22
12	R12	45	69	24
13	R13	47	70	23
14	R14	44	66	22
15	R15	46	68	22
16	R16	53	75	22
17	R17	41	64	23
18	R18	48	72	24
19	R19	50	73	23
20	R20	47	69	22
21	R21	45	67	22
22	R22	52	74	22
23	R23	49	71	22

24	R24	43	65	22
25	R25	46	68	22
26	R26	48	70	22
27	R27	44	66	22
28	R28	51	73	22
29	R29	42	64	22
30	R30	47	69	22

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test terhadap 30 responden, dapat disimpulkan bahwa tahap pelatihan yang dilakukan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta. Pada tahap awal (pre-test), skor responden berada pada rentang 41 hingga 53, dengan mayoritas nilai berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum pelatihan, tingkat pengetahuan atau pemahaman peserta masih terbatas dan belum merata. Setelah pelatihan dilaksanakan, hasil post-test menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan, dengan rentang skor menjadi 64 hingga 75.

Hampir seluruh responden mengalami kenaikan nilai, yang menandakan adanya peningkatan pemahaman setelah mengikuti pelatihan. Secara umum, skor post-test berada pada kategori cukup baik hingga baik. Jika dibandingkan secara keseluruhan, terlihat adanya selisih peningkatan nilai yang konsisten pada masing-masing responden. Tidak ada responden yang mengalami penurunan nilai, sehingga dapat disimpulkan bahwa pelatihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan kemampuan atau pemahaman peserta. Dengan demikian, tahap pelatihan dapat dikatakan berhasil, karena mampu meningkatkan hasil belajar responden secara signifikan. Hasil ini juga menunjukkan bahwa metode, materi, dan proses pelatihan yang diterapkan sudah sesuai dan dapat dipertahankan atau dikembangkan lebih lanjut untuk mencapai hasil yang lebih optimal di masa mendatang.

4. Tahap Evaluasi

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test terhadap 30 responden, tahap evaluasi dilakukan untuk menilai sejauh mana efektivitas pelatihan dalam meningkatkan pemahaman peserta. Evaluasi ini dilakukan dengan membandingkan nilai sebelum dan sesudah pelatihan serta melihat pola peningkatan yang terjadi. Secara umum, hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada seluruh responden. Pada tahap pre-test, nilai peserta berada pada rentang 41 hingga 53, yang menggambarkan bahwa kemampuan awal peserta masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Setelah mengikuti pelatihan, hasil post-test meningkat menjadi rentang 64 hingga 75, yang menunjukkan bahwa pemahaman peserta telah berada pada kategori cukup baik hingga baik.

Jika dilihat dari selisih nilai, seluruh responden mengalami peningkatan dengan kenaikan berkisar antara 20 hingga 24 poin. Peningkatan yang konsisten ini menandakan bahwa materi pelatihan dapat dipahami dengan baik oleh peserta, serta metode penyampaian yang digunakan mampu mendukung proses pembelajaran secara efektif. Selain itu, tidak ditemukan adanya penurunan nilai pada responden, yang berarti pelatihan tidak hanya berhasil meningkatkan pemahaman, tetapi juga mampu mempertahankan konsistensi hasil belajar peserta. Hal ini menjadi indikator kuat bahwa kegiatan pelatihan telah berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Santri melaporkan manfaat berupa pikiran lebih tenang, lebih fokus belajar dan lebih percaya diri.

Meskipun demikian, terdapat beberapa responden yang masih memperoleh nilai post-test relatif lebih rendah dibandingkan peserta lainnya, meskipun tetap mengalami peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa kecepatan pemahaman setiap peserta berbeda-beda, sehingga pada pelaksanaan selanjutnya dapat dipertimbangkan adanya pendampingan atau penguatan materi bagi peserta yang membutuhkan. Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan dapat dikategorikan **berhasil dan efektif** dalam meningkatkan pengetahuan atau keterampilan peserta. Oleh karena itu, metode, materi, dan strategi pelatihan yang telah diterapkan dapat dipertahankan, serta dikembangkan lebih lanjut agar hasil yang dicapai di masa mendatang menjadi lebih optimal.



Gambar 2 : Narasumber memberikan Pelatihan Self Hypnosis pre-post dan Post (sebanyak 2 kali di waktu yang berbeda)

D. Hasil Tahap Pelaksanaan

1. Persiapan

Tahap persiapan kegiatan dilaksanakan secara sistematis dan terencana. Koordinasi dengan pihak pesantren berjalan dengan baik, sehingga seluruh kebutuhan kegiatan dapat diakomodasi secara optimal. Materi pelatihan, media pembelajaran, serta instrumen evaluasi telah disusun secara lengkap dan sesuai dengan tujuan kegiatan. Selain itu, seluruh rangkaian kegiatan dapat dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan, sehingga tidak terjadi hambatan yang berarti pada tahap awal pelaksanaan.

2. Pelaksanaan Edukasi

Pada tahap pelaksanaan edukasi, kegiatan berlangsung dengan lancar dan sesuai dengan rencana yang telah disusun. Para santri menunjukkan partisipasi aktif selama proses pembelajaran, yang ditandai dengan adanya interaksi berupa pertanyaan dan diskusi. Hal ini menunjukkan adanya ketertarikan dan keterlibatan peserta dalam kegiatan. Materi yang disampaikan juga dapat dipahami dengan baik oleh sebagian besar santri, sebagaimana tercermin dari peningkatan hasil evaluasi yang diperoleh.

3. Pelatihan Praktik

Tahap pelatihan praktik dilaksanakan secara bertahap agar peserta dapat memahami dan menguasai setiap langkah dengan baik. Selama proses praktik, terlihat adanya peningkatan keterampilan santri, yang ditunjukkan melalui kemampuan mereka dalam mengikuti instruksi dan menerapkan teknik yang diajarkan. Berdasarkan hasil evaluasi, sebagian besar santri telah mampu melakukan teknik self hypnosis secara mandiri, yang mengindikasikan keberhasilan dalam transfer keterampilan selama pelatihan.

Pendampingan

Tahap pendampingan dilakukan untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan peserta setelah pelatihan praktik. Santri mendapatkan bimbingan secara langsung, sehingga kesulitan yang dihadapi dapat segera diatasi. Proses diskusi berlangsung secara interaktif, yang mendorong santri untuk lebih aktif dalam mengemukakan pendapat maupun bertanya. Selain itu, santri juga menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam melakukan praktik, yang menjadi indikator penting keberhasilan kegiatan secara keseluruhan.

E. Hasil Tahap Evaluasi

1. Evaluasi Proses

Evaluasi proses menunjukkan bahwa pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan. Tingkat partisipasi peserta tergolong tinggi, yaitu sekitar 90%,

yang mencerminkan antusiasme dan keterlibatan aktif santri dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Selama proses berlangsung, peserta menunjukkan keaktifan yang baik, baik dalam mengikuti materi, berdiskusi, maupun dalam kegiatan praktik. Hal ini menjadi indikator bahwa metode pelaksanaan yang digunakan mampu menarik minat dan perhatian peserta.

1. Evaluasi Hasil

Berdasarkan hasil evaluasi, terdapat peningkatan yang signifikan dalam motivasi belajar santri setelah mengikuti kegiatan. Hal ini sejalan dengan peningkatan nilai pre-test ke post-test yang menunjukkan adanya perkembangan pemahaman peserta. Selain itu, sebagian besar santri telah mampu melakukan teknik self hypnosis secara mandiri, yang menunjukkan keberhasilan dalam aspek keterampilan. Umpan balik yang diberikan peserta juga menunjukkan dampak positif dari kegiatan ini. Salah satu testimoni peserta menyatakan, “Saya jadi lebih tenang dan tidak takut lagi menghadapi ujian,” yang menggambarkan manfaat nyata yang dirasakan dalam aspek psikologis.

2. Evaluasi Keberlanjutan

Dari aspek keberlanjutan, program ini memiliki potensi untuk terus dilaksanakan secara mandiri di lingkungan pesantren. Guru atau wali kelas dinilai mampu melanjutkan program dengan memberikan pendampingan lanjutan kepada santri. Selain itu, santri juga telah memiliki kemampuan untuk melakukan latihan secara mandiri. Dengan kondisi tersebut, program ini berpotensi untuk dikembangkan menjadi kegiatan rutin yang berkelanjutan.

3. Monitoring Keberlanjutan

Upaya monitoring dilakukan untuk memastikan bahwa hasil pelatihan tetap diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu bentuknya adalah pembentukan “duta motivasi santri” yang berperan dalam mengajak dan mengingatkan teman-temannya untuk terus mempraktikkan teknik yang telah dipelajari. Selain itu, antar santri juga mulai saling mengingatkan untuk melakukan latihan. Praktik self hypnosis pun mulai diterapkan dalam aktivitas sehari-hari, terutama dalam menghadapi situasi yang menimbulkan tekanan seperti ujian.

4. Laporan Akhir

Tahap akhir kegiatan ditandai dengan penyusunan laporan secara sistematis dan lengkap. Dokumentasi kegiatan, seperti foto, daftar hadir, dan materi pelatihan, telah tersusun dengan baik sebagai bukti pelaksanaan. Hasil evaluasi secara keseluruhan menunjukkan bahwa program ini berhasil mencapai tujuan yang diharapkan. Laporan yang disusun tidak hanya menjadi bentuk pertanggungjawaban, tetapi juga dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk pengembangan program serupa di masa mendatang.

F. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Kegiatan

a. Karakteristik Peserta

Peserta kegiatan merupakan santri yang berjumlah 30 responden. Seluruh peserta mengikuti kegiatan self hypnosis dari awal hingga akhir dengan tingkat kehadiran mencapai sekitar 90%. Peserta terdiri dari remaja usia sekolah yang aktif mengikuti setiap sesi pelatihan, baik dalam penyampaian materi, diskusi, maupun praktik secara langsung.

b. Hasil Pre-Test dan Post-Test

Berdasarkan hasil analisis menggunakan IBM SPSS Statistics, diperoleh hasil sebagai berikut:

Variabel	Mean	Std. Deviation (SD)	Persentase Peningkatan
Pre-Test	46,80	3,28	

Post-Test	69,13	3,21	47,71%
-----------	-------	------	--------

Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan skor motivasi belajar dan kesejahteraan mental santri setelah mengikuti pelatihan self hypnosis. Nilai rata-rata post-test lebih tinggi dibandingkan pre-test, yang menunjukkan bahwa kegiatan memberikan pengaruh positif terhadap peserta.

c. Peningkatan Motivasi Belajar

Selama pelaksanaan kegiatan, santri menunjukkan peningkatan motivasi belajar yang terlihat dari antusiasme peserta dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Peserta menjadi lebih aktif bertanya, lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat, dan lebih siap menghadapi proses pembelajaran maupun ujian.

d. Hasil Observasi

Berdasarkan hasil observasi, sebagian besar santri telah mampu mempraktikkan teknik self hypnosis secara mandiri. Peserta tampak lebih tenang, fokus, dan mampu mengontrol kecemasan ketika menghadapi tekanan akademik. Salah satu peserta menyampaikan bahwa setelah mengikuti pelatihan, dirinya merasa lebih tenang dan tidak lagi takut menghadapi ujian.

2. Pembahasan

Peningkatan hasil post-test menunjukkan bahwa metode self hypnosis memiliki pengaruh positif terhadap motivasi belajar dan kesejahteraan mental santri. Self hypnosis bekerja melalui proses relaksasi dan pemberian sugesti positif kepada diri sendiri sehingga membantu peserta mengurangi kecemasan, meningkatkan ketenangan, dan memperkuat keyakinan diri.

Dalam kajian psikologi pendidikan, afirmasi positif yang diberikan saat self hypnosis berhubungan erat dengan konsep self-efficacy yang dikemukakan oleh Albert Bandura. Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan. Ketika santri diberikan sugesti positif seperti “saya mampu belajar dengan baik” atau “saya tenang menghadapi ujian”, maka keyakinan diri mereka meningkat sehingga berdampak pada motivasi belajar.

Selain itu, teori motivasi belajar remaja menjelaskan bahwa kondisi psikologis yang nyaman dan dukungan emosional yang baik dapat meningkatkan semangat belajar peserta didik. Teknik relaksasi dalam self hypnosis membantu menurunkan ketegangan mental sehingga konsentrasi belajar menjadi lebih baik. Kondisi rileks juga membantu otak lebih mudah menerima informasi dan meningkatkan fokus saat belajar.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa teknik relaksasi dan afirmasi positif efektif dalam membantu peserta didik mengurangi kecemasan akademik serta meningkatkan motivasi belajar. Dengan demikian, self hypnosis dapat menjadi salah satu metode alternatif yang dapat diterapkan di lingkungan pesantren untuk mendukung kesehatan mental dan semangat belajar santri.

Keberhasilan program juga dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, seperti antusiasme peserta yang tinggi, metode pelatihan yang interaktif, serta dukungan dari pihak pesantren. Namun demikian, terdapat beberapa hambatan selama pelaksanaan, seperti perbedaan tingkat pemahaman peserta dan keterbatasan waktu latihan sehingga beberapa santri masih memerlukan pendampingan lanjutan.

3. Evaluasi dan Keberlanjutan

a. Monitoring

Monitoring dilakukan untuk memastikan bahwa teknik self hypnosis tetap diterapkan oleh santri dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu bentuk monitoring adalah pembentukan “duta motivasi santri” yang bertugas mengajak dan mengingatkan teman-temannya untuk rutin melakukan latihan.

b. Tindak Lanjut

Tindak lanjut program dilakukan melalui pendampingan oleh guru atau wali kelas agar peserta tetap konsisten mempraktikkan teknik yang telah dipelajari. Selain itu, latihan mandiri juga dianjurkan terutama saat menghadapi ujian atau kondisi yang menimbulkan tekanan psikologis.

c. Potensi Keberlanjutan Program

Program ini memiliki potensi besar untuk dilaksanakan secara berkelanjutan di lingkungan pesantren karena teknik self hypnosis mudah diterapkan secara mandiri dan tidak memerlukan alat khusus. Dukungan pihak pesantren serta kemampuan santri dalam mempraktikkan teknik secara mandiri menjadi faktor utama yang mendukung keberlanjutan program di masa mendatang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan evaluasi kegiatan pengabdian, dapat disimpulkan bahwa edukasi dan pelatihan *self hypnosis* efektif dalam meningkatkan motivasi belajar santri. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan hasil pre-test ke post-test hasil analisis menggunakan IBM SPSS Statistics, diperoleh nilai rata-rata (mean) pre-test sebesar 46,80 dengan standar deviasi 3,28. Setelah diberikan perlakuan/intervensi, nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 69,13 dengan standar deviasi 3,21. Keaktifan peserta selama kegiatan, serta kemampuan santri dalam mempraktikkan teknik *self hypnosis* secara mandiri. Pelatihan ini tidak hanya memberikan pemahaman secara teori, tetapi juga keterampilan praktis yang bermanfaat, seperti mengurangi kecemasan, meningkatkan konsentrasi, dan menumbuhkan kepercayaan diri. Selain itu, pendekatan ABCD (*Asset-Based Community Development*) yang digunakan terbukti mampu mendukung keberhasilan program karena memanfaatkan potensi yang ada di lingkungan pesantren, sehingga program lebih mudah diterima dan berpeluang untuk berkelanjutan.

Meskipun terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu dan perbedaan kemampuan peserta, hal tersebut tidak mengurangi keberhasilan program secara keseluruhan. Dengan demikian, kegiatan ini dapat dinyatakan berhasil dan layak untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran dan kesejahteraan psikologis santri.

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan evaluasi kegiatan pengabdian, dapat disimpulkan bahwa edukasi dan pelatihan self hypnosis efektif dalam meningkatkan motivasi belajar santri. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan hasil pre-test ke post-test. Berdasarkan hasil analisis menggunakan IBM SPSS Statistics, diperoleh nilai rata-rata (mean) pre-test sebesar 46,80 dengan standar deviasi 3,28. Setelah diberikan perlakuan/intervensi, nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 69,13 dengan standar deviasi 3,21. Selain itu, keberhasilan program juga terlihat dari tingginya keaktifan peserta selama kegiatan serta kemampuan santri dalam mempraktikkan teknik self hypnosis secara mandiri.

Pelatihan ini tidak hanya memberikan pemahaman secara teori, tetapi juga keterampilan praktis yang bermanfaat, seperti mengurangi kecemasan, meningkatkan konsentrasi, menumbuhkan kepercayaan diri, serta membantu santri dalam mengelola tekanan akademik. Pendekatan ABCD (*Asset-Based Community Development*) yang digunakan terbukti mampu mendukung keberhasilan program karena memanfaatkan potensi yang ada di lingkungan pesantren, sehingga program lebih mudah diterima dan memiliki peluang besar untuk dilaksanakan secara berkelanjutan.

Meskipun terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu pelaksanaan dan perbedaan kemampuan peserta dalam memahami materi, hal tersebut tidak mengurangi keberhasilan program secara keseluruhan. Dengan demikian, kegiatan ini dapat dinyatakan berhasil dan layak untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai upaya meningkatkan kualitas pembelajaran dan kesejahteraan psikologis santri.

Secara lebih luas, program pelatihan self hypnosis ini juga berpotensi untuk diterapkan di berbagai pesantren lain sebagai salah satu bentuk intervensi psikologis sederhana yang mudah dilakukan, murah, dan aplikatif. Teknik self hypnosis dapat menjadi alternatif pendekatan dalam mendukung kesehatan mental santri, terutama dalam membantu mengatasi kecemasan, meningkatkan motivasi belajar, dan membangun kondisi psikologis yang lebih positif. Oleh karena itu, program ini tidak hanya bermanfaat dalam konteks pembelajaran, tetapi juga dapat menjadi bagian dari upaya penguatan kesehatan mental di lingkungan pendidikan berbasis pesantren.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu terwujudnya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini yaitu kepada pihak pengasuh pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo dan kepada kepala daerah kepada seluruh pengurus pondok pesantren salafiyah syafi'iyah sukorejo situbondo. dan kepada FIK universitas Ibrahimiyah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.

2. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
3. Hammond, D. C. (Ed.). (1990). *Handbook of Hypnotic Suggestions and Metaphors*. New York: W. W. Norton & Company.
4. Alman, B., & Lambrou, P. (1992). *Self-Hypnosis: The Complete Manual for Health and Self-Change* (2nd ed.). New York: Brunner/Mazel.
5. Olivarez, A. L., & cyt. (2017). Clinical Hypnosis, an Effective Mind–Body Modality for Adolescents (review). *Children*, available via PMC. — review yg membahas manfaat hipnosis pada remaja (regulasi stres, self-esteem, kontrol diri).
6. Pachaiappan, S., Tee, M. Y., & Low, W. Y. (2023). Effect of Self-Hypnosis on Test Anxiety among Secondary School Students in Malaysia. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*.
7. Paramartha, W. E., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (2024). Optimasi Peningkatan Self-Control melalui Teknik Self-Hypnosis. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 7(2).
8. Haryati, T. (2023). Improving Student Learning Motivation during the COVID-19 Pandemic through Hypnotherapy. *JENTRE*. Jayawardana, H. B. A., & Djukri, D. (2024). Pengembangan Model Pembelajaran Hypnoteaching untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Biologi Siswa SMA/MA. *Jurnal Inovasi Pendidikan IPA*, v1(2).
9. Chandra, C., Wijaya, A. F., Harley, V., Mirza, R., & Putra, A. I. D. (2025). The Effectiveness of Hypnotherapy Direct Suggestion in Improving the Emotional Regulation of Students Addicted to Social Media. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 6(2), 169-180.
10. Alman, B. M., & Lambrou, P. T. (1992). *Self-Hypnosis: The Complete Manual for Health and Self-Change*. New York: Brunner/Mazel.
11. Hammond, D. C. (1990). *Handbook of Hypnotic Suggestions and Metaphors*. New York: W. W. Norton & Company.
12. Olivarez, R. (2017). Self-Hypnosis for Academic Success: Reducing Test Anxiety and Improving Concentration. *Journal of Educational Psychology*, 109(3), 452-460.
13. Rahmawati, N. (2022). Efektivitas teknik relaksasi dan self-hypnosis dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMA menjelang ujian akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 134-142.
14. Pratama, A., & Lestari, D. (2021). Penerapan self-hypnosis untuk meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(1), 55-63.
15. Yuliani, R. (2020). Pelatihan hypnotherapy sederhana untuk mengurangi kecemasan ujian pada siswa SMA. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 5(2), 88-96.
16. Sari, M. (2023). Integrasi self-hypnosis dan nilai religiusitas dalam meningkatkan motivasi belajar santri. *Jurnal Pendidikan Pesantren dan Islam Nusantara*, 8(1), 25-35.
17. Alman, B. M., & Lambrou, P. T. (1992). *Self-Hypnosis: The Complete Manual for Health and Self-Change*. Brunner/Mazel.
18. Hammond, D. C. (1990). *Handbook of Hypnotic Suggestions and Metaphors*. W. W. Norton & Company.
19. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.

20. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
21. Pachaiappan, S., Tee, M. Y., & Low, W. Y. (2023). Effect of Self-Hypnosis on Test Anxiety among Secondary School Students in Malaysia. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*.
22. Pratama, A., & Lestari, D. (2021). Penerapan self-hypnosis untuk meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar pada siswa SMA. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(1), 55–63.
23. Jayawardana, H. B. A., & Djukri, D. (2024). Pengembangan model hypnoteaching untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar. *Jurnal Inovasi Pendidikan IPA*.
24. Rahmawati, N. (2022). Efektivitas teknik relaksasi dan self-hypnosis dalam meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 134–142.
25. Sari, M. (2023). Integrasi self-hypnosis dan nilai religiusitas dalam pendidikan pesantren. *Jurnal Pendidikan Pesantren dan Islam Nusantara*, 8(1), 25–35.
26. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
27. Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. Harper & Row.
28. Sardiman, A. M. (2018). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Raja Grafindo Persada.
29. Uno, H. B. (2016). *Teori Motivasi & Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan*. Bumi Aksara.
30. Winkel, W. S. (2004). *Psikologi Pengajaran*. Media Abadi.
31. Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
32. Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
33. Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development*. McGraw-Hill.
34. Santrock, J. W. (2016). *Adolescence (16th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.
35. Aprilia, D. (2019). *Self Hypnosis: Teknik Mengelola Pikiran Bawah Sadar*. Jakarta: Bumi Aksara.
36. Lestari, F. (2021). Pengaruh Self Hypnosis terhadap Motivasi Belajar Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13(2), 45–53.
37. Putra, A., & Dewi, R. (2019). Penerapan Self Hypnosis untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 12–20.
38. Santoso, A. (2020). *Hypnotherapy for Student Performance*. Yogyakarta: Andi Offset.
39. Wulandari, I. (2020). Efektivitas Pelatihan Self Hypnosis dalam Mengurangi Kecemasan Akademik. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 9(1), 22–30.



OPTIMALISASI PEMANFAATAN BUKU KIA DALAM EDUKASI MENGENALI RISIKO STUNTING PADA IBU HAMIL

Emy Yulianti^{1*}, Utin Siti Candra Sari² Astrisaria³
^{1,2,3} Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

early detection

pregnant women

knowledge

stunting

maternal and child health books

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan dalam pembangunan kesehatan. Upaya pencegahan stunting perlu dilakukan sejak masa kehamilan melalui peningkatan pengetahuan ibu mengenai faktor risiko yang dapat memengaruhi pertumbuhan janin. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mengenali dan melakukan deteksi dini risiko stunting selama kehamilan melalui pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak sebagai media edukasi kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tekarang dengan pendekatan edukatif dan partisipatif kepada 50 ibu hamil Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi pemanfaatan buku kesehatan ibu dan anak, dengan media pendukung berupa presentasi dan booklet edukasi. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan kuesioner Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 59,45 sebelum edukasi menjadi 94,16 setelah kegiatan dilaksanakan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui pemanfaatan buku kesehatan ibu dan anak dan media booklet mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting selama masa kehamilan

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that remains a challenge in health development. Stunting prevention efforts need to be carried out from pregnancy by increasing the knowledge of mothers regarding risk factors that can affect fetal growth. This activity aims to increase the knowledge of pregnant women regarding the risk of stunting during pregnancy and conduct early detection using the Maternal and Child Health Book as a health education medium. The community service activity was conducted in the Tekarang Community Health Center working area with an educational and participatory approach to 50 pregnant women. The methods used included interactive lectures, discussions, and demonstrations of the use of the Maternal and Child Health Book, with supporting media in the form of presentations and educational booklets. Evaluation was conducted by measuring knowledge before and after the activity using a questionnaire. The activity results showed an increase in the knowledge of pregnant women after receiving health education. The average knowledge score increased from 59.45 before education to 94.16 after the activity was implemented. These results indicate that health

education using the Maternal and Child Health Book and booklets can improve the understanding of pregnant women regarding the risk of stunting during pregnancy.

**Corresponding Author: (yanti7889@gmail.com)*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan global maupun nasional. Stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak periode prenatal hingga awal kehidupan anak sehingga menyebabkan tinggi badan anak lebih rendah dibandingkan standar usianya. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, peningkatan kerentanan terhadap penyakit, serta penurunan produktivitas pada masa dewasa yang pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi suatu negara (Tumilowicz, Beal and Neufeld, 2018; Kemensekneg, 2020; Tony C.Maigoda, Demsa Simbolon, 2023).

Secara global, stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, terutama di negara berkembang. Indonesia termasuk dalam negara dengan prevalensi stunting yang relatif tinggi di kawasan Asia Tenggara. Data menunjukkan bahwa rata-rata prevalensi stunting di Indonesia pada periode 2005–2017 mencapai 36,4% sehingga menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan beban stunting yang signifikan di kawasan regional Asia Tenggara (RI, 2019). Di tingkat daerah, Provinsi Kalimantan Barat juga masih menghadapi permasalahan yang sama, dengan prevalensi balita sangat pendek dan pendek mencapai 30,2%. Bahkan pada beberapa wilayah tertentu prevalensinya lebih tinggi dibandingkan rata-rata provinsi, seperti yang ditemukan pada penelitian di Kabupaten Kubu Raya yang menunjukkan angka stunting pada balita usia 1–3 tahun mencapai 39,51% (Hariyadi, 2016).

Permasalahan stunting tidak hanya dipengaruhi oleh faktor asupan gizi anak setelah lahir, tetapi juga sangat berkaitan dengan kondisi kesehatan dan status gizi ibu sejak masa sebelum kehamilan hingga selama masa kehamilan. Faktor seperti status gizi ibu, tinggi badan ibu, kecukupan asupan nutrisi selama kehamilan, serta kualitas pelayanan antenatal merupakan determinan penting dalam pencegahan stunting sejak periode kehamilan. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu dilakukan sejak dini melalui pendekatan promotif dan preventif yang melibatkan ibu hamil sebagai kelompok sasaran utama (RI, 2019).

Salah satu strategi yang dikembangkan pemerintah dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu dan anak adalah melalui pemanfaatan **Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA)**. Buku KIA merupakan media komunikasi, informasi, dan edukasi yang memuat berbagai informasi terkait kesehatan ibu dan anak, termasuk pemantauan kehamilan, pertumbuhan anak, serta edukasi mengenai gizi dan perawatan kesehatan ibu dan anak. Pemanfaatan Buku KIA diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta perilaku kesehatan ibu sehingga mampu mendukung upaya pencegahan berbagai masalah kesehatan, termasuk stunting (Tumilowicz, Beal and Neufeld, 2018; Ditkesga, 2020; Lolonda *et al.*, 2025).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan Buku KIA memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan perilaku kesehatan ibu hamil. Penelitian yang dilakukan oleh (Ainiyah, Hakimi and Anjarwati, 2017) menunjukkan bahwa penggunaan Buku KIA berhubungan dengan peningkatan perilaku kesehatan ibu hamil trimester III dengan koefisien korelasi sebesar 0,530 yang menunjukkan hubungan yang cukup kuat. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Dibley *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa kunjungan antenatal yang memadai juga berhubungan dengan kejadian stunting pada anak, di mana ibu yang melakukan kunjungan antenatal kurang dari empat kali memiliki risiko lebih tinggi melahirkan anak dengan kondisi stunting.

Meskipun demikian, dalam praktik di lapangan pemanfaatan Buku KIA sebagai media edukasi kesehatan belum optimal. Banyak ibu hamil yang hanya menggunakan Buku KIA sebagai catatan pelayanan kesehatan tanpa memahami secara menyeluruh informasi edukasi yang terdapat di dalamnya, termasuk informasi mengenai faktor risiko stunting selama masa kehamilan. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara ketersediaan media edukasi kesehatan dengan pemanfaatannya oleh masyarakat.

Wilayah kerja Puskesmas Tekarang Kabupaten Sambas merupakan salah satu wilayah yang memiliki jumlah balita yang cukup besar dan masih menghadapi permasalahan stunting. Berdasarkan data kesehatan daerah, Kabupaten Sambas memiliki jumlah balita pendek dan sangat pendek yang masih cukup tinggi

sehingga memerlukan upaya pencegahan yang lebih komprehensif melalui pendekatan promotif dan edukatif kepada masyarakat, khususnya ibu hamil.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting selama masa kehamilan melalui optimalisasi pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) sebagai media edukasi kesehatan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai faktor risiko stunting serta mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik selama masa kehamilan.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mengenali dan melakukan deteksi dini terhadap risiko stunting selama masa kehamilan melalui edukasi kesehatan berbasis pemanfaatan Buku KIA. Adapun rencana pemecahan masalah dilakukan melalui kegiatan pendidikan kesehatan pada kelompok ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tekarang dengan menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif yang menekankan pada pemahaman isi Buku KIA terkait deteksi dini risiko stunting selama masa kehamilan..

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif melalui pendidikan kesehatan kepada kelompok ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting selama kehamilan dengan memanfaatkan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) sebagai media edukasi. Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tekarang.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan, serta monitoring dan evaluasi kegiatan.

Tahap Persiapan; dilakukan pembentukan tim pelaksana pengabdian kepada masyarakat yang terdiri dari dosen dan mahasiswa. Tim melakukan koordinasi dan sosialisasi dengan pihak Puskesmas serta kader kesehatan setempat. Sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman mengenai tujuan kegiatan, manfaat kegiatan, serta mekanisme pelaksanaan pendidikan kesehatan mengenai cara mengenali risiko stunting selama masa kehamilan melalui pemanfaatan Buku KIA. Pada tahap persiapan juga dilakukan penyusunan materi edukasi Mengenal Risiko Stunting Saat Kehamilan yang mencakup informasi mengenai pengertian stunting, faktor risiko stunting sejak masa kehamilan, pentingnya deteksi dini risiko stunting, serta pemanfaatan Buku KIA sebagai sumber informasi kesehatan ibu dan anak.

Sasaran Kegiatan. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah kelompok ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tekarang Kecamatan Tekarang Kabupaten Sambas. Pemilihan sasaran dilakukan secara purposive, yaitu ibu hamil yang hadir pada kegiatan posyandu atau kegiatan pelayanan kesehatan ibu hamil yang diselenggarakan di wilayah kerja puskesmas.

Bahan dan Alat

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan edukasi kesehatan meliputi:

- a. Materi penyuluhan dalam bentuk presentasi PowerPoint
- b. Booklet edukasi mengenai Mengenal Risiko Stunting selama Kehamilan
- c. Buku KIA sebagai media utama dalam penyampaian informasi
- d. Perangkat pendukung edukasi berupa LCD proyektor, laptop, sound system, dan banner edukasi

Media booklet digunakan sebagai bahan edukasi yang dapat dibawa pulang oleh peserta sehingga dapat dipelajari kembali secara mandiri oleh ibu hamil.

Pelaksanaan Kegiatan Edukasi

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi pemanfaatan Buku KIA dalam mengenali risiko stunting selama masa kehamilan. Kegiatan edukasi disesuaikan dengan jadwal kegiatan posyandu atau kegiatan pelayanan kesehatan ibu hamil yang dilaksanakan setiap bulan di wilayah kerja Puskesmas Tekarang.

Dalam kegiatan ini, peserta diberikan penjelasan mengenai faktor risiko stunting sejak masa kehamilan, pentingnya pemenuhan gizi ibu hamil, serta cara mengenali indikator risiko stunting yang tercantum dalam Buku KIA. Peserta juga diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan mengajukan pertanyaan terkait materi yang disampaikan.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting selama kehamilan. Pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan setelah kegiatan pendidikan kesehatan. Kuesioner tersebut berisi sejumlah

pertanyaan terkait pengertian stunting, faktor risiko stunting, serta pemanfaatan Buku KIA dalam deteksi dini risiko stunting selama masa kehamilan.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi kegiatan dilakukan secara berkala oleh tim pelaksana bersama dengan mitra dari pihak puskesmas. Evaluasi bertujuan untuk menilai efektivitas kegiatan edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting. Selain itu, evaluasi juga dilakukan untuk menilai tingkat partisipasi peserta serta kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Teknik Analisis Data

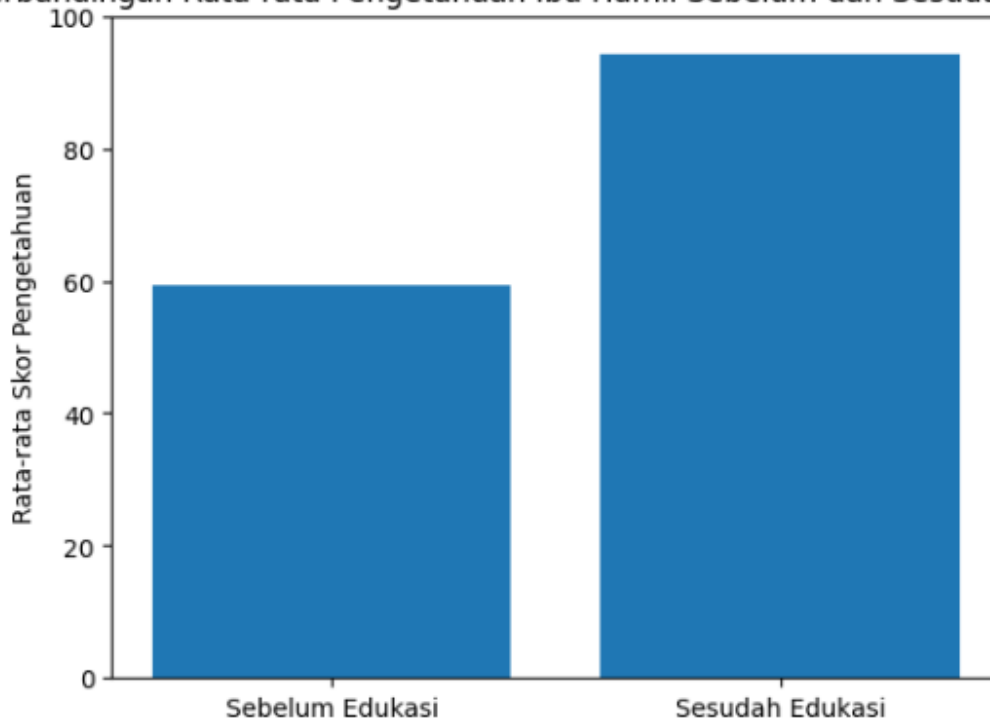
Data yang diperoleh dari hasil pengukuran pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Tekarang pada tanggal 13–14 Oktober 2023. Kegiatan diawali dengan koordinasi antara tim pelaksana pengabdian dengan kepala puskesmas serta tenaga kesehatan setempat, khususnya bidan yang bertugas pada pelayanan kesehatan ibu. Koordinasi ini bertujuan untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan sekaligus menentukan waktu serta tempat kegiatan edukasi kesehatan bagi kelompok ibu hamil.

Kegiatan pendidikan kesehatan dilaksanakan di ruang pertemuan puskesmas dengan jumlah peserta sebanyak 50 ibu hamil. Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi booklet edukasi mengenai Kenali risiko stunting dalam kehamilan berbasis Buku KIA, presentasi PowerPoint, serta alat bantu audiovisual berupa LCD proyektor dan OHP. Setiap peserta memperoleh satu booklet sebagai bahan edukasi yang dapat dipelajari kembali secara mandiri setelah kegiatan berlangsung.

Perbandingan Rata-rata Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi



Gambar 1. Diagram Batang Perbandingan Rata-rata Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi

Berikut tabel distribusi frekuensi pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberi edukasi mengenai risiko stunting dalam kehamilan berdasarkan buku KIA.

Tabel 1. Distribusi Nilai Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Mean	Median	Minimum	Maksimum
Pengetahuan sebelum edukasi	59,45	60	46	73
Pengetahuan sesudah edukasi	94,16	93	86	100

Hasil evaluasi pengetahuan ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting dalam kehamilan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sebelum dilakukan intervensi edukasi, nilai rata-rata pengetahuan ibu hamil adalah 59,45, dengan nilai median 60, nilai terendah 46, dan nilai tertinggi 73. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan melalui penyampaian materi dan pendampingan pemanfaatan booklet berbasis Buku KIA, nilai rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 94,16, dengan nilai median 93, nilai terendah 86, dan nilai tertinggi 100.

Menggambarkan perubahan proporsi tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah kegiatan edukasi kesehatan. Sebelum intervensi, proporsi rata-rata pengetahuan peserta baru mencapai sekitar 59,5% dari skor maksimal, sedangkan setelah kegiatan edukasi meningkat menjadi 94,2% dari skor maksimal. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis pemanfaatan Buku KIA dan media booklet memiliki kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai deteksi dini risiko stunting selama masa kehamilan

Dokumentasi kegiatan Pengabdian Masyarakat tentang Kenali Risiko Stunting Dalam Kehamilan



Booklet Kenali Risiko Stunting



Foto Bersama ibu hamil, tim pelaksana dan tenaga Kesehatan Puskesmas



Sambutan Kepala Puskesmas



Pemberian Pre dan Post Test



Pemberian Edukasi



HaKI Booklet

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan pendidikan kesehatan mengenai pengenalan risiko stunting masa kehamilan melalui pemanfaatan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (Buku KIA) mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan. Peningkatan ini terlihat dari nilai rata-rata pengetahuan ibu hamil sebelum intervensi sebesar 59,45 dengan nilai tengah 60, kemudian meningkat menjadi 94,16 dengan nilai tengah 93 setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang diberikan melalui media booklet dan presentasi Power Point efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai risiko stunting sejak masa kehamilan.

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan menurut umur berada di bawah standar deviasi minus dua dari standar pertumbuhan anak menurut WHO. Kondisi ini akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam jangka waktu lama, terutama pada periode sejak janin dalam kandungan hingga usia dua tahun (Wahyuningsih, et all, 2024). terutama selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak konsepsi hingga anak berusia dua tahun. Menurut Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia (Kemensekneg, 2020), faktor risiko stunting telah dimulai sejak masa kehamilan melalui kondisi maternal yang tidak optimal, seperti anemia, kekurangan energi kronis (KEK), infeksi selama kehamilan, kurangnya asupan gizi, dan rendahnya akses pelayanan kesehatan. Teori ini menegaskan bahwa status kesehatan ibu selama kehamilan merupakan determinan utama pertumbuhan dan perkembangan janin. Menurut laporan , stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia karena prevalensinya masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan oleh WHO (Kementrian Kesehatan RI, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting harus dilakukan secara komprehensif, termasuk melalui peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai faktor risiko yang dapat dikenali sejak masa kehamilan.

Menurut Elly Wahyuni dkk. (Elly Wahyuni, Mariati, Rialike Burhan, 2024) yang menjelaskan bahwa deteksi dini risiko stunting pada masa kehamilan dapat dilakukan melalui identifikasi faktor maternal seperti kadar hemoglobin rendah, Lingkar Lengan Atas (LILA) <23,5 cm, kenaikan berat badan yang tidak adekuat, usia ibu terlalu muda atau terlalu tua, jarak kehamilan terlalu dekat, serta adanya komplikasi kehamilan. Faktor-faktor tersebut berpotensi menyebabkan gangguan pertumbuhan intrauterin yang berdampak pada lahirnya bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan panjang badan lahir pendek, yang merupakan faktor awal terjadinya stunting.

Dalam teori siklus kehidupan (life cycle theory), masalah gizi pada ibu hamil akan memengaruhi kualitas pertumbuhan janin dan berlanjut hingga masa bayi dan anak. Kekurangan gizi selama kehamilan menyebabkan gangguan pembentukan jaringan tubuh dan perkembangan otak janin. Jika kondisi tersebut tidak dikenali dan ditangani sejak dini, maka anak berisiko mengalami hambatan pertumbuhan fisik, gangguan perkembangan kognitif, penurunan kemampuan belajar, serta peningkatan risiko penyakit degeneratif pada usia dewasa. Hal ini sejalan dengan pendapat Tony C. Maigoda dkk. (Tony C.Maigoda, Demsa Simbolon, 2023) yang menyatakan bahwa stunting tidak hanya berdampak pada tinggi badan anak, tetapi juga terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan

Hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu memiliki hubungan erat dengan praktik pencegahan stunting. Penelitian yang dilakukan oleh (Yunitasari *et al.*, 2021) menemukan bahwa pengetahuan ibu mengenai gizi dan kesehatan anak berpengaruh terhadap

upaya pencegahan stunting pada anak usia 6–24 bulan. Ibu yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung mampu melakukan praktik pemberian makanan yang tepat, menjaga kesehatan anak, serta memanfaatkan layanan kesehatan secara optimal.

Peningkatan pengetahuan ibu hamil pada kegiatan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam membangun kesadaran ibu mengenai faktor risiko stunting. Menurut teori perilaku kesehatan, peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal terbentuknya perubahan sikap dan perilaku kesehatan seseorang. Ibu hamil yang memahami tanda risiko stunting cenderung lebih mampu melakukan tindakan preventif, seperti memperbaiki pola makan, rutin melakukan pemeriksaan ANC, mengonsumsi tablet tambah darah, serta memanfaatkan Buku KIA sebagai media pemantauan kesehatan ibu dan janin.

Hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian O. Lolonda dkk. (Lolonda *et al.*, 2025) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai Buku KIA mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan. Buku KIA berfungsi sebagai media edukasi yang memuat informasi mengenai gizi ibu hamil, tanda bahaya kehamilan, pemantauan pertumbuhan janin, serta pencegahan stunting. Dengan demikian, pemanfaatan Buku KIA tidak hanya bersifat administratif, tetapi juga menjadi sarana promotif dan preventif dalam mendukung kesehatan ibu dan anak.

Selain itu, teori determinan stunting yang dikemukakan oleh Alison Tumilowicz, Ty Beal, dan Lynnette M. Neufeld (Tumilowicz, Beal and Neufeld, 2018) menyatakan bahwa stunting dipengaruhi oleh faktor multidimensional, meliputi status gizi ibu, pendidikan ibu, kondisi sosial ekonomi, pola asuh, sanitasi, dan akses pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu melalui pendidikan kesehatan menjadi bagian penting dalam intervensi pencegahan stunting karena pengetahuan yang baik akan memengaruhi perilaku ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan.

Pentingnya pemeriksaan ANC juga menjadi bagian dari teori pencegahan stunting sejak masa prenatal. Penelitian W.B. Lyoba dkk. (Lyoba, Mpambije and Mwakatoga, 2025) menjelaskan bahwa kunjungan ANC sejak trimester pertama berperan penting dalam mendeteksi masalah gizi ibu, anemia, dan gangguan pertumbuhan janin secara lebih dini. Melalui ANC, tenaga kesehatan dapat melakukan pemantauan status gizi ibu, pemberian suplementasi zat besi, edukasi kesehatan, serta deteksi komplikasi kehamilan yang berpotensi menyebabkan stunting

Selain itu, penelitian (Pangestuti, Khomsan and Ekayanti, 2023) juga menunjukkan bahwa faktor maternal, termasuk pengetahuan dan status gizi ibu selama kehamilan, memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada anak usia 6–24 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan pada masa kehamilan memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan anak. Oleh karena itu, edukasi mengenai risiko stunting sejak masa kehamilan strategi yang sangat penting dalam upaya pencegahan stunting.

Dalam perspektif kesehatan masyarakat, stunting tidak hanya berkaitan dengan masalah tinggi badan yang rendah, tetapi juga memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Anak yang mengalami stunting berisiko mengalami gangguan perkembangan kognitif, penurunan kemampuan belajar, serta peningkatan risiko penyakit kronis pada masa dewasa (Black *et al.*, 2013). Selain itu, anak yang mengalami stunting juga memiliki risiko lebih tinggi terhadap gangguan metabolik seperti obesitas, diabetes, dan penyakit kardiovaskular pada masa dewasa (Mericq, et al, 2016).

Dalam konteks kehamilan, terdapat berbagai faktor risiko yang dapat memicu terjadinya stunting pada anak, di antaranya adalah status gizi ibu yang buruk, anemia pada ibu hamil, berat badan lahir rendah, serta kurangnya asupan nutrisi selama kehamilan. Penelitian (Putri, Salsabilla and Saputra, 2021) menunjukkan bahwa bayi dengan berat badan lahir rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting dibandingkan bayi dengan berat badan lahir normal. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan ibu selama kehamilan sangat menentukan status gizi anak setelah lahir.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa panjang badan lahir dan berat badan lahir memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada anak. Hasil penelitian Rahayu (Hanis Kusumawati Rahayu, 2025) menunjukkan bahwa bayi yang lahir dengan panjang badan yang lebih pendek memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami stunting pada masa balita. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan pertumbuhan yang terjadi sejak masa intrauterin dapat berlanjut hingga masa anak-anak apabila tidak dilakukan intervensi yang tepat.

Dalam konteks pencegahan stunting, pemanfaatan Buku KIA memiliki peran yang sangat penting. Buku KIA merupakan salah satu instrumen komunikasi kesehatan yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai kesehatan ibu dan anak, termasuk pemantauan pertumbuhan dan perkembangan

anak. Buku ini memuat berbagai informasi penting mengenai gizi selama kehamilan, tanda bahaya kehamilan, serta cara mencegah stunting sejak masa kehamilan (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan Buku KIA oleh ibu hamil masih belum optimal. Banyak ibu hamil yang hanya menyimpan Buku KIA tanpa memahami informasi yang terdapat di dalamnya. Kondisi ini menyebabkan potensi Buku KIA sebagai media edukasi kesehatan belum dimanfaatkan secara maksimal. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan yang menekankan pada cara membaca dan memahami isi Buku KIA menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan pemanfaatan buku tersebut.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi berupa booklet dan presentasi PowerPoint mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai risiko stunting. Media booklet memiliki keunggulan karena dapat dibaca kembali oleh peserta setelah kegiatan edukasi selesai, sehingga informasi yang disampaikan dapat dipahami secara lebih mendalam. Hal ini sejalan dengan teori komunikasi kesehatan yang menyatakan bahwa penggunaan media visual dapat meningkatkan daya serap informasi serta mempermudah proses pembelajaran (Kementrian Kesehatan RI, 2023).

Selain itu, keberhasilan kegiatan ini juga dipengaruhi oleh keterlibatan tenaga kesehatan dan kader posyandu dalam proses pelaksanaan kegiatan. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, kader, dan masyarakat merupakan salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas. Pendekatan berbasis komunitas memungkinkan penyampaian informasi kesehatan dilakukan secara lebih efektif karena melibatkan aktor lokal yang memiliki kedekatan dengan masyarakat.

Dari perspektif kebidanan komunitas, edukasi kesehatan pada ibu hamil merupakan salah satu intervensi promotif yang memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan ibu dan anak. Bidan memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi mengenai gizi selama kehamilan, pemantauan pertumbuhan janin, serta deteksi dini faktor risiko yang dapat menyebabkan stunting. Oleh karena itu, integrasi edukasi mengenai pencegahan stunting dalam pelayanan antenatal care menjadi langkah yang sangat penting.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai pengenalan risiko stunting sejak masa kehamilan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku kesehatan ibu, khususnya dalam hal pemenuhan gizi selama kehamilan, pemanfaatan layanan kesehatan, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak setelah lahir.

Dengan demikian, pendidikan kesehatan yang terintegrasi dengan pemanfaatan Buku KIA dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas. Intervensi ini perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader posyandu, serta keluarga ibu hamil agar upaya pencegahan stunting dapat berjalan secara optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Tekarang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai pengenalan risiko stunting sejak masa kehamilan melalui pemanfaatan booklet berbasis Buku Kesehatan Ibu dan Anak efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil. Hal ini terlihat dari peningkatan nilai rata-rata pengetahuan peserta dari 59,45 sebelum intervensi menjadi 94,16 setelah edukasi, yang menunjukkan peningkatan pemahaman ibu hamil terhadap faktor risiko stunting selama masa kehamilan. Temuan ini menegaskan bahwa pendidikan kesehatan yang terintegrasi dengan pemanfaatan Buku KIA dapat menjadi strategi promotif yang efektif dalam upaya pencegahan stunting sejak periode kehamilan.

Saran

1. Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan di pelayanan antenatal, diharapkan dapat mengintegrasikan edukasi mengenai deteksi dini risiko stunting secara rutin dalam kegiatan pelayanan ANC dengan memanfaatkan Buku KIA sebagai media edukasi.
2. Bagi institusi pelayanan kesehatan, kegiatan pendidikan kesehatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan melibatkan kader posyandu serta keluarga ibu hamil guna memperkuat upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas.
3. Dianjurkan untuk melakukan pemantauan lanjutan terhadap perubahan perilaku kesehatan ibu hamil dan dampaknya terhadap status gizi dan pertumbuhan anak setelah kelahiran untuk pengembangan kegiatan selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberikan dukungan finansial dalam hal ini Dipa Poltekkes Kemenkes Pontianak sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Dukungan tersebut sangat membantu dalam kelancaran pelaksanaan seluruh rangkaian kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainiyah, N.H., Hakimi, M. and Anjarwati, A. (2017) "The use of Maternal and Child Health (MCH) handbook improves healthy behavior of pregnant women," *Majalah Obstetri & Ginekologi*, 25(2), pp. 59–62. Available at: <https://doi.org/10.20473/mog.v25i22017.59-62>.
- Black, R.E. *et al.* (2013) "Maternal and Child Nutrition 1 Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries," *Maternal and Child Nutrition* 1, 382. Available at: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X).
- Dibley, M.J. *et al.* (2020) "Evaluation of a Package of Behaviour Change Interventions (Baduta Program) to Improve Maternal and Child Nutrition in East Java , Indonesia : Protocol for an Impact Study Corresponding Author :," 9(9). Available at: <https://doi.org/10.2196/18521>.
- Ditkesga (2020) "Petunjuk teknis penggunaan buku kia revisi 2020," *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, [Preprint]. Available at: <https://www.rsudkotamakassar.or.id/wp-content/uploads/2025/01/Juknis-Buku-KIA.pdf>.
- Elly Wahyuni, Mariati, Rialike Burhan, R.D. (2024) *Deteksi Dini Risiko Stunting pada Masa Kehamilan, NEM.* NEM. Available at: https://books.google.co.id/books/about/Deteksi_Dini_Risiko_Stunting_pada_Masa_K.html?id=pgc7EQAAQBAJ&redir_esc=y.
- Hanis Kusumawati Rahayu, D. (2025) "ASSOCIATION BETWEEN BIRTH WEIGHT, BIRTH LENGTH, AND STUNTING: AN ANALYSIS OF CASES AT LEMPAKE PUBLIC HEALTH CENTER, EAST BORNEO, INDONESIA," *Journal of Community Medicine and Public Health Research*, 06(01). Available at: <https://doi.org/10.20473/jcmphr.v6i1.61270>.
- Hariyadi, D. (2016) "Asupan Suplemen Bukan Determinan Kejadian Stunting Anak Balita (1-3 Tahun)," *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2(2), pp. 108–112. Available at: <https://doaj.org/article/0142ddaf81ae470c8e0e721f21606800>.
- Kemensekneg (2020) *Apa Itu Stunting?* Available at: <https://stunting.go.id/wp-content/uploads/2020/09/FAQ-Serial-Apa-itu-Stunting-Final.pdf>.
- Kementerian Kesehatan RI (2023) "Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022," *Kemenkes RI*, pp. 2013–2015.
- Lolonda, O. *et al.* (2025) "The Influence of Health Education on Increasing Pregnant Women ' s Knowledge About the Benefits of Mch Books During Pregnancy at Jambi City Puskesmas," *West Science Interdisciplinary Studies*, 03(02), pp. 365–370. Available at: <https://doi.org/DOI:10.58812/wsis.v3i02.1689>.
- Lyoba, W.B., Mpambije, C.J. and Mwakatoga, J.D. (2025) "Unlock the drivers of early ANC visits among pregnant women in Kasulu town council , Tanzania : an institutional cross-sectional study," *Reproductive Health*, 22, p. 187. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12978-025-02162-3>.
- Mericq, Veronica, Alejandro Martinez-Aguayo , Ricardo Uauy , German Iñiguez, M.V. der S. and A.H.-K. (2016) "Long-term metabolic risk among children born premature or small for gestational age," *NATURE REVIEWS | ENDOCRINOLOGY* [Preprint]. Available at: <https://doi.org/10.1038/nrendo.2016.127>.
- Pangestuti, M., Khomsan, A. and Ekayanti, I. (2023) "Determinants of stunting in children aged 6-24 months in rural areas : Case Control Study," *Aceh Nutrition Journal*, 8(3), pp. 318–330. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30867/action.v8i3.918> Pages:
- Putri, T.A., Salsabilla, D.A. and Saputra, R.K. (2021) "The Effect of Low Birth Weight on Stunting in Children Under Five : A Meta Analysis," *Journal of Maternal and Child Health (2021)*, 06, pp. 496–506. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.26911/thejmch.2021.06.04.11>.
- RI, K. (2019) *Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf*. Jakarta: Banlitbangkes. Available at: https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf.

- Tony C.Maigoda, Demsa Simbolon, A.H.A.R. (2023) *Kenali Stunting Sejak Dini, NEM*. Pekalongan Jawa Tengah. Available at: https://books.google.co.id/books/about/Kenali_Stunting_Sejak_Dini.html?id=OnrjEAAAQBAJ&redir_esc=y.
- Tumilowicz, A., Beal, T. and Neufeld, L.M. (2018) "A review of child stunting determinants in Indonesia," *Maternal and Child Nutrition*, (October 2017), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>.
- Wahyuningsih, Vera T Harikedua, Winasari Dewi, Amelia Donsu, Desak Putu Sukraniti, M.Kes Subriah, Rahel Metanfanuan, Abdul Fandir, Nintinjri Husnida, Wa Rina, Tarigan, Lidia Br, Nita R. Momongan, Budi Punjastuti, Husnul Khatimah, Stefanny Zulistya Wenno, H.S.I. (2024) "Stunting, Solusi dan Pencegahannya," in L.O. Alifariki (ed.) *Media Pustaka Indo*.
- Yunitasari, E. *et al.* (2021) "Determinants of Stunting Prevention among Mothers with Children Aged 6 – 24 Months," *Macedonian Journal of Medical Sciences*, 22(B), pp. 378–384. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6106>.



**PROGRAM EDUKASI DAN KONSELING MKJP BERBASIS KADER DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS CEMPAKA MULIA KABUPATEN KOTAWARINGIN TIMUR
UNTUK MENINGKATKAN AKSEPTOR KB JANGKA PANJANG**

Ivana Devitasari¹, Meyska Widyandini², Rena Oki Alestari³.

¹²³ Universitas Eka Harap

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Long-acting

reversible Contraception

Community-based Intervention

Cadre-based counselling

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang pada pasangan usia subur melalui edukasi dan konseling berbasis kader. Permasalahan yang dihadapi adalah rendahnya pemanfaatan metode kontrasepsi jangka panjang yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan, adanya persepsi negatif, serta kurangnya akses terhadap konseling yang efektif di masyarakat. Kegiatan dilaksanakan pada keluarga binaan dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan kader kesehatan sebagai pendamping. Intervensi yang dilakukan meliputi pelatihan kader, edukasi langsung kepada pasangan usia subur, konseling individu, serta pendampingan melalui kunjungan rumah secara berkala. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman serta perubahan sikap yang lebih positif terhadap metode kontrasepsi jangka panjang. Selain itu, terjadi peningkatan minat dan jumlah pengguna setelah pelaksanaan kegiatan. Pendekatan berbasis kader dan keluarga binaan terbukti efektif dalam membangun kepercayaan serta mendorong perubahan perilaku secara bertahap dan berkelanjutan di masyarakat.

ABSTRACT

This community service activity aimed to improve knowledge and the use of long-acting contraceptive methods among couples of reproductive age through cadre-based education and counseling. The problem addressed was the low utilization of long-acting contraceptive methods due to limited knowledge, negative perceptions, and inadequate access to effective counseling in the community. The activity was conducted among assisted families using a participatory approach involving health cadres as facilitators. The intervention included cadre training, direct education for couples of reproductive age, individual counseling, and regular home visits. The results showed an improvement in participants' understanding and more positive attitudes toward long-acting contraceptive methods. In addition, there was an increase in interest and the number of users after the intervention. The cadre-based and family-centered approach proved effective in building trust and encouraging gradual and sustainable behavioral change within the community.

*Corresponding Author: devitaivana55@gmail.com

PENDAHULUAN

Program Keluarga Berencana (KB) merupakan salah satu intervensi strategis dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak serta mengendalikan laju pertumbuhan penduduk. Program ini tidak hanya berperan dalam mengatur jarak dan jumlah kelahiran, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan angka kematian ibu, peningkatan kesejahteraan keluarga, serta pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Secara nasional, capaian penggunaan kontrasepsi modern di Indonesia menunjukkan tren yang cukup baik, di mana prevalensi penggunaan kontrasepsi modern (modern contraceptive prevalence rate/mCPR) mencapai sekitar 62,9% pada tahun 2023 dan ditargetkan meningkat menjadi 63,4% pada tahun 2024 [1,2]. Namun demikian, capaian tersebut masih menghadapi tantangan dalam hal pemerataan penggunaan metode kontrasepsi yang lebih efektif dan berkelanjutan, khususnya Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP).

MKJP, seperti alat kontrasepsi dalam rahim, implant, serta kontrasepsi mantap, merupakan metode kontrasepsi dengan tingkat efektivitas yang sangat tinggi, yaitu dengan tingkat kegagalan kurang dari 1% serta memberikan perlindungan dalam jangka waktu yang lama tanpa memerlukan kepatuhan harian dari pengguna [3]. Selain itu, MKJP dinilai lebih efisien secara biaya dalam jangka panjang serta mampu mengurangi risiko kehamilan yang tidak direncanakan dan kehamilan berisiko tinggi. Meskipun memiliki berbagai keunggulan, penggunaan MKJP di Indonesia masih tergolong rendah. Data menunjukkan bahwa cakupan MKJP baru mencapai sekitar 22,6% pada tahun 2022 dan meningkat menjadi sekitar 28,39% pada tahun 2024, namun angka tersebut masih belum memenuhi target nasional yang diharapkan [4,5]. Di sisi lain, penggunaan kontrasepsi di Indonesia masih didominasi oleh metode jangka pendek seperti suntik dan pil, yang memiliki tingkat kegagalan lebih tinggi serta membutuhkan kepatuhan yang konsisten dari pengguna [6].

Permasalahan rendahnya penggunaan MKJP tidak hanya terjadi pada tingkat nasional, tetapi juga ditemukan pada tingkat lokal, salah satunya di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia. Berdasarkan data laporan puskesmas tahun 2024, jumlah pasangan usia subur (PUS) tercatat sekitar 1.250 pasangan dengan cakupan peserta KB aktif sekitar $\pm 72\%$. Namun demikian, proporsi pengguna MKJP masih relatif rendah, yaitu sekitar $\pm 24-26\%$, sedangkan sebagian besar masih menggunakan metode kontrasepsi jangka pendek seperti suntik dan pil. Selain itu, dalam satu tahun terakhir masih ditemukan kasus putus pakai kontrasepsi serta rendahnya jumlah akseptor MKJP baru, yang menunjukkan bahwa keberhasilan program KB di wilayah tersebut belum optimal.

Hasil identifikasi awal melalui wawancara dengan tenaga kesehatan dan kader menunjukkan bahwa rendahnya penggunaan MKJP dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor tersebut meliputi keterbatasan pengetahuan pasangan usia subur mengenai jenis, manfaat, dan keamanan MKJP; adanya mitos dan persepsi negatif terkait efek samping; rendahnya keterlibatan suami dalam pengambilan keputusan; serta belum optimalnya kegiatan edukasi dan konseling yang dilakukan secara berkelanjutan. Selain itu, peran kader kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat belum dimanfaatkan secara maksimal dalam promosi dan pendampingan penggunaan MKJP.

Dalam konteks pelayanan kesehatan masyarakat, kader kesehatan memiliki peran yang sangat strategis sebagai agen perubahan perilaku. Kader memiliki kedekatan sosial, budaya, dan emosional dengan masyarakat sehingga lebih mudah dalam membangun kepercayaan serta mempengaruhi pengambilan keputusan terkait kesehatan. Pemberdayaan kader melalui peningkatan kapasitas dalam edukasi dan konseling terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan masyarakat secara signifikan [7]. Oleh karena itu, pendekatan berbasis kader menjadi salah satu strategi yang relevan dan potensial dalam meningkatkan penggunaan MKJP.

Berdasarkan kondisi tersebut, pemilihan wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia sebagai lokasi pengabdian memiliki dasar yang kuat, yaitu adanya kesenjangan antara cakupan peserta KB aktif dan penggunaan MKJP, serta belum optimalnya peran kader dalam kegiatan edukasi dan konseling. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang dalam bentuk program edukasi dan konseling MKJP berbasis kader dengan pendekatan keluarga binaan, sehingga intervensi yang dilakukan lebih terarah, personal, dan berkelanjutan.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur serta meningkatkan jumlah akseptor Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) melalui edukasi dan konseling berbasis kader di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kapasitas kader kesehatan dalam memberikan edukasi dan konseling yang efektif kepada masyarakat.

Rendahnya cakupan MKJP, baik pada tingkat nasional maupun lokal, menunjukkan perlunya intervensi berbasis masyarakat yang lebih inovatif dan berkelanjutan. Pendekatan berbasis kader dipilih karena kader merupakan bagian dari masyarakat yang memiliki tingkat kepercayaan tinggi serta mampu menjangkau kelompok sasaran secara langsung dan berkesinambungan. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku kesehatan yang lebih efektif dibandingkan dengan pendekatan konvensional.

Strategi pemecahan masalah dalam kegiatan ini meliputi beberapa langkah utama, yaitu pelatihan kader kesehatan mengenai MKJP dan teknik konseling, pelaksanaan edukasi kelompok kepada pasangan usia subur, pemberian konseling individu secara berkelanjutan oleh kader, penyediaan media edukasi yang sederhana dan mudah dipahami, serta pendampingan melalui kunjungan rumah. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong peningkatan penggunaan MKJP secara bertahap dan berkelanjutan di masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan pemberdayaan keluarga binaan melalui edukasi dan konseling Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) berbasis kader di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia. Rancangan kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif, di mana kader kesehatan dilibatkan secara aktif sebagai pendamping sekaligus pelaksana intervensi dalam upaya meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran pasangan usia subur (PUS) terhadap penggunaan MKJP. Pendekatan ini dipilih karena dinilai mampu menciptakan interaksi yang lebih intensif, kontekstual, dan berkelanjutan sesuai dengan karakteristik masyarakat setempat.

Sasaran kegiatan difokuskan pada keluarga binaan yang berada di wilayah kerja puskesmas, khususnya pasangan usia subur yang belum menggunakan MKJP atau masih menggunakan metode kontrasepsi jangka pendek. Pemilihan sasaran dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan beberapa kriteria, antara lain kemudahan akses wilayah, kesediaan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, serta adanya kebutuhan informasi terkait kontrasepsi. Selain itu, kader kesehatan setempat dilibatkan sebagai mitra utama dalam pelaksanaan kegiatan, mengingat peran strategis kader sebagai penghubung antara tenaga kesehatan dan masyarakat serta sebagai agen perubahan perilaku kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan pihak puskesmas dan kader kesehatan untuk menentukan sasaran keluarga binaan, menyusun jadwal kegiatan, serta menyiapkan media edukasi yang akan digunakan. Pada tahap ini juga dilakukan identifikasi awal terhadap kondisi dan kebutuhan sasaran, sehingga intervensi yang diberikan dapat lebih tepat guna dan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi.

Tahap selanjutnya adalah pembekalan kader melalui pelatihan yang difokuskan pada peningkatan kapasitas kader dalam aspek pengetahuan dan keterampilan. Materi pelatihan meliputi konsep dasar MKJP, jenis dan cara kerja kontrasepsi jangka panjang, manfaat dan efek samping, serta teknik komunikasi efektif dan konseling interpersonal. Pelatihan dilakukan secara interaktif dengan metode diskusi, simulasi, dan praktik langsung, sehingga kader tidak hanya memahami materi secara teoritis tetapi juga mampu mengaplikasikannya dalam kegiatan lapangan.

Kegiatan inti dilaksanakan dalam bentuk edukasi dan konseling kepada keluarga binaan. Edukasi dilakukan secara langsung dengan pendekatan komunikasi interpersonal menggunakan media sederhana seperti leaflet dan lembar balik yang berisi informasi mengenai jenis, manfaat, efektivitas, serta keamanan MKJP. Penyampaian materi dilakukan secara bertahap dan disesuaikan dengan tingkat pemahaman peserta, sehingga informasi dapat diterima dengan lebih baik. Selain itu, digunakan pula alat peraga sederhana untuk membantu visualisasi dan meningkatkan pemahaman peserta terhadap metode kontrasepsi jangka panjang.

Setelah sesi edukasi, dilakukan konseling secara individual kepada pasangan usia subur dengan pendekatan yang lebih personal dan komunikatif. Konseling bertujuan untuk menggali kebutuhan, memberikan klarifikasi terhadap mitos atau kekhawatiran yang berkembang di masyarakat, serta membantu pasangan dalam menentukan pilihan metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan dan preferensi masing-masing. Dalam proses ini, kader berperan aktif sebagai fasilitator dengan pendampingan tenaga kesehatan untuk memastikan informasi yang diberikan tetap akurat dan sesuai standar pelayanan.

Kegiatan selanjutnya adalah pendampingan berkelanjutan melalui kunjungan rumah yang dilakukan secara berkala oleh kader kesehatan. Kunjungan ini bertujuan untuk memperkuat pemahaman yang telah diberikan, memantau perkembangan keputusan keluarga terkait penggunaan MKJP, serta memberikan dukungan psikologis dan motivasi. Pendekatan ini memungkinkan terjadinya komunikasi yang lebih intensif

dan berkelanjutan, sehingga dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap kader dan tenaga kesehatan.

Secara keseluruhan, rangkaian kegiatan ini dirancang untuk menciptakan intervensi yang komprehensif, mulai dari peningkatan kapasitas kader, pemberian edukasi, konseling individual, hingga pendampingan berkelanjutan. Dengan pendekatan berbasis keluarga binaan dan keterlibatan aktif kader kesehatan, kegiatan ini diharapkan mampu menghasilkan perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku pasangan usia subur secara bertahap dan berkelanjutan dalam penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), serta menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik serupa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia dengan sasaran keluarga binaan yang terdiri dari pasangan usia subur (PUS). Pelaksanaan kegiatan melibatkan kader kesehatan sebagai pelaksana utama edukasi dan konseling Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), dengan pendampingan tenaga kesehatan. Rangkaian kegiatan meliputi pembekalan kader, edukasi kepada keluarga binaan, konseling individu, serta pendampingan melalui kunjungan rumah secara berkala.

Secara umum, kegiatan berjalan dengan baik dan mendapatkan respons positif dari peserta. Partisipasi aktif dari kader dan keluarga binaan menjadi salah satu faktor pendukung keberhasilan kegiatan, terutama dalam menciptakan komunikasi yang efektif dan suasana belajar yang kondusif.



Gambar 1. Pelatihan Kader Kesehatan Mengenai MKJP dan Teknik Konseling



KONTRASEPSI JANGKA PANJANG



vs

Ivana Devitasari, SST., M.Tr.Keb
Meyska Widyandini, SST., M.Tr.Keb
Rena Oki Alestari, SST., M.Tr.Keb

Pengertian

Kontrasepsi Jangka Panjang (Metode Kontrasepsi Jangka Panjang/MKJP) adalah metode kontrasepsi yang digunakan untuk menunda, menjarangkan, atau menghentikan kesuburan dalam jangka waktu lama.

a) Efektivitas tinggi: mampu mencegah kehamilan dengan tingkat keberhasilan lebih dari 99%.

b) Durasi panjang: dapat bertahan antara 3–10 tahun tergantung jenisnya.

c) Tidak memerlukan kepatuhan harian: berbeda dengan pil KB atau kondom.

d) Reversibel (kecuali kontrasepsi mantap): kesuburan dapat kembali setelah alat dilepas.

e) Efisiensi program KB: membantu menurunkan angka fertilitas secara signifikan.

Jenis-jenis KB Jangka Panjang

- Implan (Susuk KB)
Batang kecil berisi hormon ditanam di bawah kulit lengan. Efektif 3–5 tahun, kesuburan kembali setelah dilepas.



- UD (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim/AKDR)
Alat kecil dimasukkan ke rahim. Efektif 5–10 tahun, ada jenis hormonal dan non-hormonal.



Kelebihan Kontrasepsi Jangka Panjang

- Efektif mencegah kehamilan (>99%).
- Tahan lama (3–10 tahun, tergantung jenis).
- Praktis, tidak perlu diingat setiap hari.
- Hemat biaya dalam jangka panjang.
- Kesuburan bisa kembali setelah dilepas (kecuali metode permanen).

Kekurangan Kontrasepsi Jangka Panjang

- Pemasangan harus dilakukan oleh tenaga medis.
- Biaya awal relatif lebih tinggi.
- Bisa menimbulkan efek samping ringan (misalnya perubahan siklus haid, nyeri, atau ketidaknyamanan).
- Ada risiko kecil komplikasi (misalnya infeksi setelah pemasangan).
- Metode operasi (tubektomi/vasektomi) bersifat permanen, tidak bisa dikembalikan.



Pemasangan Implan



Pemasangan IUD

Gambar 2. Leaflet MKJP



Gambar 3. Konseling Secara Berkelanjutan oleh Kader



Gambar 4. Konseling Secara Berkelanjutan oleh Kader



Gambar 5. Konseling Secara Berkelanjutan oleh Kader



Gambar 6. Akseptor Penggunaan MKJP Secara Bertahap



Gambar 7. Akseptor Penggunaan MKJP Secara Bertahap

1. Karakteristik Sasaran Kegiatan

Tabel 1. Gambaran Umum Sasaran Kegiatan

Karakteristik	Keterangan
Jumlah keluarga binaan	25 keluarga
Jumlah PUS	30 orang
Pengguna KB aktif	22 orang
Pengguna MKJP awal	6 orang
Metode dominan	Suntik dan pil

Berdasarkan Tabel 1, terlihat bahwa sebagian besar pasangan usia subur telah menjadi peserta KB aktif, namun penggunaan MKJP masih relatif rendah dibandingkan metode kontrasepsi jangka pendek. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara partisipasi dalam program KB dan pemilihan metode kontrasepsi yang lebih efektif dan berkelanjutan.

2. Hasil Edukasi dan Konseling

Pelaksanaan edukasi dan konseling menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan pada aspek pengetahuan dan sikap pasangan usia subur terhadap MKJP. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta memiliki pemahaman yang terbatas terkait jenis, manfaat, dan keamanan MKJP. Selain itu, masih ditemukan persepsi negatif dan kekhawatiran terhadap efek samping penggunaan MKJP.

Setelah diberikan edukasi dengan pendekatan komunikasi interpersonal dan media sederhana, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang lebih baik. Hal ini terlihat dari kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali jenis-jenis MKJP, keunggulan dibandingkan metode jangka pendek, serta tingkat keamanan penggunaannya. Selain itu, terjadi perubahan sikap yang ditandai dengan meningkatnya keterbukaan peserta terhadap penggunaan MKJP.

3. Perubahan Minat dan Penggunaan MKJP

4.

Tabel 2. Gambaran Perubahan Setelah Kegiatan

Indikator	Sebelum	Sesudah
Pengguna MKJP	6 orang	10 orang
Berminat menggunakan MKJP	5 orang	12 orang

Tabel 2 menunjukkan adanya peningkatan jumlah akseptor MKJP serta peningkatan minat pasangan usia subur untuk beralih ke metode kontrasepsi jangka panjang. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi edukasi dan konseling yang dilakukan mampu mempengaruhi pengambilan keputusan peserta dalam memilih metode kontrasepsi.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan edukasi dan konseling berbasis kader pada keluarga binaan mampu meningkatkan pengetahuan, memperbaiki sikap, serta mendorong perubahan perilaku pasangan usia subur dalam penggunaan MKJP. Peningkatan jumlah akseptor MKJP setelah intervensi menjadi indikator bahwa pendekatan yang digunakan cukup efektif dalam mempengaruhi keputusan kesehatan reproduksi.

Peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan mengindikasikan bahwa salah satu faktor utama rendahnya penggunaan MKJP adalah kurangnya akses terhadap informasi yang benar dan mudah dipahami. Setelah diberikan edukasi dengan media sederhana dan pendekatan komunikasi interpersonal, peserta mampu memahami manfaat, efektivitas, dan keamanan MKJP dengan lebih baik. Hal ini sejalan dengan pendapat World Health Organization yang menyatakan bahwa akses terhadap informasi dan konseling yang berkualitas merupakan faktor penting dalam meningkatkan penggunaan kontrasepsi modern [3].

Selain itu, kegiatan konseling individu terbukti memberikan kontribusi yang signifikan dalam proses pengambilan keputusan. Konseling memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah yang lebih intensif, sehingga peserta dapat menyampaikan kekhawatiran, pengalaman, dan preferensi secara personal. Dengan demikian, informasi yang diberikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing individu. Temuan

ini sejalan dengan rekomendasi Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional yang menekankan pentingnya konseling dalam meningkatkan penerimaan dan penggunaan MKJP [4].

Menurut teori perubahan perilaku Lawrence Green, peningkatan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, pendukung, dan pendorong. Dalam kegiatan ini, kader kesehatan berperan sebagai faktor pendorong yang mampu memperkuat motivasi pasangan usia subur melalui komunikasi interpersonal, edukasi berulang, dan pendampingan secara langsung di masyarakat. Pendekatan tersebut membantu meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap penggunaan MKJP.

Keterlibatan kader kesehatan dalam kegiatan ini menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan. Kader sebagai bagian dari masyarakat memiliki kedekatan sosial dan budaya dengan keluarga binaan, sehingga lebih mudah dalam membangun kepercayaan dan mempengaruhi perilaku kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori perubahan perilaku Lawrence Green yang menyatakan bahwa perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong, di mana kader kesehatan berperan sebagai faktor pendorong (*reinforcing factor*) yang mampu memperkuat motivasi masyarakat dalam mengambil keputusan kesehatan [10]. Selain itu, kader mampu memberikan edukasi secara berulang melalui kunjungan rumah, yang berperan penting dalam memperkuat pemahaman dan mendorong perubahan perilaku secara bertahap.

Pendampingan melalui kunjungan rumah juga memberikan dampak positif karena memungkinkan interaksi yang lebih personal dan berkelanjutan. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap informasi yang diberikan serta memotivasi keluarga binaan untuk mempertimbangkan penggunaan MKJP. Menurut Notoatmodjo, komunikasi interpersonal yang dilakukan secara berulang dan berkesinambungan dapat meningkatkan penerimaan informasi kesehatan dan mempengaruhi perubahan perilaku individu maupun keluarga [11].

Secara praktis, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis keluarga binaan lebih efektif dibandingkan pendekatan massal, karena intervensi dilakukan secara langsung, kontekstual, dan sesuai dengan kebutuhan individu. Pendekatan ini memungkinkan terjadinya perubahan perilaku yang lebih mendalam dan berkelanjutan. Pendekatan berbasis keluarga juga sesuai dengan konsep *family centered care* yang menempatkan keluarga sebagai bagian penting dalam proses pengambilan keputusan kesehatan [12].

Hasil kegiatan ini memberikan beberapa implikasi penting dalam pengembangan program kesehatan masyarakat, yaitu bahwa edukasi dan konseling berbasis kader dapat dijadikan sebagai model intervensi yang efektif untuk meningkatkan penggunaan MKJP di tingkat komunitas. Selain itu, pendekatan keluarga binaan terbukti mampu mendorong perubahan perilaku secara bertahap melalui interaksi yang lebih personal dan berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan untuk memperkuat kapasitas kader, antara lain melalui pelatihan, supervisi, dan penyediaan media edukasi yang memadai, sehingga program serupa dapat dikembangkan dengan cakupan yang lebih luas dan memberikan dampak yang lebih signifikan dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia menunjukkan bahwa program edukasi dan konseling Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) berbasis kader pada keluarga binaan dapat berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pasangan usia subur (PUS) mengenai MKJP, perubahan sikap yang lebih positif terhadap penggunaan kontrasepsi jangka panjang, serta peningkatan minat dan jumlah akseptor MKJP setelah intervensi dilakukan. Keterlibatan kader kesehatan sebagai pendamping terbukti efektif dalam menyampaikan informasi, membangun kepercayaan, serta mendorong perubahan perilaku masyarakat melalui pendekatan yang lebih personal dan berkelanjutan.

Dengan demikian, pendekatan edukasi dan konseling berbasis kader pada keluarga binaan dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan penggunaan MKJP di tingkat masyarakat. Keterlibatan kader yang aktif dan berkelanjutan mampu memperkuat akses informasi, meningkatkan kepercayaan masyarakat, serta membantu pasangan usia subur dalam mengambil keputusan yang tepat terkait pemilihan metode kontrasepsi jangka panjang.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Mulia, disarankan agar program edukasi dan konseling Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP) dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan kader kesehatan sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan di masyarakat. Peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan yang

terstruktur perlu terus dilakukan agar kader mampu memberikan informasi yang akurat dan melakukan konseling secara efektif.

Selain itu, masyarakat khususnya pasangan usia subur diharapkan lebih proaktif dalam mencari informasi dan memanfaatkan layanan konseling terkait pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai, sehingga dapat meningkatkan penggunaan MKJP yang lebih efektif dan aman. Pendekatan berbasis keluarga binaan yang telah dilakukan dalam kegiatan ini juga perlu dipertahankan dan dikembangkan karena terbukti mampu meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku secara lebih optimal.

Bagi pelaksana kegiatan selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan sasaran serta mengembangkan inovasi dalam media edukasi, baik melalui pendekatan visual maupun digital, sehingga penyampaian informasi dapat lebih menarik dan mudah dipahami. Dengan demikian, diharapkan program serupa dapat memberikan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Secara khusus, penulis menyampaikan apresiasi kepada pihak pendana yang telah memberikan dukungan finansial sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ketua Yayasan Eka Harap dan Rektor Universitas Eka Harap atas dukungan dan fasilitasi yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini.

Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Cempaka Mulia beserta seluruh tenaga kesehatan dan kader yang telah berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan, serta kepada masyarakat khususnya keluarga binaan yang telah berpartisipasi dengan baik. Dukungan dan kerja sama dari berbagai pihak tersebut sangat berarti dalam keberhasilan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Statistik Program Keluarga Berencana Nasional. Jakarta: BKKBN; 2024.
- [2] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
- [3] World Health Organization. Family Planning: A Global Handbook for Providers. Geneva: WHO; 2020.
- [4] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. Laporan Program Bangga Kencana. Jakarta: BKKBN; 2023.
- [5] Taufik A. Analisis Penggunaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang di Indonesia. *Jurnal Riset Ilmiah*. 2024;3(1).
- [6] Badan Pusat Statistik. Profil Penggunaan Alat Kontrasepsi di Indonesia. Jakarta: BPS; 2021.
- [7] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pemberdayaan Kader Kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI; 2021.
- [8] Rosyada A, Feronika AI. Factors Influencing Contraceptive Use Among Women of Childbearing Age in Indonesia. *Contagion: Scientific Periodical of Public Health*. 2025;7(1):50–63.
- [9] World Health Organization. Contraception and Family Planning. Geneva: WHO; 2019.
- [10] Green LW, Kreuter MW. Health Promotion Planning: An Educational and Ecological Approach. 4th ed. New York: McGraw-Hill; 2005.
- [11] Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
- [12] Friedman MM. Family Nursing: Research, Theory, and Practice. 5th ed. New Jersey: Prentice Hall; 2003.



MEMBANGUN PEMAHAMAN MENGENAI SIKLUS MENSTRUASI DAN KESEHATAN RAHIM PADA SANTRIWATI DI THAWALIB GUNUNG PADANG PANJANG

Nur Hidayah Afnas¹, Yade Kurnia Sari², Elwitri Silvia³, Ira Maulina Sa'danoer⁴.
^{1,2,3,4} Universitas Sumatera Barat

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Menstrual cycle,
uterine health

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi merupakan fondasi kesejahteraan fisik dan psikis bagi remaja putri, terutama dalam memahami proses fisiologis tubuh mereka. Santriwati di lingkungan pesantren sering kali memiliki keterbatasan akses informasi mengenai detail siklus menstruasi dan cara menjaga kesehatan rahim, yang jika tidak dipahami dengan baik dapat menimbulkan kecemasan atau penanganan medis yang keliru. Kegiatan PKM ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan mengenai keteraturan siklus haid dan anatomi sistem reproduksi. Metode yang digunakan meliputi ceramah edukatif menggunakan slide dan leaflet, sesi tanya jawab, serta simulasi pemantauan siklus. Sasaran kegiatan adalah 22 santriwati tingkat Tsanawiyah di Pesantren Thawalib Gunung Padang Panjang. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan sebesar 38,3% terkait fase-fase menstruasi dan tanda-tanda rahim yang sehat. Kesimpulannya, edukasi yang terstruktur mampu membangun kesadaran santriwati untuk lebih peduli terhadap kesehatan reproduksi jangka panjang.

ABSTRACT

Reproductive health is the foundation of physical and psychological well-being for adolescent girls, particularly in understanding their body's physiological processes. Female students in Islamic boarding schools often have limited access to information regarding the details of the menstrual cycle and how to maintain uterine health, which, if not properly understood, can lead to anxiety or incorrect medical treatment. This Community Service Program (PKM) activity aims to improve health literacy regarding menstrual cycle regularity and the anatomy of the reproductive system. The methods used include educational lectures using slides and leaflets, question-and-answer sessions, and cycle monitoring simulations. The activity targeted 22 female students at the junior high school level at the Thawalib Gunung Padang Panjang Islamic Boarding School. The results showed a significant 38,3% increase in participants' understanding and knowledge regarding menstrual phases and signs of a healthy uterus. In conclusion, structured education can build awareness

among female students to care more about long-term reproductive health.

**Corresponding Author: afnasnurhidayah@gmail.com*

PENDAHULUAN

Banyak elemen yang berbeda dapat mempengaruhi bagaimana seseorang bertindak dalam mencari perawatan kesehatan. Tingkat pengetahuan kesehatan seseorang masih menjadi perhatian penting dalam topik ini. Hal ini berkaitan dengan bagaimana pengetahuan dapat membantu mengurangi miskonsepsi atau persepsi negatif sambil memberikan informasi tentang pentingnya perawatan kesehatan. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dapat menjadi penghalang bagi individu untuk mendapatkan informasi yang akurat dan perawatan yang tepat (1).

Kebijakan Nasional Kesehatan Reproduksi di Indonesia menetapkan bahwa Kesehatan Reproduksi mencakup 5 (lima) komponen atau program terkait, yaitu Program Kesehatan Ibu dan Anak, Program Keluarga Berencana, Program Kesehatan Reproduksi Remaja, Program Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Menular Seksual (PMS) termasuk HIV/AIDS, dan Program Kesehatan Reproduksi pada Usia Lanjut. Pelaksanaan Kesehatan Reproduksi dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan siklus hidup (life-cycle approach) agar diperoleh sasaran yang pasti dan pelayanan yang jelas berdasarkan kepentingan sasaran atau klien dengan memperhatikan hak reproduksi mereka (2).

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu pilar utama dalam menjaga kesejahteraan remaja putri, terutama di lingkungan pendidikan berbasis asrama seperti pesantren. Masa remaja merupakan periode transisi yang krusial di mana terjadi perubahan fisik dan psikologis yang signifikan untuk mempertahankan kesehatan jangka panjang. Namun, akses terhadap informasi kesehatan yang akurat terkadang dipengaruhi oleh nilai sosial, budaya, serta tingkat pengetahuan individu terhadap perawatan diri (3).

Menurut World Health Organization (WHO) 2014, 75% remaja yang mengalami gangguan menstruasi dan menjadi alasan terbanyak remaja putri mengunjungi dokter spesialis kandungan. Proses menstruasi dapat terjadi karena sel telur dalam organ wanita tidak dibuahi, hal ini menyebabkan lapisan dinding rahim menebal dan menjadi luruh yang kemudian akan mengeluarkan darah melalui saluran reproduksi wanita. Siklus menstruasi yang normal adalah 21-35 hari dan ditandai dengan keluarnya darah sebanyak 10-80 ml per hari. Haid yang terjadi dengan siklus lebih dari 35 hari dan termasuk kategori siklus yang tidak normal, hal ini terjadi karena banyak penyebab seperti keadaan hormon yang tidak seimbang, stress, penggunaan KB, atau karena penyakit tertentu (4).

Pemahaman mengenai kesehatan reproduksi tidak seharusnya hanya berhenti pada aspek kebersihan luar semata. Lebih dalam dari itu, seorang remaja putri perlu memahami mekanisme internal tubuhnya, terutama mengenai keteraturan siklus menstruasi dan kesehatan rahim. Perilaku sehat harus diterapkan sedini mungkin agar remaja dapat menjadi agen perubahan bagi keluarga atau teman sebaya mereka. Seperti yang kita ketahui, masalah remaja dengan organ reproduksinya kurang mendapatkan perhatian karena umur relatif muda, masih dalam status pendidikan sehingga seolah-olah bebas dari kemungkinan menghadapi masalah penyulit dan penyakit yang berkaitan dengan alat reproduksinya (5).

Pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan reproduksi dapat menjadi penghalang bagi individu untuk mencari perawatan yang sesuai dan mendapatkan informasi yang akurat. Apalagi jika mengingat bagaimana tidak banyak orang yang mau terang-terangan membicarakan mengenai pengetahuan mereka soal kesehatan reproduksi baik menstruasi, infeksi menular seksual, kekerasan berbasis gender, kesehatan ibu dan anak, maupun perencanaan keluarga masih menjadi hal yang tabu untuk dibicarakan (6).

Di lingkungan pesantren, budaya bersih merupakan cerminan sikap dalam menjaga diri sehari-hari. Namun, edukasi mengenai siklus menstruasi secara medis sering kali masih memerlukan penguatan agar remaja tidak menganggap remeh permasalahan kesehatan yang muncul. Kurangnya pemahaman dapat meningkatkan risiko timbulnya berbagai keluhan atau penyakit akibat ketidaktahuan dalam mendeteksi sinyal tubuh (5).

Pendidikan kesehatan reproduksi menjadi alternatif utama dengan memberikan informasi akurat agar remaja putri mengetahui cara menjaga organ kewanitaan dan terhindar dari penyakit reproduksi. Ketika seorang santriwati memahami fase-fase dalam siklus menstruasinya, mereka akan memiliki persepsi yang lebih baik terhadap kesehatan dirinya. Hal ini sangat penting untuk membangun kesadaran kolektif di lingkungan asrama (5).

Kurangnya literasi mengenai fungsi organ reproduksi dapat memicu ketidaktahuan mengenai langkah praktis yang harus diambil saat menstruasi berlangsung. Oleh karena itu, edukasi yang melibatkan metode variatif seperti ceramah dan diskusi interaktif menjadi sangat relevan. Media seperti leaflet dan slide presentasi sangat membantu memperjelas penyampaian informasi medis yang kompleks (7).

Menurut Sulistiyowati pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan agar remaja melakukan tindakan pencegahan. Pendidikan kesehatan juga merupakan sebuah langkah awal dalam peningkatan pengetahuan seseorang. Hal ini dapat memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada seseorang, khususnya pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi (8).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan pada santriwati tingkat Tsanawiyah di Pesantren Thawalib Gunung Padang Panjang untuk membangun fondasi pengetahuan yang kokoh. Melalui program ini, diharapkan para peserta tidak hanya sekedar mengetahui cara menjaga kebersihan, tetapi juga memahami esensi dari kesehatan rahim sebagai bagian integral dari kesehatan perempuan secara menyeluruh.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada 4 September 2024 di Pesantren Thawalib Gunung Padang Panjang yang diikuti 22 santriwati tingkat tsanawiyah untuk mengukur tingkat pengetahuan (kognitif) santriwati, tidak mengukur perubahan perilaku higienitas mereka.

Metode yang digunakan meliputi:

1. **Ceramah Interaktif:** Penyampaian materi mengenai perubahan fisiologis, psikologis, dan faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup wanita menopause.
2. **Diskusi Kelompok Terfokus (FGD):** Memberikan ruang bagi peserta untuk berbagi pengalaman terkait gejala yang dialami dan dukungan sosial yang dibutuhkan.
3. **Demonstrasi Teknik Relaksasi:** Pelatihan praktis teknik pernapasan dan relaksasi mandiri untuk mengurangi kecemasan.
4. **Evaluasi:** Menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Membangun Pemahaman Mengenai Siklus Menstruasi Dan Kesehatan Rahim melibatkan 22 orang santriwati sebagai partisipan aktif. Evaluasi keberhasilan program diukur melalui instrumen kuesioner yang mencakup aspek kognitif.



Gambar 1: Dokumentasi pelaksanaan kegiatan

Hasil perbandingan nilai sebelum dan sesudah kegiatan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Perbandingan rata-rata Score Evaluasi

Variabel Evaluasi	Rata-rata Skor Pretest	Rata-rata Skor Posttest	Peningkatan
Siklus Menstruasi	20,0	70,0	50%
Anatomi Reproduksi	40,0	75,0	35%
Gaya Hidup Sehat	50,0	85,0	35%

Berdasarkan tabel di atas, terlihat adanya tren positif pada seluruh indikator. Peningkatan paling signifikan terjadi pada aspek pengetahuan tentang Siklus menstruasi sebesar 50%, lalu pengetahuan tentang Anatomi Reproduksi dan Gaya hidup masing-masing sebesar 35%. Dengan demikian, didapat rata-rata peningkatan pengetahuan tentang siklus menstruasi dan kesehatan rahim sebesar 38,3%.

PEMBAHASAN

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa intervensi edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan sebesar 38,3% pada 22 responden. Sebelum edukasi, sebagian besar peserta tidak mengetahui apa itu siklus. Menstruasi, anatomi reproduksi yang benar serta gaya hidup sehat yang seharusnya diterapkan untuk menjaga kesehatan reproduksi. Dengan meningkatnya pengetahuan ini, peserta kini lebih memahami pentingnya pengetahuan yang berperan dalam reproduksi sehat.

Sejalan dengan penelitian Wulan and Sugarni (9) dengan judul Edukasi Menstruasi Dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Reproduksi, dimana setelah menerima pendidikan kesehatan melalui ceramah, leaflet dan film edukasi, hasil post test meningkat secara signifikan. Sebanyak 23 remaja memiliki pengetahuan baik, enam orang memiliki pengetahuan cukup, dan hanya lima orang yang masih dalam kategori kurang. Perbandingan ini menunjukkan peningkatan pemahaman yang cukup besar di antara individu setelah mendapatkan pendidikan. Temuan ini menunjukkan bahwa strategi pengajaran yang digunakan sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang menstruasi.

Menurut Ali, Damte, and Poku (10) Pengetahuan tentang masalah kesehatan reproduksi tidak memadai di kalangan remaja putri SMP bukan hal yang baik, karena banyak dari mereka bergantung pada media dan teman sebaya untuk dukungan kesehatan reproduksi. Sehingga metode pemberikan pengetahuan kesehatan ini sangatlah berdampak positif untuk diterapkan.

Pendidikan dan pendampingan bagi remaja dalam memenuhi kebutuhannya terkait kesehatan reproduksi dan seksualitas harus terpercaya dan komprehensif, yaitu harus lengkap, disampaikan berkesinambungan dan ditujukan untuk mendukung remaja dalam mengembangkan aspek ketrampilan hidup, sikap positif pada dirinya (11).

Peningkatan kemampuan manajemen stres sebesar 38,3% mencerminkan keberhasilan metode yang diberikan. Hal ini sangat relevan mengingat hasil survei awal menunjukkan adanya santriwati yang acuh karena tidak mengetahui cara menjaga kesehatan reproduksinya. Pemberian penyuluhan kesehatan pada santriwati ini terbukti menjadi intervensi yang krusial dalam mempersiapkan transisi masa reproduksi. Berdasarkan penelitian terdahulu, penyuluhan yang komprehensif memberikan tiga dampak utama: Pertama, peningkatan pengetahuan yang secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan karena ibu memahami bahwa gejala yang dialami adalah proses fisiologis normal. Kedua, penguasaan teknik relaksasi dan manajemen stres sebagai bagian dari materi penyuluhan memberikan mekanisme koping yang lebih adaptif dalam menghadapi gangguan psikologis seperti depresi dan insomnia. Ketiga, edukasi mengenai pola hidup sehat dan nutrisi membantu ibu mengontrol gejala fisik (vasomotor), sehingga secara keseluruhan meningkatkan kualitas hidup mereka di masa mendatang.

Asumsi Peneliti: Peneliti berasumsi bahwa meskipun jumlah sampel terbatas (22 orang), dampak yang dihasilkan sangat nyata karena pendekatan yang dilakukan bersifat personal dan interaktif. Kenaikan pengetahuan sebanyak 38,3% diasumsikan sebagai hasil dari bertambahnya pengetahuan yang didapat dari pendidikan kesehatan yang diberikan.

Selain itu, Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran santriwati tentang pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dan pengetahuan tentang kesehatan rahim, serta memahami

bahwa meskipun perubahan siklus menstruasi sering terjadi, perubahan tersebut tetap harus diperhatikan jika disertai gejala tambahan.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Kegiatan PKM ini berhasil meningkatkan pemahaman santriwati mengenai siklus menstruasi dan kesehatan rahim untuk remaja ini memberikan dampak positif pada pertambahan pengetahuan khususnya dalam kesehatan reproduksi remaja. Metode edukasi yang bervariasi terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran santriwati. Peserta tidak lagi memandang acuh tak acuh mengenai organ reproduksi dan kesehatannya karena telah mengetahui bagaimana harus menjaganya. Dan diharapkan pengetahuan ini dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan pesantren.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, beberapa rekomendasi strategis diajukan kepada pihak-pihak terkait guna menjaga keberlanjutan pemahaman serta penerapan kesehatan reproduksi di lingkungan pesantren.

a. Pihak institusi Pesantren Thawalib Gunung Padang Panjang

Disarankan agar pengurus pesantren dapat mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi secara formal ke dalam kegiatan rutin santriwati yang sudah ada, seperti pada kajian keputrian atau pendalaman materi Fiqih Nisa. Langkah ini penting dilakukan agar pemahaman santriwati mengenai siklus menstruasi dan kesehatan rahim dapat terus diperkuat secara berkala. Selain itu, pihak institusi juga diharapkan dapat mendukung hal tersebut melalui penyediaan fasilitas penunjang di area asrama, terutama dengan memastikan ketersediaan akses air bersih yang memadai serta tempat pembuangan sampah yang higienis demi memfasilitasi praktik kebersihan diri yang baik. Untuk memaksimalkan pengawasan antar-sesama, pihak pesantren juga direkomendasikan untuk membentuk kelompok kecil santriwati yang difungsikan sebagai "Duta Kesehatan Reproduksi". Kelompok ini nantinya dapat berperan sebagai teman sebaya (*peer group*) yang menjadi tempat curhat maupun ruang diskusi yang aman bagi santriwati lain saat mengalami keluhan terkait siklus menstruasi di lingkungan asrama.

b. Untuk santriwati

Diharapkan dapat menindaklanjuti edukasi yang telah diterima dengan mulai membiasakan diri melakukan pencatatan mandiri terhadap siklus menstruasi bulanan masing-masing. Kebiasaan ini sangat berguna untuk membantu mereka mendeteksi secara dini apabila terjadi ketidakaturan yang berpotensi berkaitan dengan gangguan kesehatan rahim. Terakhir, para santriwati juga diimbau untuk secara konsisten mengaplikasikan seluruh pengetahuan praktis yang telah didapatkan ke dalam kehidupan sehari-hari di pesantren, terutama dalam hal menjaga higienitas diri seperti menerapkan frekuensi penggantian pembalut yang tepat serta mempraktikkan cara membasuh area kewanitaan dengan benar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Perguruan Tinggi Universitas Sumatera Barat yang telah memfasilitasi dalam pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dan Pimpinan Pesantren Thawalib Gunung Padang Panjang, atas izin, dukungan, dan koordinasi yang sangat baik dalam memfasilitasi tempat serta waktu pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Cahya C, Khusna S, Agatta D. MENANGANI MESTRUASI ANTARA PENGETAHAUN, PENDIDIKAN, DAN PERILAKU KESEHATAN. 2024;8(2):70–9.
2. Rifqoh WN. PEDICULOSIS CAPITIS DAN PERSONAL HYGIENE PADA ANAK SD DI DAERAH PEDESAAN KOTAMADYA BANJARBARU. 2017;3(2):58–62.
3. Basniati A, Sulastri A, Si P, Bidan P. PENGARUH EDUKASI PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI. 2023;10(1):215–23.
4. Sari AI. Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Hidup pada Wanita Menopause. 2020;143–9.
5. Lestari J, Aryastuti N. Meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi melalui edukasi berbasis pondok pesantren. 2025;3(1):23–8.
6. Handayani, K., Sitaresmi, M.N., Supriyadi, E., Widjajanto, P.H., Susilawati, D., Njuguna, F., van de Ven, P.M., Kaspers, G.J.L. and Mostert S. Delays in diagnosis and treatment of childhood cancer in Indonesia. *Pediatr Blood Cance*. *Pediatr Blood Cancer [Internet]*. 2016;Volume63(Issue12):2189–96. Available from: <https://doi.org/10.1002/pbc.26174>
7. Saza M, Anindita J, Kubillawati S, Sabaruddin EE, Timur J, Media E, et al. EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA LEAFLET DAN VIDEO TERHADAP PENINGKATAN EFFECTIVENESS OF HEALTH EDUCATION USING LEAFLETS AND VIDEOS ON INCREASING KNOWLEDGE ABOUT PHBS. 2023;12(1):1–10.
8. Jaya, I. M. M. et al. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan di Sekolah Menengah Atas. *J Pengabdian Masyarakat Sasambo*. 2020;
9. Wulan ID, Sugarni M. Edukasi Menstruasi Dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Reproduksi vagina setiap bulan selama masa subur Kesehatan reproduksi pada wanita (Wardani et al ., 2021). khususnya remaja masih merupakan masalah kesehatan yang memerlukan Menstruasi tidak sela. 2025;2(3):1–10.
10. Ali RT, Damte FK, Poku AA. Reproductive health education : a qualitative study of health seeking behaviour of in-school female adolescents. 2022;
11. Titi Safitri. PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI DAN SEKSUAL YANG KOMPREHENSIF MEMBENTUK REMAJA BERKUALITAS. 2021;1(1):60–8.



**EDUKASI TANDA BAHAYA PADA MASA NIFAS DI DESA HUKO-HUKO,
KECAMATAN POMALAA, KABUPATEN KOLAKA**

Nurmitasari^{1*}. Jumiwati². Ayu Ashari Saputri³

Institut Kesehatan Dan Teknologi Bisnis Menara Bunda Kolaka

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Postpartum Period,

Health Education,

Danger Signs,

Postpartum,

Maternal Knowledge

ABSTRAK

Masa nifas merupakan periode kritis setelah persalinan yang rentan terhadap komplikasi sehingga memerlukan pemantauan dan edukasi kesehatan yang baik. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai tanda bahaya postpartum di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan berbasis komunitas melalui penyuluhan, dan diskusi interaktif dengan desain pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan dari kategori kurang menjadi baik setelah intervensi edukasi yang efektif. Persentase pengetahuan baik meningkat dari 16,7% menjadi 66,7%, sedangkan kategori kurang menurun dari 58,3% menjadi 8,3%. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan ibu nifas dan mendorong deteksi dini tanda bahaya. Pendekatan interaktif dan keterlibatan keluarga memperkuat pemahaman peserta serta meningkatkan kesiapsiagaan terhadap komplikasi masa nifas. Program ini diharapkan dapat menjadi strategi berkelanjutan dalam upaya penurunan angka kematian ibu melalui peningkatan kesadaran kesehatan. Serta perlu dilakukan edukasi rutin oleh tenaga kesehatan di tingkat desa untuk memastikan keberlanjutan pemahaman ibu nifas terhadap tanda bahaya postpartum. Pemanfaatan media sederhana dan pendekatan berbasis komunitas dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan secara lebih luas dan berkesinambungan. Dengan harapan peningkatan pengetahuan ini dapat menurunkan risiko komplikasi serta meningkatkan keselamatan ibu pada masa nifas secara signifikan di masyarakat desa.

ABSTRACT

The postpartum period is a critical phase after childbirth that is highly vulnerable to complications, requiring proper monitoring and effective health education. This community service activity aimed to improve the knowledge of postpartum mothers regarding danger signs during the postpartum period in Huko-Huko Village, Pomalaa District, Kolaka Regency. The method used was community-based health education through counseling sessions, and interactive discussions with a pre-test and post-test design. The results showed a significant improvement in knowledge levels after the intervention. The proportion of participants with good knowledge increased from 16.7% to 66.7%, while those with poor knowledge decreased from 58.3% to 8.3%. This indicates that health education was effective in improving postpartum mothers' health literacy and encouraging early detection of danger signs.

The interactive approach and involvement of family members strengthened participants' understanding and improved their preparedness in recognizing postpartum complications. This program is expected to serve as a sustainable strategy to reduce maternal mortality through increased awareness of postpartum health risks. Continuous education by local health workers is recommended to maintain and enhance mothers' understanding of postpartum danger signs. In addition, the use of simple educational media and a community-based approach can further improve the effectiveness and reach of health information delivery. Overall, this intervention contributes to reducing complications and improving maternal safety during the postpartum period in rural communities.

**Corresponding Author: (isi dengan E-mail)*

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode penting dalam siklus kehidupan reproduksi seorang wanita yang terjadi setelah proses persalinan, di mana tubuh mengalami berbagai perubahan fisiologis untuk kembali ke kondisi sebelum hamil (1). Pada fase ini terjadi proses involusi uterus, pemulihan hormon, serta penyesuaian sistem tubuh secara menyeluruh (2). Selain perubahan fisik, ibu juga mengalami perubahan psikologis yang dapat memengaruhi kondisi emosional dan mental (3). Masa nifas sering disebut sebagai periode yang rentan karena tubuh masih dalam proses pemulihan dan membutuhkan pemantauan yang optimal agar tidak terjadi komplikasi yang membahayakan kesehatan ibu (4).

Secara medis, masa nifas berlangsung kurang lebih enam minggu atau sekitar 42 hari setelah persalinan (5). Pada rentang waktu tersebut, berbagai risiko kesehatan dapat muncul apabila tidak dilakukan pemantauan yang baik, seperti perdarahan postpartum, infeksi, gangguan involusi uterus, serta masalah psikologis seperti postpartum blues hingga depresi postpartum (6). Kondisi ini menunjukkan bahwa masa nifas bukan hanya sekadar fase pemulihan biasa, tetapi juga merupakan periode kritis yang memerlukan perhatian serius dari tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan sekitar. Pemahaman yang baik mengenai proses ini sangat penting untuk mencegah keterlambatan penanganan apabila terjadi komplikasi (7).

Angka kejadian komplikasi pada masa nifas masih menjadi salah satu perhatian utama dalam upaya penurunan angka kematian ibu secara global, Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan suatu negara. Setiap hari di tahun 2020, hampir 800 wanita meninggal karena penyebab yang dapat dicegah terkait kehamilan dan persalinan. Kematian ibu terjadi hampir setiap dua menit pada tahun 2020. Antara tahun 2000 dan 2020, rasio kematian ibu (MMR, jumlah kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup) turun sekitar 34% di seluruh dunia. Hampir 95% dari seluruh kematian ibu terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah ke bawah pada tahun 2020. Komplikasi yang menyebabkan kematian ibu yaitu perdarahan, infeksi dan preeklampsia. Perawatan oleh tenaga kesehatan profesional sebelum, selama, dan setelah melahirkan dapat menyelamatkan nyawa wanita dan bayi baru lahirdimana (8). Banyak kasus kematian ibu terjadi akibat keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya serta keterlambatan dalam mendapatkan pelayanan kesehatan yang tepat. Hal ini sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu dan keluarga mengenai gejala-gejala yang harus diwaspadai selama masa nifas (9). Keterbatasan akses informasi kesehatan serta rendahnya literasi kesehatan juga menjadi faktor yang memperburuk kondisi tersebut.

Peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan ibu pada masa nifas menjadi hal yang sangat penting dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan. Edukasi kesehatan yang tepat, berkelanjutan, dan mudah dipahami dapat menjadi salah satu strategi efektif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini tanda bahaya masa nifas (10). Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, diharapkan masyarakat mampu mengambil keputusan yang cepat dan tepat dalam menjaga kesehatan ibu, sehingga dapat mendukung terciptanya derajat kesehatan ibu yang lebih baik secara menyeluruh (11).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai tanda bahaya masa nifas. Rejeki dan Fajri (12) dalam penelitian Edukasi Pendidikan Tanda Bahaya Dan Komplikasi Masa Nifas menyimpulkan bahwa ibu nifas

perlu memahami tanda-tanda bahaya selama masa postpartum agar mampu melakukan deteksi dini terhadap komplikasi. Harita (13) dalam penelitian Pengaruh Edukasi Ibu Nifas Terhadap Pengetahuan Tanda Bahaya Masa Nifas di Desa Moasi juga menemukan bahwa pemberian edukasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu nifas tentang tanda bahaya yang dapat terjadi pada masa nifas. Sorgayati, Ningsih, dan Suharni (14) dalam kegiatan pengabdian masyarakat Edukasi Pendidikan Kesehatan Tanda Bahaya Masa Nifas menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan ibu nifas dapat dicapai melalui penyuluhan kesehatan yang terstruktur. Yusefni dan Susanti (15) dalam penelitian Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Perawatan Nifas dan Tanda Bahaya melalui Edukasi menunjukkan bahwa edukasi kesehatan di fasilitas layanan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai perawatan postpartum dan tanda bahaya. Sementara itu, Triastin dan Nabila (16) dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas terhadap Tanda Bahaya pada Masa Nifas menegaskan bahwa penyuluhan rutin di layanan kesehatan merupakan strategi efektif dalam menurunkan risiko komplikasi masa nifas melalui peningkatan literasi kesehatan ibu.

Berdasarkan data dari puskesmas serta wawancara mendalam yang dilakukan permasalahan utama yang ditemukan di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka adalah masih rendahnya tingkat pengetahuan ibu nifas mengenai tanda bahaya pada masa nifas. Banyak ibu belum mampu mengidentifikasi gejala serius seperti perdarahan abnormal, infeksi, demam tinggi, nyeri hebat pada perut, serta gangguan emosional postpartum. Keterbatasan akses informasi kesehatan dan minimnya kegiatan edukasi dari tenaga kesehatan menyebabkan ibu nifas cenderung mengabaikan gejala awal yang sebenarnya membutuhkan penanganan segera. Kondisi ini berpotensi meningkatkan risiko keterlambatan rujukan ke fasilitas kesehatan sehingga dapat memperburuk kondisi kesehatan ibu bahkan mengancam keselamatan jiwa pada masa postnatal.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu nifas di Desa Huko-Huko mengenai berbagai tanda bahaya pada masa nifas sehingga mereka mampu mengenali gejala yang berisiko secara dini dan segera mengambil tindakan yang tepat. Kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan peran keluarga dalam memberikan dukungan dan pengawasan terhadap kondisi kesehatan ibu pada masa postpartum. Dengan adanya edukasi ini, diharapkan terjadi peningkatan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan ibu nifas serta mendorong perilaku pencarian pertolongan medis secara cepat dan tepat ketika muncul tanda bahaya yang mengarah pada komplikasi serius.

Urgensi kegiatan ini sangat tinggi karena masa nifas merupakan periode critical yang sangat rentan terhadap komplikasi yang dapat menyebabkan morbiditas bahkan mortalitas ibu. Kurangnya pengetahuan mengenai tanda bahaya masa nifas sering menjadi faktor utama keterlambatan dalam mengambil keputusan untuk mencari pelayanan kesehatan. Di daerah pedesaan seperti Desa Huko-Huko, keterbatasan informasi dan akses edukasi kesehatan memperbesar risiko tersebut. Oleh karena itu, intervensi berupa edukasi kesehatan menjadi sangat penting untuk meningkatkan literasi kesehatan ibu nifas, memperkuat kewaspadaan terhadap gejala berbahaya, serta mendukung upaya penurunan angka kematian ibu melalui deteksi dini dan penanganan cepat pada masa postnatal.

Kebaruan atau novelty dari kegiatan pengabdian masyarakat ini terletak pada pendekatan edukasi yang tidak hanya menekankan penyampaian informasi satu arah, tetapi juga mengintegrasikan metode diskusi interaktif yang melibatkan ibu nifas dan keluarga pendamping secara langsung. Penggunaan media edukasi sederhana seperti leaflet bergambar dan bahasa yang mudah dipahami masyarakat lokal menjadi nilai tambah dalam meningkatkan efektivitas penyampaian materi. Pendekatan ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang umumnya hanya berfokus pada edukasi di fasilitas kesehatan tanpa keterlibatan keluarga secara aktif. Dengan demikian, model edukasi ini diharapkan lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta kemampuan deteksi dini tanda bahaya masa postpartum di tingkat masyarakat desa.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan metode pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukasi kesehatan yang bersifat *community based*, yang dilaksanakan di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka dengan jumlah peserta sebanyak 12 orang ibu nifas dan keluarga pendamping. Kegiatan ini diawali dengan tahap *pre-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai tanda bahaya pada masa nifas melalui wawancara mendalam, kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi kesehatan melalui penyuluhan menggunakan media leaflet bergambar dan presentasi *powerpoint* yang disampaikan secara interaktif oleh tim pelaksana. Materi yang diberikan mencakup pengertian masa nifas, perubahan fisiologis pada periode postpartum, berbagai tanda bahaya seperti perdarahan abnormal, infeksi, demam tinggi, nyeri hebat, serta gangguan psikologis, dan langkah yang harus dilakukan apabila ditemukan gejala

tersebut. Selama kegiatan berlangsung, peserta juga dilibatkan dalam sesi diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman serta pengalaman belajar secara aktif. Setelah edukasi selesai, dilakukan tahap post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta terhadap materi yang telah diberikan. Data hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis secara deskriptif untuk melihat efektivitas kegiatan edukasi dalam meningkatkan pemahaman ibu nifas mengenai tanda bahaya masa postnatal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 20 Januari 2026 di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka dengan tujuan meningkatkan pengetahuan ibu nifas mengenai tanda bahaya pada masa nifas. Kegiatan ini melibatkan 12 orang peserta yang terdiri dari ibu nifas dan keluarga pendamping. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan menggunakan media leaflet dan diskusi interaktif. Berikut adalah hasil pengukuran pengetahuan peserta berdasarkan tahap pre-test dan post-test.

Tabel 1. Hasil Pre-Test Pengetahuan Ibu Nifas tentang Tanda Bahaya Masa Nifas

Kategori Pengetahuan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	2	16,7%
Cukup	3	25%
Kurang	7	58,3%
Total	12	100%

Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai tanda bahaya masa nifas, yaitu sebanyak 7 orang (58,3%). Hal ini menggambarkan bahwa mayoritas ibu nifas belum memahami secara menyeluruh gejala-gejala berbahaya seperti perdarahan abnormal, infeksi, demam tinggi, serta tanda komplikasi lainnya pada masa postpartum. Hanya sebagian kecil peserta yang memiliki pengetahuan baik, yaitu 2 orang (16,7%), yang kemungkinan diperoleh dari pengalaman sebelumnya atau informasi dari tenaga kesehatan. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan yang cukup signifikan dan menjadi dasar pentingnya intervensi edukasi kesehatan di wilayah tersebut.

Tabel 2. Hasil Post-Test Pengetahuan Ibu Nifas tentang Tanda Bahaya Masa Nifas

Kategori Pengetahuan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	8	66,7%
Cukup	3	25%
Kurang	1	8,3%
Total	12	100%

Hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah diberikan edukasi kesehatan. Sebagian besar peserta berada pada kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak 8 orang (66,7%), yang menunjukkan bahwa materi yang disampaikan melalui penyuluhan, leaflet, dan diskusi interaktif dapat dipahami dengan baik oleh peserta. Jumlah peserta dengan pengetahuan kurang menurun drastis menjadi hanya 1 orang (8,3%), yang menandakan adanya efektivitas intervensi edukasi dalam meningkatkan pemahaman ibu nifas terhadap tanda bahaya masa postnatal. Peningkatan ini juga menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis interaksi langsung lebih mudah diterima oleh masyarakat desa.

Tabel 3. Perbandingan Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Ibu Nifas

Kategori Pengetahuan	Pre-Test (%)	Post-Test (%)	Perubahan
Baik	16,7%	66,7%	+50%
Cukup	25%	25%	0%
Kurang	58,3%	8,3%	-50%

Perbandingan hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan pada kategori baik sebesar 50%, serta penurunan kategori kurang sebesar 50%. Hal ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan ibu nifas. Tidak adanya perubahan pada kategori cukup menunjukkan bahwa sebagian peserta berada pada tingkat transisi pengetahuan yang stabil dan berpotensi meningkat jika dilakukan edukasi lanjutan secara berkala. Hasil ini menegaskan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan mampu memberikan dampak positif terhadap pemahaman ibu nifas mengenai tanda bahaya masa postpartum, sehingga diharapkan dapat meningkatkan perilaku pencarian pelayanan kesehatan secara lebih cepat dan tepat.

**Gambar 1.** Edukasi Kegiatan Edukasi Kesehatan Tanda Bahaya Masa Nifas kepada Ibu Nifas di Desa Huko-Huko

Gambar ini menunjukkan pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan kepada ibu nifas di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka, yang difokuskan pada peningkatan pengetahuan mengenai tanda bahaya pada masa nifas. Pada kegiatan ini, tim pengabdian memberikan penyuluhan secara langsung dengan menggunakan media leaflet dan penjelasan verbal yang interaktif sehingga peserta dapat lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Suasana kegiatan terlihat partisipatif, di mana ibu nifas tidak hanya mendengarkan, tetapi juga aktif merespon dan bertanya terkait pengalaman yang mereka alami selama masa postpartum. Pendekatan edukasi seperti ini sangat penting karena membantu menjembatani kesenjangan pengetahuan antara tenaga kesehatan dan masyarakat, khususnya di wilayah pedesaan. Penggunaan bahasa yang sederhana dan contoh kasus nyata membuat materi lebih mudah dipahami dan relevan dengan kondisi sehari-hari peserta. Hal ini menunjukkan bahwa proses edukasi tidak hanya bersifat transfer informasi, tetapi juga membangun kesadaran kritis ibu nifas dalam mengenali gejala berbahaya yang dapat mengancam kesehatan mereka.



Gambar 2. Dokumentasi Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Edukasi Masa Nifas di Desa Huko-Huko

Gambar ini menggambarkan dokumentasi keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat yang meliputi interaksi antara tim pelaksana dengan peserta ibu nifas dan keluarga pendamping selama kegiatan berlangsung. Terlihat adanya suasana yang kondusif dan penuh keakraban, yang mencerminkan keberhasilan pendekatan komunikasi yang digunakan oleh tim dalam membangun hubungan yang baik dengan masyarakat. Dokumentasi ini juga menunjukkan adanya keterlibatan aktif peserta dalam setiap sesi kegiatan, baik saat penyampaian materi, diskusi, maupun tanya jawab terkait tanda bahaya masa nifas. Keterlibatan keluarga dalam kegiatan ini menjadi aspek penting karena dukungan keluarga memiliki peran besar dalam mendeteksi dini kondisi kesehatan ibu pada masa postnatal. Kegiatan ini juga memperlihatkan pentingnya edukasi berbasis komunitas dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat, khususnya di daerah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses informasi kesehatan. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan terjadi perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik serta peningkatan kewaspadaan terhadap tanda-tanda komplikasi masa nifas di lingkungan masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi tanda bahaya pada masa nifas di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu nifas setelah diberikan intervensi berupa penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet dan diskusi interaktif, di mana hasil pre-test memperlihatkan mayoritas peserta berada pada kategori pengetahuan kurang (58,3%), sedangkan setelah intervensi terjadi peningkatan pada kategori baik menjadi 66,7% pada post-test, yang menandakan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai tanda bahaya postpartum seperti perdarahan abnormal, infeksi, demam tinggi, nyeri hebat, serta gangguan psikologis postnatal, keberhasilan ini juga dipengaruhi oleh pendekatan komunikasi yang sederhana, partisipatif, serta melibatkan keluarga sebagai pendamping sehingga memperkuat proses transfer informasi dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya deteksi dini. Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas (*community-based health education*) memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan ibu di daerah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses informasi, sehingga diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku dalam mencari pertolongan medis secara cepat dan tepat ketika muncul tanda bahaya, dengan demikian, disarankan agar kegiatan edukasi serupa dilakukan secara berkelanjutan dan terjadwal oleh tenaga kesehatan setempat guna memperkuat pemahaman masyarakat, meningkatkan peran keluarga dalam pemantauan kondisi ibu, serta mendukung upaya pencegahan komplikasi masa nifas yang berpotensi menyebabkan peningkatan morbiditas maupun mortalitas ibu.

Saran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah perlunya peningkatan program edukasi kesehatan secara berkelanjutan dan terstruktur kepada ibu nifas di Desa Huko-Huko, Kecamatan Pomalaa, Kabupaten Kolaka dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader posyandu, serta keluarga sebagai pendamping utama dalam proses pemantauan kesehatan ibu pada masa postpartum, karena hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi mampu meningkatkan pengetahuan secara signifikan sehingga pendekatan serupa perlu dipertahankan dan dikembangkan dengan metode yang lebih variatif seperti kunjungan rumah (*home visit*), pemanfaatan media digital sederhana, serta penguatan komunikasi dua arah agar pemahaman tidak hanya bersifat teoritis tetapi juga aplikatif dalam kehidupan sehari-hari. Disarankan agar fasilitas kesehatan setempat meningkatkan intensitas penyuluhan rutin mengenai tanda bahaya masa nifas, melakukan skrining

dini terhadap kondisi ibu, serta memperkuat sistem rujukan cepat ketika ditemukan gejala risiko seperti perdarahan, infeksi, atau gangguan psikologis postnatal, sehingga dapat menurunkan keterlambatan penanganan yang berpotensi membahayakan keselamatan ibu, lebih lanjut, keterlibatan keluarga perlu terus ditingkatkan karena peran mereka sangat penting dalam mengenali perubahan kondisi ibu secara dini, serta diperlukan kolaborasi lintas sektor antara puskesmas, pemerintah desa, dan institusi pendidikan kesehatan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung peningkatan literasi kesehatan masyarakat secara menyeluruh dan berkelanjutan

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Teknologi Bisnis Menara Bunda Kolaka, pemerintah Desa Huko-Huko, serta seluruh ibu nifas dan keluarga yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada tenaga kesehatan dan semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta kerja sama sehingga kegiatan edukasi tanda bahaya masa nifas ini dapat terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Azwinda E. Program Pendampingan Ibu Nifas Berbasis Kunjungan Rumah untuk Meningkatkan Deteksi Dini Tanda Bahaya Pascapersalinan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Ris Pendidik*. 2026,4(4):22330–4.
2. Sari JM, Solekah U, Thaheer MIT. Pengaruh Tele-Edukasi Masa Nifas Berbasis WhatsApp terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Perawatan Diri Ibu dalam Perspektif Kesehatan Reproduksi: Kesehatan Reproduksi Pada Masa Nifas. *Jurnal Kesehat dan Pembang*. 2026,16(1):28–36.
3. Winarsih WW, Dwihestie LKD. Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Nifas Melalui Edukasi Kebutuhan Dasar Ibu Nifas dan Manajemen Laktasi di Wilayah Kerja Puskesmas Nogosari. *Jurnal Kreat Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2025,8(6):3094–106.
4. Pratiwi DR, Sufiyati R, Kustrini H, Suryani N. Edukasi Tanda Bahaya Persalinan Pada Ibu Hamil di Desa Prai Meke Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pengadang. *SAMBARA Jurnal Kreat Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2025,3(2):296–304.
5. Asmarani SU, Purwati AE, Yulianingsih AP. Edukasi Tanda Bahaya Kehamilan Pada Kelas Ibu Hamil Puskesmas Cipaku. *Kolaborasi J Pengabdi Masy*. 2024,4(4):253–9.
6. Pratiwi YS, Zulfian Y, Herlina SM, Handayani S. Edukasi Kesehatan Ibu Nifas untuk Optimalisasi Layanan Home Care Masa Nifas. *Jurnal Ilmiah Pengabdian dan Inovasi*. 2025,4(2):177–84.
7. Annisa NH, Afrida BR, Wati NLSS. Edukasi ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan pada warga Dusun Pondok Buak Desa Batu Kumbang. *Jurnal Lentera*. 2022,2(1):119–24.
8. Sari FYP, Maulida LF, Setyonugroho W, Wahyuningsih N. Efektivitas edukasi digital pada masa nifas (scoping review). In: *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional*. 2025. p. 38–44.
9. Suryanti Y, Wijayanti A, Mauluddina F, Dewi ST, Astari M, Beredikta TS. Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Nifas Tentang Perawatan Diri Ibu dan Bayi Baru Lahir Melalui Edukasi Kesehatan di PMB Ferawati: Penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Ris Pendidik*. 2025,4(2):9145–8.
10. Azizah RN, Elvina R, Sugianto AA, Nurfadilla MI, Utami FW, Hajizah W, et al. Edukasi Perawatan Masa Nifas Ibu Postpartum di Ruang Flamboyan RSUD Taman Husada Bontang. *Jurnal Pesut Pengabdian untuk Kesejahteraan Umat*. 2025,3(1):1–10.
11. Putriana Y, Risneni R, Sulistianingrum L. Edukasi tanda bahaya pada kehamilan, pencegahan anemia dan persiapan menyusui pada ibu hamil di Desa Marga Agung Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Perak Malahayati Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2023,5(1):152–8.
12. Rejeki IS, Fajri F. Edukasi Pendidikan Tanda Bahaya Dan Komplikasi Masa Nifas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gunung Sari*. 2024,2(1):17–22.

13. HARITA H. Pengaruh Edukasi Ibu Nifas Terhadap Pengetahuan Tanda Bahaya Masa Nifas di Desa Moasi Puskesmas Towea Kabupaten Muna. *Jurna Pendidik Keperawatan Dan Kebidanan*. 2023,2(1):28–34.
14. Sorgayati S, Ningsih H, Suharni S. Edukasi Pendidikan Kesehatan Tanda Bahaya Masa Nifas Pada Semua Ibu Nifas Di Di Kelurahan Kuta Kecamatan Pujut. *Sahaya Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*. 2024,1(1):74–9.
15. Yusefni E, Susanti D. Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Perawatan Nifas dan Tanda Bahaya melalui Edukasi di Puskesmas Nanggalo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Cendikia Jenius*. 2024,2(1):95–102.
16. Triastin SA, Nabila F. Upaya peningkatan pengetahuan ibu nifas terhadap tanda bahaya pada masa nifas. *ADM Jurnal Abdi Dosen dan Mahasiswa*. 2024,2(2):257–62.



PENYULUHAN TENTANG ABORTUS UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU HAMIL PADA MASYARAKAT DI KELURAHAN SABILAMBO, KECAMATAN KOLAKA, KABUPATEN KOLAKA

Jumiyati¹, Hernah Riana², Nurmitasari³

^{1,2,3}Institut Kesehatan dan Teknologi Bisnis Menara Bunda Kolaka

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Abortus,

Ibu Hamil,

Penyuluhan Kesehatan

ABSTRAK

Abortus merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang dapat memberikan dampak serius terhadap keselamatan ibu hamil, baik secara fisik maupun psikologis. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penyebab, tanda bahaya, serta pencegahan abortus menjadi salah satu faktor yang meningkatkan risiko komplikasi kehamilan. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan kesehatan tentang abortus pada ibu hamil dilaksanakan di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka, Kabupaten Kolaka, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan. Kegiatan ini diikuti oleh 15 peserta yang terdiri atas ibu hamil di wilayah setempat. Metode pelaksanaan dilakukan melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, serta pemberian edukasi menggunakan media leaflet. Materi yang disampaikan meliputi pengertian abortus, faktor penyebab, tanda dan gejala, dampak yang dapat ditimbulkan, serta upaya pencegahan dan penanganan dini. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memberikan respon positif dan antusias selama proses penyuluhan berlangsung. Peserta juga mengalami peningkatan pemahaman mengenai pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin dan menjaga pola hidup sehat untuk mencegah risiko abortus. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan kesadaran ibu hamil terhadap kesehatan reproduksi semakin meningkat sehingga dapat menurunkan risiko komplikasi selama kehamilan.

ABSTRACT

Abortion is a reproductive health issue that can have serious impacts on the safety of pregnant women, both physically and psychologically. Lack of public knowledge regarding the causes, danger signs, and prevention of abortion is a factor that increases the risk of pregnancy complications. Therefore, a health education activity on abortion for pregnant women was held in Sabilambo Village, Kolaka District, Kolaka Regency, with the aim of increasing pregnant women's knowledge and understanding of the importance of maintaining health during pregnancy. This activity was attended by 15 participants consisting of pregnant women in the local area. The implementation method was carried out through lectures, discussions, questions and answers, and educational materials using leaflets. The material presented covered the definition of abortion, the causes, signs and symptoms, potential impacts, and prevention and early treatment efforts. The results of the activity showed a positive and enthusiastic response from participants throughout the education process. Participants

also experienced an increased understanding of the importance of regular prenatal checkups and maintaining a healthy lifestyle to prevent the risk of abortion. This activity is expected to increase pregnant women's awareness of reproductive health, thereby reducing the risk of complications during pregnancy.

*Corresponding Author : miyaakmal401@gmail.com

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang dialami oleh perempuan dan menjadi bagian penting dalam upaya melahirkan generasi yang sehat dan berkualitas. Namun demikian, selama masa kehamilan ibu dapat mengalami berbagai komplikasi yang berpotensi membahayakan kesehatan ibu maupun janin. Salah satu komplikasi kehamilan yang masih sering terjadi adalah abortus. Abortus merupakan berakhirnya kehamilan sebelum janin mampu hidup di luar kandungan, yang umumnya terjadi pada usia kehamilan kurang dari 20 minggu. Kejadian abortus dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kondisi kesehatan ibu, infeksi, anemia, stres, kelelahan, faktor hormonal, hingga kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai tanda bahaya kehamilan. Kondisi tersebut menjadikan abortus sebagai salah satu masalah kesehatan reproduksi yang memerlukan perhatian serius dari tenaga kesehatan maupun masyarakat.

Kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan kehamilan sering kali menyebabkan keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya selama kehamilan. Pengetahuan ibu hamil memiliki hubungan yang erat dengan kesiapan menghadapi kehamilan dan persalinan. Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Hidayah dalam Jurnal Ilmiah Amanah Akademika menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil sangat berpengaruh terhadap kesiapan persalinan serta kemampuan ibu dalam menjaga kesehatan selama kehamilan (Hidayah, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan edukasi kesehatan kepada ibu hamil menjadi langkah penting untuk menurunkan risiko komplikasi, termasuk abortus.

Abortus tidak hanya berdampak pada kondisi fisik ibu, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis dan sosial keluarga. Dampak fisik yang dapat terjadi antara lain perdarahan, infeksi, anemia, bahkan kematian ibu apabila tidak ditangani secara tepat. Sementara itu, dampak psikologis yang muncul dapat berupa trauma, kecemasan, dan depresi akibat kehilangan kehamilan. Oleh karena itu, upaya preventif melalui penyuluhan kesehatan menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya menjaga kesehatan kehamilan.

Penyuluhan kesehatan merupakan metode edukasi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat agar lebih peduli terhadap kesehatan. Edukasi mengenai tanda bahaya kehamilan sangat penting diberikan kepada ibu hamil agar mampu melakukan deteksi dini terhadap kondisi yang membahayakan. Penelitian oleh Herlina Riana, Nur Afni, dan Siti Aulia dalam OPTIMAL: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kebidanan menyatakan bahwa edukasi tentang tanda bahaya pada ibu hamil mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap risiko komplikasi kehamilan sehingga ibu hamil lebih waspada dalam menjaga kondisinya (Riana, Afni, & Aulia, 2025).

Selain itu, penyuluhan mengenai abortus juga penting dilakukan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat terkait faktor risiko dan pencegahannya. Menurut Indah Susila dalam Journal of Community Engagement in Health, kegiatan penyuluhan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi serta pentingnya pencegahan komplikasi pasca abortus (Susila, 2021). Dengan adanya penyuluhan, ibu hamil dapat memahami pentingnya pemeriksaan antenatal care secara rutin serta menerapkan pola hidup sehat selama kehamilan.

Faktor risiko abortus juga berkaitan dengan kurangnya kemampuan keluarga dan kader kesehatan dalam mengenali tanda bahaya kehamilan. Penelitian Rina Azhima, Rika Dewi, dan Nur Huda dalam Jurnal Rakat Sehat: Pengabdian Kepada Masyarakat menjelaskan bahwa pemberdayaan kader dan keluarga dalam mengenali tanda bahaya kehamilan dapat membantu menurunkan tingkat kejadian abortus serta angka kematian ibu (Azhima, Dewi, & Huda, 2025). Oleh sebab itu, keterlibatan keluarga dalam menjaga kesehatan ibu hamil juga sangat diperlukan.

Kondisi kesehatan ibu selama kehamilan, seperti anemia, turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko abortus. Menurut penelitian Bunga Tiara Carolin dan Siti Novelia dalam Journal of Community Engagement in Health, deteksi dini anemia melalui penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan dapat membantu mencegah komplikasi selama kehamilan (Carolin & Novelia, 2021). Penelitian lain oleh Nadia, Ludiana, dan

Triana Kusuma Dewi juga menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya menjaga asupan gizi selama kehamilan (Nadia, Ludiana, & Dewi, 2021).

Selain faktor kesehatan, lingkungan juga dapat menjadi penyebab terjadinya abortus. Salah satu faktor risiko yang sering ditemukan adalah paparan asap rokok pada ibu hamil. Penelitian Zuraida Hanum dalam Jurnal Kesehatan Almuslim menyebutkan bahwa ibu hamil yang menjadi perokok pasif memiliki risiko lebih tinggi mengalami abortus dibandingkan ibu hamil yang tidak terpapar asap rokok (Hanum, 2022). Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan keluarga yang sehat juga berperan penting dalam menjaga keselamatan ibu dan janin.

Upaya pencegahan abortus dapat dilakukan melalui peningkatan pengetahuan masyarakat tentang kehamilan risiko tinggi. Penelitian Dewi Puspita Rini dan Endang Retnaningtyas dalam Seminar Nasional Dunia Kesehatan (SENADA) menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan pasangan usia subur mengenai kehamilan risiko tinggi dapat membantu menurunkan angka kejadian abortus spontan (Rini & Retnaningtyas, 2022). Selain itu, penyuluhan tentang tanda bahaya kehamilan kepada ibu dan keluarga juga menjadi langkah penting dalam upaya menurunkan angka kematian ibu sebagaimana dijelaskan oleh Rizka Putri Kartika dan Yuni Nor'aini dalam Hikmah Journal of Community Service (Kartika & Nor'aini, 2024).

Penyuluhan mengenai abortus juga perlu diberikan secara luas karena masih terdapat kesalahpahaman di masyarakat terkait praktik aborsi yang tidak aman. Menurut penelitian Winda Berta Sebayang dkk. dalam Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA), edukasi mengenai dampak aborsi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap risiko kesehatan yang dapat terjadi akibat tindakan tersebut (Sebayang et al., 2023).

Berdasarkan kondisi tersebut, maka kegiatan “Penyuluhan Tentang Abortus pada Ibu Hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka, Kabupaten Kolaka” dilaksanakan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai abortus, tanda bahaya kehamilan, serta pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan. Melalui kegiatan penyuluhan ini diharapkan ibu hamil dapat lebih memahami faktor risiko abortus, melakukan pencegahan sejak dini, serta meningkatkan kesadaran untuk rutin memeriksakan kehamilan sehingga risiko komplikasi kehamilan dapat diminimalkan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan tentang abortus pada ibu hamil dilaksanakan di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka, Kabupaten Kolaka, sebagai bentuk upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan reproduksi dan pencegahan komplikasi kehamilan. Sasaran kegiatan ini adalah ibu hamil yang berada di wilayah Kelurahan Sabilambo dengan jumlah peserta sebanyak 15 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi kegiatan.

Tahap persiapan diawali dengan melakukan koordinasi bersama pihak kelurahan, kader posyandu, serta tenaga kesehatan setempat guna menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan penyuluhan. Selain itu, dilakukan identifikasi kebutuhan peserta terkait materi kesehatan kehamilan yang diperlukan oleh ibu hamil di wilayah tersebut. Tim pelaksana juga mempersiapkan berbagai sarana dan prasarana pendukung seperti media presentasi, leaflet, alat tulis, daftar hadir peserta, serta materi edukasi mengenai abortus. Materi yang disusun mencakup pengertian abortus, jenis-jenis abortus, faktor penyebab, tanda dan gejala abortus, faktor risiko pada ibu hamil, dampak abortus terhadap kesehatan ibu dan janin, serta langkah-langkah pencegahan dan penanganan dini apabila ditemukan tanda bahaya selama kehamilan.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan dimulai dengan pembukaan dan perkenalan antara tim penyuluh dengan peserta. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif agar peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh peserta sehingga proses edukasi dapat berlangsung secara efektif. Selain metode ceramah, kegiatan juga dilengkapi dengan diskusi dan tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada peserta menyampaikan pengalaman maupun permasalahan yang dialami selama masa kehamilan. Metode diskusi dipilih karena dapat meningkatkan partisipasi aktif peserta serta membantu memperkuat pemahaman ibu hamil terhadap materi yang telah disampaikan.

Dalam kegiatan ini, media leaflet digunakan sebagai alat bantu edukasi yang berisi informasi singkat mengenai abortus dan tanda bahaya kehamilan. Leaflet diberikan kepada seluruh peserta agar dapat dipelajari kembali di rumah bersama anggota keluarga. Penyampaian materi juga menekankan pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC) secara rutin, menjaga pola makan bergizi, menghindari aktivitas berat, menjaga

kebersihan diri dan lingkungan, serta menghindari paparan asap rokok dan stres yang berlebihan selama masa kehamilan. Selain itu, peserta diberikan edukasi mengenai pentingnya segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan apabila mengalami perdarahan, nyeri perut hebat, atau tanda-tanda lain yang mengarah pada risiko abortus.

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Evaluasi dilakukan secara langsung melalui sesi tanya jawab dan diskusi terkait materi yang telah diberikan. Peserta diminta menjelaskan kembali beberapa poin penting mengenai abortus, tanda bahaya kehamilan, serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan selama masa kehamilan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu memahami materi yang disampaikan dengan baik dan menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan. Selain itu, peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung, terlihat dari keaktifan dalam bertanya dan berdiskusi mengenai kondisi kehamilan yang mereka alami.

Melalui metode pelaksanaan yang bersifat edukatif dan partisipatif ini, diharapkan kegiatan penyuluhan dapat memberikan manfaat nyata bagi ibu hamil di Kelurahan Sabilambo dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mengenai abortus serta mendorong perilaku hidup sehat selama masa kehamilan guna menurunkan risiko komplikasi dan meningkatkan derajat kesehatan ibu dan janin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan tentang abortus pada ibu hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka, Kabupaten Kolaka merupakan salah satu bentuk kegiatan promotif dan preventif dalam bidang kesehatan ibu dan anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai abortus, faktor risiko, tanda bahaya kehamilan, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan selama masa kehamilan. Penyuluhan dilaksanakan dengan melibatkan ibu hamil sebagai sasaran utama karena kelompok ini memiliki risiko tinggi mengalami komplikasi kehamilan apabila tidak mendapatkan informasi kesehatan yang memadai.

Abortus merupakan kondisi berhentinya kehamilan sebelum usia kehamilan mencapai 20 minggu atau sebelum janin mampu hidup di luar kandungan. Kondisi ini masih menjadi salah satu penyebab meningkatnya angka kesakitan dan kematian ibu di berbagai daerah. Kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai tanda bahaya kehamilan sering kali menyebabkan keterlambatan dalam penanganan sehingga komplikasi yang terjadi menjadi lebih berat. Oleh sebab itu, edukasi kesehatan menjadi salah satu langkah penting dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan.



Gambar 1. Edukasi Kegiatan Penyuluhan tentang Abortus pada Ibu Hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka



Gambar 2. Leaflet Penyuluhan tentang Abortus pada Ibu Hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka

Gambar di atas merupakan kegiatan penyuluhan tentang abortus pada ibu hamil dimana kegiatan penyuluhan dilaksanakan secara tatap muka dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Selain penyampaian materi, peserta juga diberikan leaflet sebagai media edukasi agar informasi yang diperoleh dapat dipelajari kembali di rumah. Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari peserta yang terlihat dari antusiasme selama mengikuti kegiatan.

Tabel 1 Karakteristik Peserta Penyuluhan

No	Karakteristik Peserta	Jumlah	Persentase
1	Ibu hamil trimester I	5 orang	33,3%
2	Ibu hamil trimester II	6 orang	40%
3	Ibu hamil trimester III	4 orang	26,7%
	Jumlah	15 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar peserta merupakan ibu hamil trimester II sebanyak 6 orang atau 40%. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada pada masa kehamilan yang membutuhkan perhatian khusus terkait perkembangan janin dan pencegahan komplikasi kehamilan.

Pengertian Abortus dan Faktor Penyebabnya

Abortus merupakan berakhirnya proses kehamilan sebelum janin dapat hidup di luar kandungan. Abortus dapat terjadi secara spontan maupun disengaja. Abortus spontan terjadi akibat faktor alami seperti gangguan kesehatan ibu, kelainan kromosom janin, infeksi, anemia, gangguan hormonal, trauma, serta kelelahan fisik. Sementara itu, abortus yang disengaja biasanya dilakukan karena alasan tertentu dan sering kali dilakukan secara tidak aman sehingga dapat membahayakan keselamatan ibu.

Dalam kegiatan penyuluhan, peserta diberikan pemahaman mengenai berbagai faktor penyebab abortus agar ibu hamil dapat lebih berhati-hati dalam menjaga kesehatan selama kehamilan. Faktor risiko abortus yang paling sering ditemukan meliputi usia ibu yang terlalu muda atau terlalu tua, anemia, hipertensi, kurang gizi, infeksi, stres berlebihan, aktivitas fisik berat, serta paparan asap rokok.

Penelitian yang dilakukan oleh Zuraida Hanum dalam Jurnal Kesehatan Almuslim menjelaskan bahwa ibu hamil yang menjadi perokok pasif memiliki risiko lebih tinggi mengalami abortus dibandingkan ibu hamil yang tidak terpapar asap rokok (Hanum, 2022). Hal ini disebabkan oleh kandungan zat berbahaya dalam asap rokok yang dapat mengganggu perkembangan janin dan kesehatan plasenta.

Selain itu, anemia juga menjadi salah satu faktor risiko utama abortus. Kekurangan hemoglobin dapat menyebabkan suplai oksigen ke janin terganggu sehingga meningkatkan risiko komplikasi kehamilan. Penelitian Bunga Tiara Carolin dan Siti Novelia menunjukkan bahwa deteksi dini anemia melalui pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan sangat penting dalam mencegah komplikasi selama kehamilan (Carolin & Novelia, 2021).

Tabel 2 Faktor Risiko Abortus yang Dijelaskan dalam Penyuluhan

No	Faktor Risiko	Penjelasan
1	Anemia	Menurunkan suplai oksigen pada janin
2	Infeksi	Menyebabkan gangguan pada kehamilan
3	Paparan asap rokok	Menghambat perkembangan janin
4	Aktivitas berat	Memicu kontraksi dini
5	Stres berlebihan	Mengganggu keseimbangan hormon
6	Kurang gizi	Menghambat pertumbuhan janin
7	Hipertensi	Meningkatkan risiko komplikasi

Pentingnya Pengetahuan Ibu Hamil tentang Abortus

Pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan kehamilan sangat berpengaruh terhadap kemampuan ibu dalam menjaga kondisi dirinya dan janin. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih rutin melakukan pemeriksaan kehamilan, menjaga pola makan, serta menghindari faktor risiko yang dapat menyebabkan komplikasi.

Menurut penelitian Nurul Hidayah dalam Jurnal Ilmiah Amanah Akademika, tingkat pengetahuan ibu hamil memiliki hubungan erat dengan kesiapan menghadapi persalinan dan kemampuan dalam menjaga kesehatan selama masa kehamilan (Hidayah, 2021). Pengetahuan yang baik akan membantu ibu hamil mengambil keputusan yang tepat ketika mengalami keluhan atau tanda bahaya kehamilan. Dalam kegiatan penyuluhan, peserta diberikan edukasi mengenai tanda-tanda abortus seperti perdarahan dari jalan lahir, nyeri perut bagian bawah, kontraksi sebelum waktunya, keluarnya jaringan dari vagina, dan berkurangnya tanda-tanda kehamilan. Materi ini diberikan agar ibu hamil dapat segera mencari pertolongan medis apabila mengalami gejala tersebut.

Selain itu, peserta juga diberikan pemahaman mengenai pentingnya pemeriksaan antenatal care (ANC) secara rutin. Pemeriksaan ANC bertujuan untuk memantau kondisi kesehatan ibu dan janin selama kehamilan sehingga risiko komplikasi dapat dideteksi lebih awal.

Tabel 3 Tingkat Pemahaman Peserta Setelah Penyuluhan

No	Indikator Pemahaman	Sebelum Penyuluhan	Setelah Penyuluhan
1	Mengetahui pengertian abortus	40%	90%
2	Mengetahui tanda bahaya kehamilan	35%	88%
3	Mengetahui faktor risiko abortus	30%	85%
4	Mengetahui pentingnya ANC	50%	95%

Berdasarkan tabel di atas, terlihat adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil.

Edukasi Tanda Bahaya Kehamilan

Salah satu fokus utama dalam kegiatan penyuluhan adalah edukasi mengenai tanda bahaya kehamilan. Tanda bahaya kehamilan merupakan kondisi yang menunjukkan adanya gangguan serius selama masa kehamilan dan memerlukan penanganan segera. Beberapa tanda bahaya yang dijelaskan kepada peserta meliputi perdarahan, nyeri perut hebat, demam tinggi, pembengkakan pada kaki dan wajah, tekanan darah tinggi, serta penurunan gerakan janin.

Penelitian Herlina Riana, Nur Afni, dan Siti Aulia menjelaskan bahwa edukasi mengenai tanda bahaya kehamilan dapat meningkatkan kewaspadaan ibu hamil terhadap risiko komplikasi selama masa kehamilan (Riana, Afni, & Aulia, 2025). Pengetahuan ini sangat penting karena keterlambatan dalam mengenali tanda bahaya dapat menyebabkan meningkatnya risiko kematian ibu dan janin.

Selain ibu hamil, keluarga juga memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan kehamilan. Penelitian Rina Azhima, Rika Dewi, dan Nur Huda menyebutkan bahwa pemberdayaan keluarga dan kader kesehatan dapat membantu menurunkan angka kejadian abortus melalui pengenalan dini tanda bahaya kehamilan (Azhima, Dewi, & Huda, 2025).

Tabel 4 Tanda Bahaya Kehamilan yang Dijelaskan kepada Peserta

No	Tanda Bahaya	Dampak
1	Perdarahan	Risiko abortus dan syok
2	Nyeri perut hebat	Gangguan pada janin
3	Demam tinggi	Infeksi kehamilan
4	Tekanan darah tinggi	Preeklamsia
5	Pembengkakan berlebihan	Gangguan sirkulasi
6	Gerakan janin berkurang	Gangguan perkembangan janin

Peran Penyuluhan Kesehatan dalam Pencegahan Abortus

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Dalam konteks kesehatan ibu hamil, penyuluhan berfungsi sebagai sarana edukasi untuk memberikan informasi mengenai kehamilan sehat, faktor risiko, serta upaya pencegahan komplikasi.

Penelitian Nadia, Ludiana, dan Triana Kusuma Dewi menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai anemia dan pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan (Nadia, Ludiana, & Dewi, 2021). Dengan meningkatnya pengetahuan, ibu hamil menjadi lebih sadar terhadap pentingnya pola hidup sehat.



Gambar 3. Dokumentasi Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan tentang Abortus pada Ibu Hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka.

Kegiatan penyuluhan di Kelurahan Sabilambo menunjukkan adanya keterlibatan aktif peserta dalam setiap sesi kegiatan dan memberikan dampak positif terhadap perubahan sikap peserta. Sebagian besar peserta menyatakan lebih memahami pentingnya pemeriksaan kehamilan rutin, konsumsi makanan bergizi, dan menghindari aktivitas berat selama masa kehamilan.

Selain itu, kegiatan penyuluhan juga membantu peserta memahami bahaya tindakan aborsi yang tidak aman. Penelitian Winda Berta Sebayang dkk. menyebutkan bahwa edukasi mengenai dampak aborsi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap risiko kesehatan akibat tindakan tersebut (Sebayang et al., 2023).

Upaya Pencegahan Abortus pada Ibu Hamil

Pencegahan abortus dapat dilakukan melalui berbagai upaya yang melibatkan ibu hamil, keluarga, tenaga kesehatan, dan masyarakat. Dalam kegiatan penyuluhan, peserta diberikan berbagai informasi mengenai langkah-langkah pencegahan abortus agar dapat menjaga kesehatan selama kehamilan.

Beberapa upaya pencegahan yang dijelaskan meliputi:

1. Melakukan pemeriksaan ANC secara rutin.
2. Mengonsumsi makanan bergizi seimbang.
3. Menghindari aktivitas fisik yang terlalu berat.
4. Menghindari stres dan kelelahan.
5. Menghindari paparan asap rokok.
6. Mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran.
7. Menjaga kebersihan diri dan lingkungan.
8. Segera memeriksakan diri apabila mengalami tanda bahaya.

Penelitian Dewi Puspita Rini dan Endang Retnaningtyas menyebutkan bahwa peningkatan pengetahuan mengenai kehamilan risiko tinggi dapat membantu menurunkan kejadian abortus spontan (Rini & Retnaningtyas, 2022).

Tabel 5 Upaya Pencegahan Abortus

No	Upaya Pencegahan	Tujuan
1	ANC rutin	Deteksi dini komplikasi
2	Konsumsi gizi seimbang	Menjaga kesehatan ibu dan janin
3	Tablet tambah darah	Mencegah anemia
4	Istirahat cukup	Mengurangi kelelahan
5	Hindari asap rokok	Menurunkan risiko gangguan janin
6	Menjaga kebersihan	Mencegah infeksi

Evaluasi Kegiatan Penyuluhan

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Berdasarkan hasil evaluasi, sebagian besar peserta mampu memahami materi yang diberikan dengan baik. Peserta juga aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab.

Kegiatan penyuluhan memberikan manfaat positif bagi ibu hamil di Kelurahan Sabilambo karena mampu meningkatkan kesadaran peserta terhadap pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan. Peserta menyatakan bahwa materi yang diberikan sangat membantu dalam memahami tanda bahaya kehamilan dan cara mencegah abortus.

Tabel 6 Hasil Evaluasi Kegiatan Penyuluhan

No	Aspek Evaluasi	Hasil
1	Kehadiran peserta	100% hadir
2	Partisipasi peserta	Sangat aktif
3	Pemahaman materi	Meningkat
4	Antusiasme peserta	Tinggi
5	Respon terhadap kegiatan	Positif

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang digunakan cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai abortus dan kesehatan kehamilan. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan agar pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan ibu dan anak semakin meningkat.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan tentang abortus pada ibu hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka, Kabupaten Kolaka merupakan salah satu bentuk upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil, mengenai kesehatan kehamilan dan pencegahan komplikasi selama masa kehamilan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan melibatkan 15 orang ibu hamil sebagai peserta dan dilakukan melalui metode ceramah, diskusi, tanya jawab, serta pemberian media edukasi berupa leaflet. Materi yang disampaikan meliputi pengertian abortus, faktor penyebab, tanda dan gejala, faktor risiko, dampak abortus terhadap kesehatan ibu dan janin, serta langkah-langkah pencegahan dan penanganan dini apabila ditemukan tanda bahaya kehamilan.

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, penyuluhan kesehatan terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai abortus. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian peserta masih memiliki keterbatasan pengetahuan terkait tanda bahaya kehamilan, faktor risiko abortus, serta pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin. Namun setelah mengikuti penyuluhan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan, mengenali gejala komplikasi sejak dini, serta melakukan pemeriksaan antenatal care (ANC) secara teratur.

Kegiatan penyuluhan juga menunjukkan bahwa faktor risiko abortus tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi kesehatan ibu, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan perilaku sehari-hari. Anemia, kurang gizi, aktivitas fisik berlebihan, stres, infeksi, serta paparan asap rokok merupakan beberapa faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya abortus. Oleh karena itu, ibu hamil perlu memperoleh dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar agar dapat menjalani kehamilan secara sehat dan aman. Selain itu, keterlibatan keluarga dalam memperhatikan kondisi

ibu hamil sangat penting untuk membantu mengenali tanda bahaya kehamilan dan mempercepat pengambilan keputusan ketika diperlukan penanganan medis.

Penyuluhan kesehatan yang dilakukan juga berhasil meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya pola hidup sehat selama kehamilan, seperti mengonsumsi makanan bergizi, istirahat yang cukup, menjaga kebersihan diri dan lingkungan, menghindari paparan asap rokok, serta mengelola stres dengan baik. Peserta juga memahami pentingnya segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan apabila mengalami gejala seperti perdarahan, nyeri perut hebat, demam tinggi, atau tanda bahaya lainnya yang dapat mengarah pada komplikasi kehamilan dan abortus.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini dapat dikatakan berjalan dengan baik dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kewaspadaan ibu hamil terhadap abortus dan tanda bahaya kehamilan. Kegiatan ini juga menjadi salah satu langkah penting dalam mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak serta menurunkan risiko komplikasi dan kematian ibu selama masa kehamilan. Dengan adanya edukasi yang berkelanjutan, diharapkan ibu hamil dapat lebih siap dalam menjaga kesehatan dirinya dan janin sehingga tercipta kehamilan yang sehat, aman, dan berkualitas.

SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan sebagai upaya untuk meningkatkan efektivitas program edukasi kesehatan ibu hamil di masa mendatang. Pertama, diharapkan kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai abortus dan tanda bahaya kehamilan dapat dilakukan secara rutin dan berkelanjutan oleh tenaga kesehatan, puskesmas, maupun pemerintah setempat. Edukasi yang dilakukan secara terus-menerus akan membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga ibu hamil dapat lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan.

Kedua, diperlukan peningkatan keterlibatan keluarga, khususnya suami, dalam kegiatan penyuluhan kesehatan ibu hamil. Dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kondisi fisik dan psikologis ibu selama kehamilan. Dengan adanya dukungan keluarga, ibu hamil akan lebih mudah menerapkan pola hidup sehat, rutin memeriksakan kehamilan, serta lebih cepat mendapatkan pertolongan apabila mengalami tanda bahaya kehamilan.

Ketiga, tenaga kesehatan diharapkan dapat lebih aktif melakukan pendekatan kepada masyarakat melalui kegiatan posyandu, kunjungan rumah, maupun kelas ibu hamil agar informasi kesehatan dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat, terutama ibu hamil yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Selain itu, penggunaan media edukasi seperti leaflet, poster, video, dan media sosial juga perlu ditingkatkan agar informasi mengenai abortus dan kesehatan kehamilan dapat disampaikan secara lebih menarik dan mudah dipahami.

Keempat, ibu hamil diharapkan dapat lebih meningkatkan kesadaran untuk menjaga kesehatan selama kehamilan dengan menerapkan pola hidup sehat, mengonsumsi makanan bergizi, menghindari aktivitas berat, tidak terpapar asap rokok, serta rutin melakukan pemeriksaan ANC sesuai anjuran tenaga kesehatan. Pemeriksaan kehamilan secara rutin sangat penting untuk mendeteksi adanya komplikasi sejak dini sehingga penanganan dapat dilakukan dengan cepat dan tepat.

Kelima, pemerintah daerah dan instansi kesehatan diharapkan dapat terus mendukung program kesehatan ibu dan anak melalui penyediaan fasilitas kesehatan yang memadai, peningkatan kualitas pelayanan kesehatan, serta pelaksanaan program edukasi kesehatan secara berkala di masyarakat. Dukungan tersebut sangat penting dalam upaya menurunkan angka kejadian abortus, komplikasi kehamilan, dan angka kematian ibu di Kabupaten Kolaka.

Dengan adanya kerja sama antara tenaga kesehatan, pemerintah, keluarga, dan masyarakat, diharapkan upaya pencegahan abortus dan peningkatan kesehatan ibu hamil dapat terlaksana secara optimal sehingga mampu menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas di masa mendatang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya kegiatan penyuluhan tentang abortus pada ibu hamil di Kelurahan Sabilambo, Kecamatan Kolaka, Kabupaten Kolaka dapat terlaksana dengan baik dan lancar. Kegiatan ini tidak akan berjalan dengan optimal tanpa dukungan, bantuan, serta kerja sama dari berbagai pihak yang telah memberikan kontribusi baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Kelurahan Sabilambo yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada tenaga kesehatan, kader posyandu, serta seluruh pihak yang telah membantu dalam proses persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan penyuluhan ini. Penghargaan yang setinggi-tingginya juga diberikan kepada seluruh ibu hamil yang telah bersedia menjadi peserta dan mengikuti kegiatan dengan penuh antusias sehingga kegiatan penyuluhan dapat berlangsung secara aktif dan interaktif.

Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Institut Kesehatan dan Teknologi Bisnis Menara Bunda Kolaka dan semua pihak yang telah memberikan masukan, motivasi, dan bantuan dalam penyusunan laporan kegiatan ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik. Semoga segala bantuan, dukungan, dan kerja sama yang telah diberikan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis berharap kegiatan penyuluhan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat, khususnya ibu hamil, dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran

mengenai pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan guna mencegah terjadinya abortus dan komplikasi lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayah, N. (2021). Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Tentang Persiapan Persalinan Di Kecamatan Iwoimendaa Kabupaten Kolaka. *Jurnal Ilmiah Amanah Akademika*, 4(2), 276-289.
- Riana, H., Afni, N., & Aulia, S. (2025). Edukasi Pentingnya Pengenalan Tanda Bahaya pada Ibu Hamil di Posyandu Kelurahan Ulunggolaka. *OPTIMAL: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kebidanan*.
- Susila, I. (2021). Penyuluhan Kontrasepsi Pasca Abortus. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 308-312.
- Azhima, R., Dewi, R., & Huda, N. (2025). -Angka Pemberdayaan Kader Dan Keluarga Dalam Pengenalan Dan Penanganan Tanda-Tanda Bahaya Kehamilan Pada Ibu Hamil Dalam Upaya Menurunkan Tingkat Kejadian Abortus Di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul Kematian Ibu (AKI), abortus, pendidikan kesehatan, tanda bahaya kehamilan:-. *Jurnal Rakat Sehat: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 30-35.
- Carolin, B. T., & Novelia, S. (2021). Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Sebagai Upaya Deteksi Dini Anemia Pada Ibu Hamil. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 245-248.
- Nadia, N., Ludiana, L., & Dewi, T. K. (2021). Penerapan Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Pada Kehamilan Diwilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 359-366.
- Hanum, Z. (2022). Risiko Kejadian Abortus Pada Ibu Hamil Perokok Pasif Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *Jurnal Kesehatan Almuslim*, 8(1), 25-28.
- Rini, D. P., & Retnaningtyas, E. (2022, November). Upaya Menurunkan Angka Kejadian Abortus Spontan Dengan Cara Meningkatkan Pengetahuan Pus Terhadap Kehamilan Resiko Tinggi Melalui Pelaksanaan Kelas Pus Online. In *Seminar Nasional Dunia Kesehatan (SENADA)* (Vol. 1, pp. 65-66).
- Kartika, R. P., & Nor'aini, Y. (2024). Penyuluhan tanda-tanda bahaya kehamilan pada ibu hamil dan keluarga dalam upaya menurunkan kasus kematian ibu di Puskesmas Mayong II Mayong Jepara. *Hikmah Journal of Community Service*, 2(2), 7-12.
- Sebayang, W. B., Rambe, N. L., Ritonga, F., & Halawa, F. H. (2023). Penyuluhan Dampak Aborsi Bagi Kesehatan Remaja Di Smp Imelda Medan. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (JISOMBA)*, 3(1), 23-27



**EDUKASI DAN PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU TENTANG PRAKTIK
PEMBUATAN MP-ASI BERBAHAN PANGAN LOKAL SEBAGAI UPAYA
PENCEGAHAN STUNTING**

Anggie Diniayuningrum^{1*}, Arum Meiranny²

^{1,2} Prodi Program Sarjana dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Universitas Islam Sultan Agung

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

complementary

feeding

stunting

posyandu

cadres

empowerment;

local food

ABSTRAK

Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat merupakan upaya penting dalam pencegahan stunting pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan. Prevalensi stunting dan kelompok balita berisiko di Kelurahan Muktiharjo Kidul masih tinggi sehingga diperlukan intervensi melalui pemberdayaan kader posyandu. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader terkait MP-ASI berbahan pangan lokal dengan prinsip gizi seimbang.

Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, diskusi, dan demonstrasi praktik, dengan evaluasi melalui pre-test dan post-test yang dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan kader yaitu kategori pengetahuan baik dari 43% menjadi 83% dan kategori kurang dari 15% menjadi 0%.

Kegiatan ini efektif dalam meningkatkan kapasitas kader. Pemberdayaan kader secara berkelanjutan diharapkan mampu meningkatkan deteksi dini dan intervensi gizi serta mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam praktik pemberian makan anak guna pencegahan stunting.

ABSTRACT

Appropriate complementary feeding (CF) is a key strategy in preventing stunting during the first 1,000 days of life. The prevalence of stunting and at-risk children in Muktiharjo Kidul remains high, necessitating community-based interventions through the empowerment of Posyandu cadres. This community service activity aimed to improve cadres' knowledge and skills regarding complementary feeding using locally available foods based on balanced nutrition principles.

The methods included health education, group discussions, and practical demonstrations, with evaluation conducted using pre-test and post-test analyzed descriptively. The results showed an improvement in cadres' knowledge, indicated by an increase in the "good" category from 43% to 83% and a decrease in the "poor" category from 15% to 0%.

This activity proved effective in enhancing cadres' capacity. Continuous empowerment of cadres is expected to improve early detection and nutritional interventions, as well as promote positive behavioral changes in child feeding practices to support stunting prevention.

*Corresponding Author: anggieayu015@unissula.ac.id

PENDAHULUAN

Pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) adalah proses pemberian makanan selain ASI atau susu formula ketika kebutuhan nutrisi anak tidak lagi terpenuhi secara optimal. Praktik ini umumnya dimulai pada usia 6 bulan hingga 23 bulan, dengan kemungkinan ASI tetap dilanjutkan (WHO, 2023). Periode ini merupakan fase perkembangan penting karena anak mulai membentuk kebiasaan makan sehat jangka panjang. Selain itu, fase ini juga bertepatan dengan risiko tinggi terjadinya gangguan pertumbuhan dan defisiensi zat gizi.

Pemberian makanan pendamping yang adekuat dan tepat, serta praktik pemberian makan yang baik, dapat berperan dalam mencegah stunting sekaligus membentuk kebiasaan makan sehat (Bappenas and UNICEF, 2019). Stunting merupakan dampak serius dari kekurangan gizi sejak masa kehamilan hingga awal kehidupan anak. Anak yang mengalami stunting berisiko tidak mencapai tinggi badan optimal serta mengalami hambatan perkembangan kognitif secara maksimal (Suminar, Fatimah and Karim, 2024). Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi stunting di Indonesia menurun dari 24,4% pada 2021 menjadi 21,6% pada 2023 dan 19,8% pada 2024. Meskipun menunjukkan penurunan, angka tersebut masih belum mencapai target pemerintah sebesar 14% dan masih berada di atas standar World Health Organization yang menetapkan prevalensi stunting di bawah 20% (Kemenkes RI, 2024). Stunting tetap merupakan masalah yang membutuhkan penanganan strategis karena berimplikasi pada kualitas sumber daya manusia (Niswah and Anggraini, 2026).

Wilayah kerja Puskesmas Tlogosari Kulon merupakan salah satu Puskesmas di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang, terdapat 35 balita yang mengalami stunting dengan proporsi kasus Kelurahan Kalicari (1 kasus), Gemah (5 kasus), Tlogosari Kulon (7 kasus), dan Muktiharjo Kidul (22 kasus) (Dinas Kesehatan Kota Semarang, 2023). Data yang didapat melalui hasil screening tim pengabdian di wilayah mitra Puskesmas Pembantu Muktiharjo Kidul didapatkan data bahwa terdapat 22 bayi yang berisiko stunting dengan kategori rendah dan sedang dengan memiliki hasil skor < -2 SD. Berdasarkan data ini, dapat dikatakan bahwa prevalensi anak stunting di wilayah binaan Puskesmas Pembantu Muktiharjo Kidul masih tinggi. Berbagai strategi mulai digalakkan, salah satunya dengan diamanatkan nya Peraturan Presiden Nomor 72 tahun 2021 mengenai Percepatan Penurunan Stunting. Dalam regulasi tersebut, terdapat lima pilar percepatan penurunan stunting meliputi komitmen dan visi kepemimpinan, konvergensi program pusat, daerah, dan desa, ketahanan pangan dan gizi, serta monitoring dan evaluasi. Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi stunting yaitu intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif (Perpres, 2021).

Intervensi gizi spesifik merupakan intervensi yang berhubungan dengan peningkatan gizi dan kesehatan sedangkan intervensi gizi sensitif merupakan intervensi pendukung untuk penurunan kecepatan stunting seperti penyediaan air bersih dan sanitasi (TP2AK, 2020). Bayi berusia >6 bulan memerlukan MP-ASI sebagai nutrisi tambahan untuk pertumbuhan optimal. MP-ASI yang tepat dan baik merupakan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi sehingga bayi dan anak dapat tumbuh kembang dengan optimal (Louis et al., 2022). Status gizi pada balita dipengaruhi oleh kecukupan gizi pada periode 1000 HPK yaitu sejak kehamilan hingga usia 2 tahun meliputi nutrisi ibu selama kehamilan, periode menyusui dan MPASI (Feng et al., 2022). WHO merekomendasikan pemberian MP-ASI yang tepat untuk mencegah terjadinya malnutrisi yaitu memulai memberikan makanan padat pertama pada usia 6 bulan dan melanjutkan pemberian ASI hingga usia 2 tahun. Hal ini dilakukan agar asupan nutrisi dapat memenuhi kebutuhan untuk perkembangan otak yang baik dan pertumbuhan (UNICEF, 2026). Pengabdian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang MPASI, pembuatan MP-ASI dengan prinsip gizi seimbang dan kemampuan kader dalam membuat MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal.

METODE PELAKSANAAN

a. Lokasi Kegiatan

Mitra dalam kegiatan PkM ini adalah salah satu Posyandu di PKK RW XX Kelurahan Muktiharjo Kidul Wilayah Kerja Puskesmas Tlogosari Kulon yang berfungsi sebagai wadah pelaksanaan pada kegiatan Posyandu.

b. Analisis Masalah

– Survei Pendahuluan

Berdasarkan data sekunder dan hasil screening lapangan:

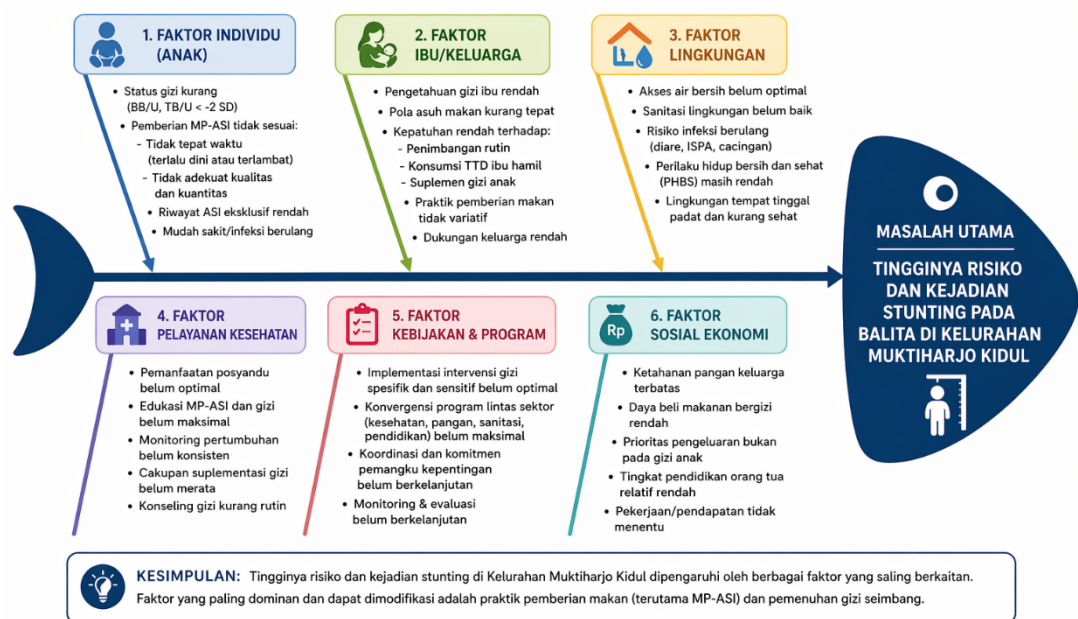
Data Dinas Kesehatan Kota Semarang (Dinas Kesehatan Kota Semarang, 2023):

1. Total balita stunting di Kecamatan Pedurungan Kota Semarang: 35 kasus

Distribusi	:
Kalicari	: 1 kasus
Gemah	: 5 kasus
Tlogosari Kulon	: 7 kasus
Muktiharjo Kidul	: 22 kasus (tertinggi)

Data Screening Tim Pengabdian:

- Lokasi: Puskesmas Pembantu Muktiharjo Kidul (salah satu Puskesmas yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tlogosari Kulon) ditemukan: 22 bayi berisiko stunting (kategori rendah-sedang, skor < -2 SD). Berdasarkan data tersebut prevalensi stunting di Kelurahan Muktiharjo Kidul masih tinggi dan menjadi prioritas intervensi. Masalah tidak hanya pada kasus existing, tetapi juga kelompok risiko (*early warning*)
- Analisis menggunakan diagram *fishbone*



– Penentuan Masalah Utama

Masalah utama yaitu tingginya risiko dan kejadian stunting pada balita di Kelurahan Muktiharjo Kidul. Masalah stunting di Muktiharjo Kidul didominasi oleh faktor perilaku pemberian makan dan pemenuhan gizi anak, khususnya MP-ASI yang tidak sesuai.

– Rencana Kegiatan

Edukasi berupa penyuluhan kesehatan kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang MPASI, pembuatan MP-ASI dengan prinsip gizi seimbang dan kemampuan kader dalam membuat MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Edukasi dan Pemberdayaan Kader Posyandu Tentang Praktik Pembuatan MPASI Berbahan Pangan Lokal” di Posyandu Bina Mulya Sejahtera RW XX. Kegiatan dilakukan pada 11 Oktober 2024, bertepatan dengan kegiatan rutin rapat kader Posyandu (Gambar 1 dan 2).



Gambar 1 dan 2. Kegiatan Edukasi Tentang MP-ASI Bahan Pangan Lokal

Setelah dilakukan pengisian daftar hadir, dilakukan kegiatan edukasi berupa penyuluhan. Sebelum dilakukan kegiatan, dilakukan pre-test dan setelahnya dilakukan post-test untuk mengukur pengetahuan kader tentang pemberian MP-ASI berbahan pangan lokal dan praktik pemberian makan anak.

c. Evaluasi

Indikator keberhasilan pengabdian masyarakat ini dinilai melalui evaluasi sebelum dan setelah penyuluhan, yang dilakukan dengan pengisian kuesioner. Hasil pre test dan post test dilakukan analisis deksriptif menggunakan SPSS v.23.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan kader Posyandu sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan (Tabel 1). Terjadi peningkatan pengetahuan baik sebanyak 43% menjadi 83% setelah dilakukan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader.

Tabel 1 Hasil Pre dan Post Test Gambaran Pengetahuan Kader terhadap MP-ASI

Penyuluhan	Pengetahuan		
	Kurang	Cukup	Baik
Sebelum	15%	42%	43%
Sesudah	0%	17%	83%

Kader merupakan unsur masyarakat yang menjadi bagian integral dari tenaga kesehatan dalam upaya pembangunan kesehatan, sekaligus berperan dalam mendorong masyarakat mengadopsi perilaku hidup sehat (Ramli et al., 2024). Dalam konteks posyandu, kader memiliki peran strategis dalam meningkatkan partisipasi ibu balita melalui edukasi gizi seimbang (Lubis et al., 2025), serta mendukung pengintegrasian layanan sosial dasar yang mencakup pembinaan gizi dan kesehatan ibu dan anak (Kemenkes RI, 2021). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan kader efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu, serta berdampak pada perbaikan status gizi anak dan keluarga (Simbolon et al., 2022). Oleh karena itu, kader dituntut memiliki pemahaman yang memadai terkait kesehatan masyarakat, mengingat perannya yang krusial dalam penanggulangan masalah gizi (Ashar et al., 2021). Kader dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai dapat diberdayakan secara optimal untuk melaksanakan program kesehatan di masyarakat (Setyaningrum and Dewi, 2025)

Pengetahuan dan keterampilan kader menjadi faktor kunci dalam keberhasilan deteksi dini dan intervensi masalah gizi pada keluarga balita. Peningkatan kapasitas kader dapat dilakukan melalui pelatihan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) (Efrizal and Utami, 2022). Edukasi yang diberikan umumnya menggunakan pendekatan ceramah, diskusi, dan demonstrasi praktik, yang mencakup keterampilan pengukuran antropometri, konseling gizi, serta pemanfaatan grafik pertumbuhan anak (Sentika et al., 2024; Aulia and Purnamawati, 2025). Pelatihan yang berkelanjutan terbukti mampu meningkatkan kemampuan kader dalam pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk status gizi dan praktik pemberian makan (Siswati et al., 2022).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan kader yaitu usia, pendidikan dan lama menjadi kader (Setyaningrum and Dewi, 2025). Usia memengaruhi pengetahuan, individu yang lebih dewasa cenderung memiliki pola pikir lebih matang serta pengalaman dan wawasan yang lebih luas (Janwarin, 2020). Pendidikan berperan penting dalam membentuk persepsi yang lebih baik terhadap suatu hal (Diniyuningrum et al., 2024). Studi di wilayah kerja Puskesmas Jeruklegi I menunjukkan kader dengan masa kerja >3 tahun memiliki akurasi lebih baik dibandingkan ≤ 3 tahun, namun tidak ditemukan hubungan antara lama kerja dengan kemampuan deteksi dini stunting (Mimi and Usman, 2021).

Penelitian Sinaga et al. (2023), kolaborasi antara kader dan tenaga kesehatan melalui pelatihan dan penyuluhan juga terbukti efektif dalam meningkatkan status gizi anak di Jawa Barat. Kader berperan penting dalam mendorong pemenuhan gizi serta membentuk perilaku makan sehat di masyarakat (Sinaga et al., 2023). Penelitian lain juga menegaskan bahwa edukasi dan pemberdayaan kader mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mereka dapat berperan aktif dalam skrining status gizi balita (Probowati, Dewanto and Irmayanti, 2021; Amar et al., 2022). Proses transfer pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku kader dalam menjalankan tugasnya di posyandu. Penelitian yang dilakukan Setyaningrum dan Dewi (2025) menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan kader dengan keterampilan deteksi dini masalah gizi pada anak usia 24–59 bulan (Setyaningrum & Dewi, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kapasitas kader merupakan aspek penting yang perlu terus dikembangkan melalui berbagai strategi pemberdayaan yang berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Peningkatan pengetahuan kader khususnya terkait MP-ASI, pembuatan MP-ASI dengan prinsip gizi seimbang dan kemampuan kader dalam membuat MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal memerlukan kolaborasi lintas sektor salah satunya adalah transfer ilmu yang dilakukan melalui penyuluhan dan pelatihan. Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Penyuluhan dan pelatihan berkala dilakukan sebagai upaya penyegaran ilmu secara rutin dan berkelanjutan, disertai penguatan sosialisasi serta dukungan fasilitas dan sumber daya yang memadai, guna meningkatkan kapasitas kader sesuai perkembangan ilmu terkini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberi dukungan finansial terhadap pelaksanaan kegiatan yaitu LPPM Universitas Islam Sultan Agung yang telah mendanai pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amar, M.I. et al. (2022) "Pendampingan Kader Posyandu Melalui Inovasi Olahan Lele Cegah Stunting Desa Sukadami Kecamatan Cikarang Selatan," *Prosiding SENAPENMAS*, 2(1), pp. 493–498.
- Ashar, H. et al. (2021) "Status Gizi Dan Perkembangan Pada Anak Baduta Di Kabupaten Wonosobo," *Buletin Penilaian Sistem Kesehatan*, 24(2).
- Aulia, F.O. and Purnamawati, D. (2025) "Kontribusi Kader Posyandu dalam Intervensi Stunting : Kajian Literatur Tahun 2023 – 2025 (The Contribution of Posyandu Cadres in Stunting Interventions : A Literature Review from 2023 – 2025)," 4(2), pp. 155–168.
- Bappenas, K.R.I. and UNICEF (2019) "Framework of Action: Indonesia complementary feeding."
- Dinas Kesehatan Kota Semarang (2023) Dashboard Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Semarang tahun 2023. Available at: <http://119.2.50.170:9095/dashboardNew/index.php/home/stunting?bulan=5&tahun=2023>.
- Diniyuningrum, A. et al. (2024) "Maternal Education And Toddler Attendance At Posyandu Towards The Incidence Of Stunting In Toddlers Aged 36-72 Months," 10(9), pp. 903–908.
- Efrizal, W. and Utami, R. (2022) "Perilaku Kader Posyandu Dalam Pemberian Makan Pada Bayi dan Anak:

- Behavior Of Posyandu Cadres In Feeding Infants and Children,” *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi Universitas Binawan*, 3(1), pp. 1–12.
- Feng, J. et al. (2022) “Complementary Feeding and Malnutrition among Infants and Young Children Aged 6 – 23 Months in Rural Areas of China,” pp. 1–12.
- Janwarin, L.M. (2020) “Hubungan Pengetahuan dan Motivasi dengan Keaktifan Kader Posyandu,” *Moluccas Health Journal*, 2(2).
- Kemkes RI (2021) “Buku Bacaan Kader Posyandu,” Kemkes RI. Jakarta: Kemkes RI, pp. 1–28. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/kumpulan-media-buku-bacaan-kader-posyandu>.
- Kemkes RI (2024) SSGI 2024 Survey Status Gizi Indonesia dalam Angka, Kemkes RI. Jakarta.
- Louis, S.L. et al. (2022) “Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita Complementary Feeding with Stunting on Toddler Children Address : Article history : Phone :,” 4(1), pp. 47–55.
- Lubis, I. et al. (2025) “Peran Kader Posyandu dalam Meningkatkan Partisipasi Ibu Balita,” *Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 6(1), pp. 43–48.
- Mimi, R.T.J. and Usman, U. (2021) “Analisis Tingkat Pengetahuan Kader Posyandu dalam Pengukuran Antropometri Untuk Mencegah Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Lapadde Kota Parepare,” *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 4(2), pp. 279–286.
- Niswah, U.K. and Anggraini, S. (2026) “Dinamika Faktor Risiko Maternal dan Disparitas Wilayah terhadap Kejadian Stunting : Analisis Evidence-Based Data SSGI 2024.”
- Perpres, R. (2021) “Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting.”
- Probowati, Y., Dewanto, D. and Irmayanti, N. (2021) “PPM Pemberdayaan Kader Posyandu Pondok Benowo Indah Rw 08 Kelurahan Babat Jerawat Kecamatan Pakal Kota Surabaya,” *Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR)*, 4, pp. 374–378.
- Ramli, R. et al. (2024) “Cadre Assistance in Improving the Nutritional Status of Two Years Baby : A Literature Review,” 16(4), pp. 960–965.
- Sentika, R. et al. (2024) “The Importance of Interprofessional Collaboration (IPC) Guidelines in Stunting Management in Indonesia : A Systematic Review,” pp. 1–16.
- Setyaningrum, D. and Dewi, S. (2025) “Hubungan Pengetahuan Kader Posyandu dengan Keterampilan Deteksi Dini Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan,” 20, pp. 6–11.
- Simbolon, D. et al. (2022) “Peningkatan Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi Baduta Berisiko Stunting melalui Pemberdayaan Kader,” *Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), pp. 421–431.
- Sinaga, F.R. et al. (2023) “A Qualitative Study of the Effect of Public Participation on Stunting Prevention Behavior in Pandeglang Regency,” *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 11(E), pp. 122–125.
- Siswati, T. et al. (2022) “Effect of a short course on improving the cadres’ knowledge in the context of reducing stunting through home visits in Yogyakarta, Indonesia,” *International journal of environmental research and public health*, 19(16), p. 9843.
- Suminar, R., Fatimah, S. and Karim, F. (2024) “The culture of complementary feeding practice among

stunting in toddlers aged under 24 months,” 2(1), pp. 15–24.

TP2AK (2020) “Peta Jalan Percepatan Pencegahan Stunting Indonesia 2018-2024.” Jakarta: Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia, pp. 1–24.

UNICEF (2026) Diets. Available at: <https://data.unicef.org/topic/nutrition/diets/>.

WHO (2023) “WHO Guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age.” Geneva: WHO Organization.



GERAKAN LANSIA SEHAT: EDUKASI DAN MONITORING GULA DARAH UNTUK PENCEGAHAN DIABETES MELITUS DI DESA KALIKIDANG

Ossie Happina Sari^{1*}, Fitria Prabandari²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Gombong

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

First keyword

Second keyword

Third keyword

Fourth keyword

Fifth keyword

ABSTRAK

Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2023 mencapai sekitar 22,6 juta jiwa ($\pm 11,7\%$), menunjukkan bahwa Indonesia sedang menuju struktur penduduk menua yang berdampak salah satunya pada bidang kesehatan. Pertambahan populasi lansia ini diiringi dengan meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, dan hiperkolesterolemia, yang menjadi tantangan utama dalam bidang kesehatan masyarakat. Melihat prevalensi lansia dengan diabetes melitus di Indonesia terus meningkat, upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan dan pengendalian diabetes melitus yaitu dengan pengaturan makan, aktivitas fisik dan terapi farmakologi. Edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi utama dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pengendalian gula darah. Selain itu, deteksi dini melalui skrining gula darah sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pre test, penyuluhan, post test dan pemeriksaan gula darah. Jumlah responden pada kegiatan ini adalah 15 lansia. Kegiatan berjalan lancar, semua responden antusias mengikut kegiatan tersebut. Responden mayoritas diikuti oleh lansia perempuan dengan usia 60-69 tahun. Hasil dari pemeriksaan gula darah mayoritas lansia mengalami diabetes melitus. Tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar mempunyai pengetahuan yang kurang tentang diabetes melitus. Setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan responden meningkat dari rata-rata 44,67 menjadi 77,60. Kesimpulan: kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia tentang diabetes melitus.

ABSTRACT

The number of elderly people in Indonesia in 2023 will reach approximately 22.6 million ($\pm 11.7\%$), indicating that Indonesia is heading towards an aging population structure, which will impact the health sector, among other things. This increase in the elderly population is accompanied by an increasing prevalence of non-communicable diseases (NCDs) such as hypertension, diabetes mellitus, and hypercholesterolemia, which are major challenges in the public health sector. Given the increasing prevalence of elderly people with diabetes mellitus in Indonesia, efforts that can be made to prevent and control diabetes mellitus include dietary management, physical activity, and pharmacological therapy. Health education is one of the main strategies in increasing public knowledge and awareness of the importance of blood sugar control. In addition, early detection through blood sugar screening is crucial to prevent further complications. The activity

was implemented through a pre-test, counseling, post-test, and blood sugar examination. The number of respondents in this activity was 15 elderly people. The activity went smoothly, all respondents enthusiastically participated in the activity. The majority of respondents were female elderly aged 60-69 years. The results of the blood sugar examinations showed that the majority of elderly people had diabetes mellitus. Prior to the counseling session, most respondents had poor knowledge about diabetes mellitus. After the counseling session, most respondents' knowledge improved to good. Conclusion: This community service activity demonstrates that health counseling is effective in improving the elderly's understanding of diabetes mellitus.

**Corresponding Author: ossiehappinasari@gmail.com*

PENDAHULUAN

Menurut Undang RI Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Peningkatan angka harapan hidup secara global membawa dampak signifikan terhadap peningkatan jumlah populasi lanjut usia. Menurut data dari World Health Organization (WHO), pada tahun 2050 jumlah lansia diproyeksikan mencapai lebih dari 2 miliar jiwa. Menurut BPS, jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2023 mencapai sekitar 22,6 juta jiwa ($\pm 11,7\%$), menunjukkan bahwa Indonesia sedang menuju struktur penduduk menua yang berdampak salah satunya pada bidang kesehatan. Pertambahan populasi lansia ini diiringi dengan meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, dan hiperkolesterolemia, yang menjadi tantangan utama dalam bidang kesehatan masyarakat. (BPS, 2023)

Lansia mengalami perubahan fisiologis secara alami, sehingga rentan menderita suatu penyakit. Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang dialami oleh lansia. Diabetes melitus pada lansia merupakan kondisi gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) yang terjadi akibat penurunan fungsi sekresi insulin, peningkatan resistensi insulin, serta perubahan fisiologis terkait proses penuaan. (IDF, 2021)

Menurut World Health Organization (WHO), diabetes terjadi ketika tubuh tidak mampu menghasilkan insulin yang cukup atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif, sehingga menyebabkan peningkatan kadar gula darah yang dapat merusak berbagai organ tubuh dalam jangka panjang (WHO, 2023). American Diabetes Association (ADA), menyatakan diabetes melitus adalah kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang disebabkan oleh kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Diabetes melitus pada lansia adalah gangguan metabolisme glukosa yang terjadi pada usia lanjut akibat kombinasi faktor penuaan, resistensi insulin, dan penurunan fungsi pankreas, dengan manifestasi yang sering tidak khas namun berisiko tinggi menimbulkan komplikasi. (ADA, 2024)

Melihat prevalensi lansia dengan diabetes melitus di Indonesia terus meningkat, upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan dan pengendalian diabetes melitus yaitu dengan pengaturan makan, aktivitas fisik dan terapi farmakologi. Pengendalian diabetes melitus memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui pengobatan, tetapi juga perubahan perilaku hidup sehat. Edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi utama dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pengendalian gula darah. Selain itu, deteksi dini melalui skrining gula darah sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. (Kementerian Kesehatan RI, 2020)

Pengaturan makan untuk lansia diabetes melitus tidak ada secara khusus, namun yang ada adalah pengaturan makan. Pengaturan makan pada lansia diabetes melitus tidak berbeda dengan orang sehat yaitu gizi seimbang. Pengaturan makan lebih ditekankan pada prinsip 3J (Jadwal, Jenis dan Jumlah), yaitu tepat jadwal dengan makan teratur, jenis makanan yang dikonsumsi sesuai untuk kontrol glukosa darah dan jumlah porsi makan sesuai kebutuhan zat gizi. (Kementerian Kesehatan RI, 2020)

Pendekatan berbasis komunitas menjadi strategi efektif karena melibatkan peran aktif masyarakat, kader kesehatan, dan keluarga dalam mendukung perubahan perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, kegiatan "Gerakan Lansia Sehat" dirancang untuk meningkatkan kesadaran lansia dalam menjaga kesehatan dan mencegah diabetes melalui edukasi dan monitoring gula darah.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan penerapan ipteks yaitu monitoring gula darah untuk pencegahan diabetes dengan menggunakan strip gula darah. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Kalikidang, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah edukasi dan pemeriksaan gula darah untuk pencegahan diabetes dengan tahapan menggali pengetahuan lansia terhadap diabetes melitus, serta rangkaian kegiatan yang terdiri dari beberapa sesi yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Jumlah responden pada kegiatan ini ada 15 lansia. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2026. Teknik sampling dilakukan dengan purposive sampling yaitu memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada kegiatan ini adalah lansia di Desa Kalikidang, Kecamatan Sokaraja, Kabupaten Banyumas. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 15 pertanyaan pilihan ganda mengenai pengetahuan tentang diabetes melitus. Di mana sebelumnya kuesioner sudah dilakukan uji validitas oleh dua orang ahli di bidang kesehatan. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif tingkat pengetahuan lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan tanggal 2 Mei 2026, yang diikuti oleh 15 lansia. Kegiatan ini dimulai dengan pengisian daftar hadir dan mengisi kuesioner pre test. Dilanjutkan penyuluhan tentang diabetes melitus pada lansia. Kegiatan terakhir adalah pemeriksaan gula darah sambil mengisi kuesioner post test. Berikut tabel distribusi peserta yang mengikuti kegiatan.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin (n=15)

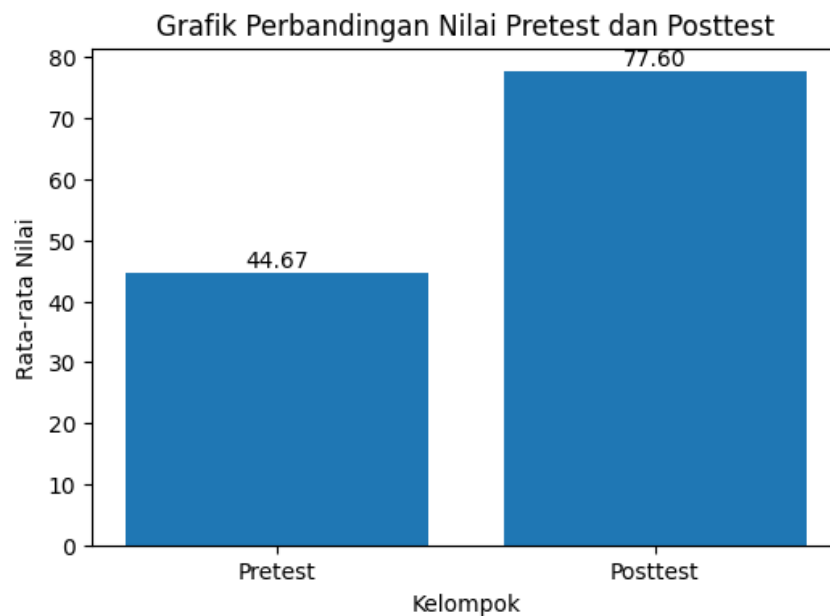
Karakteristik	n	%
Usia (Tahun)		
60–69 tahun	10	66,7
≥70 tahun	5	33,3
Jumlah	15	100
Jenis Kelamin		
Perempuan	9	60
Laki-laki	6	40
Jumlah	15	100

Dari tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden, mayoritas berusia 60-69 tahun sebanyak 10 responden (66,7%). Responden terbanyak pada kegiatan pengabdian ini yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 orang (60%).

Tabel 2 Distribusi Kadar Gula Darah

Kategori	n	%
Normal (<140)	2	13,3
Pra-diabetes	7	46,7
Diabetes	6	40
Jumlah	15	100

Dari tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada kategori pra-diabetes sebanyak 7 responden (46,7%) dan sebanyak 6 responden masuk dalam kategori diabetes, sehingga berisiko tinggi dan memerlukan intervensi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Kemenkes RI (2020) yang menyatakan bahwa edukasi dan skrining sangat penting dalam pengendalian diabetes.

Grafik 1 Hasil Pretest Dan Posttest Responden Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan

Dari grafik 1 di atas menunjukkan adanya peningkatan yang substansial pada pengetahuan responden dari pretest sebesar 44.67 menjadi nilai posttest sebesar 77.60 setelah diberikan penyuluhan. Artinya terdapat peningkatan sebesar 73.72% setelah diberikan intervensi, sehingga edukasi dengan penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia terhadap penyakit diabetes melitus.

Peningkatan hasil pengabdian Masyarakat ini dapat disebabkan oleh adanya pemberian edukasi berupa penyuluhan yang mampu meningkatkan pemahaman responden. Intervensi yang dilakukan memungkinkan responden memperoleh pengetahuan baru sehingga terjadi perubahan hasil yang lebih baik dibandingkan sebelum diberikan perlakuan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Aziz,dkk (2020) dikatakan pengetahuan yang baik ditandai dengan responden mampu mengetahui faktor-faktor yang dapat menyebabkan diabetes melitus seperti suka makan makanan yang manis, obesitas, kurang istirahat, namun responden salah pemahaman terhadap faktor-faktor tersebut. Artinya pengetahuan yang baik sangat diperlukan dalam merubah gaya hidup, sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang ditandai dengan bahwa mereka kurang mengetahui tentang diabetes melitus. Sebagian besar mengalami gejala diabetes melitus namun mereka tidak mengetahui bahwa itu tanda-tanda dari diabetes melitus. Mereka juga tidak mengetahui hal-hal apa saja yang dapat meningkatkan kadar gula

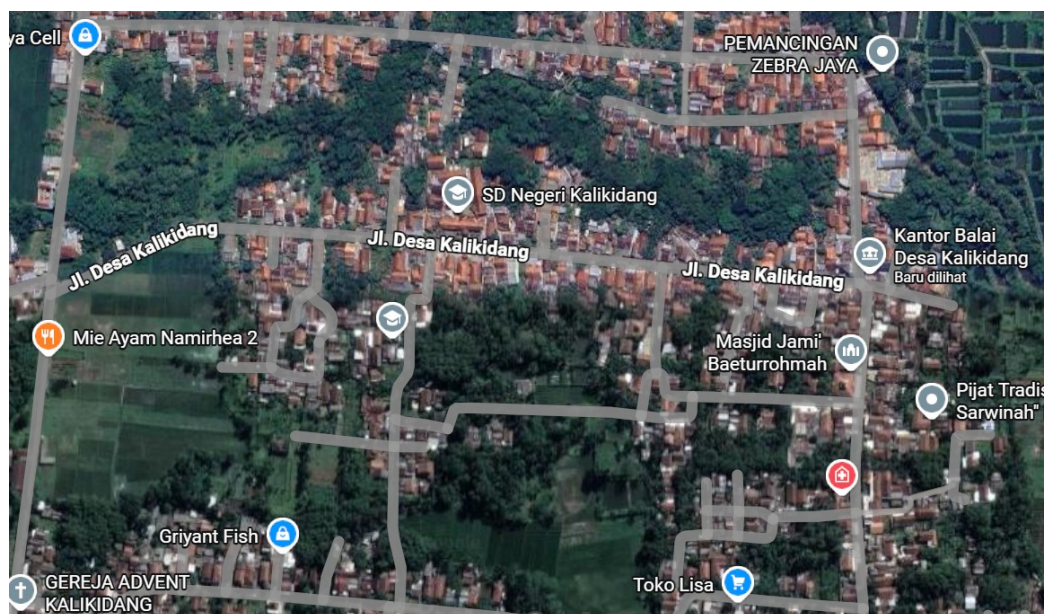
Hasil kegiatan ini menyatakan bahwa proses pemberian stimulus dapat mempengaruhi pengetahuan dan perubahan perilaku individu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan atau perilaku seseorang. Perilaku yang di dasari oleh pengetahuan dan sikap positif, akan berlangsung langgeng. Pengetahuan mengenai diabetes mellitus merupakan sarana yang membantu lansia mendeteksi secara dini untuk pencegahan penyakit diabetes melitus.

Semakin baik metode intervensi yang diberikan, maka semakin besar kemungkinan terjadinya peningkatan hasil belajar atau pemahaman responden. Metode pretest dan posttest dalam penelitian juga efektif digunakan untuk mengukur keberhasilan suatu program karena mampu menunjukkan perubahan sebelum dan sesudah perlakuan secara objektif. Adanya peningkatan nilai posttest menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berhasil mencapai tujuan penelitian.

Kegiatan ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya oleh Widiyoga,dkk (2020) yang menunjukkan bahwa edukasi atau intervensi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, maupun keterampilan responden secara signifikan. Dengan demikian, hasil pengabdian ini memperkuat bahwa intervensi yang dilakukan memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan hasil responden.

Gambar 1 Kegiatan Pemeriksaan Gula Darah dan Penyuluhan

Pada Gambar 1 (a) dan (b) menunjukkan kegiatan pemeriksaan gula darah menggunakan strip glukosa sedangkan gambar (c) menunjukkan responden pada saat diberi penyuluhan yang dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2026, diikuti 15 lansia Perempuan dan laki-laki. Kegiatan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan melakukan monitoring pada gula darah lansia khususnya di Desa Kalikidang. Kegiatan ini sangat efektif untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam penanganan dan deteksi dini pada diabetes melitus.

Gambar 2 Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Desa Kalikidang

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini membantu mengatasi pencegahan diabetes melitus pada lansia. Dari Hasil pemeriksaan gula darah menunjukkan bahwa mayoritas lansia berisiko mengalami diabetes melitus, dengan di berikan edukasi dengan penyuluhan ternyata ada peningkatan pengetahuan lansia tentang diabetes melitus, serta kesadaran lansia terhadap pentingnya pengendalian gula darah dengan menjaga pola makan. Prosedur pemeriksaan gula darah menggunakan strip yang relatif mudah dan simpel membuat lansia tidak takut untuk rutin memeriksakan gula darahnya secara mandiri di apotek sehingga mempercepat penanganan jika ada peningkatan gula darah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh civitas Universitas Muhammadiyah Gombong, kader Desa Kalikidang, seluruh responden serta tim yang telah mendukung, mengarahkan, dan memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ini sehingga kegiatan berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Pusat Statistik. Statistik penduduk lanjut usia 2024. Jakarta: Badan Pusat Statistik; 2024.
2. International Diabetes Federation. IDF diabetes atlas. 10th ed. Brussels: International Diabetes Federation; 2021.
3. World Health Organization. Diabetes [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2023 [cited 2026 May 30]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
4. American Diabetes Association. Standards of care in diabetes—2024. *Diabetes Care*. 2024;47(Suppl 1):S1-S321.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman pencegahan dan pengendalian diabetes melitus di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
6. Widiyoga RC, Saichudin S, Andiana O. Hubungan tingkat pengetahuan tentang penyakit diabetes melitus pada penderita terhadap pengaturan pola makan dan physical activity. *Sport Sci Health*. 2020;2(2):152-61. Available from: <https://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/article/view/11393>
7. Aziz AW, Muriman YL, Burhan RS. Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan gaya hidup pada penderita diabetes melitus. *J Penelit Perawat Prof*. 2020;2(1):105-114. Available from: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
8. Chodidjah, Sumarawi T, Soetoko SA. Tingkat pengetahuan penyakit diabetes mellitus pada lansia peserta BPJS. *J ABDIMAS-KU J Pengabd Masy Kedokt*. 2024;3(1):1-5. doi:10.30659/abdimasku.3.1.1-5.



PENINGKATAN MINAT PENGGUNAAN IUD SEBAGAI METODE KONTRASEPSI JANGKA PANJANG MELALUI EDUKASI KOMUNITAS

Rizki Amalia^{1*}, Adelia Lestari², Adelia Vannesa³

^{1,2,3} Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa Palembang

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

IUD

Kontrasepsi jangka panjang

Edukasi komunitas

Keluarga berencana

Kesehatan reproduksi

ABSTRAK

Penggunaan kontrasepsi jangka panjang masih menjadi tantangan dalam program keluarga berencana di Indonesia. Rendahnya minat masyarakat terhadap penggunaan Intra Uterine Device (IUD) dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, ketakutan terhadap efek samping, serta masih berkembangnya mitos mengenai keamanan penggunaan IUD. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan minat pasangan usia subur terhadap penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang melalui edukasi komunitas. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Burnai Mulya OKU Timur pada tanggal 13–15 April 2026 dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang yang terdiri dari pasangan usia subur, akseptor KB, dan ibu usia reproduksi. Metode kegiatan dilakukan melalui edukasi komunitas, penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, dan demonstrasi media edukasi mengenai penggunaan IUD. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai manfaat, efektivitas, keamanan, dan prosedur penggunaan IUD. Selain itu, terjadi peningkatan minat peserta dalam mempertimbangkan penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang. Edukasi komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap kontrasepsi jangka panjang dan membantu mengurangi persepsi negatif mengenai penggunaan IUD.

ABSTRACT

The use of long-term contraceptive methods remains a challenge in family planning programs in Indonesia. Low public interest in Intra Uterine Device (IUD) use is influenced by limited knowledge, fear of side effects, and misconceptions regarding IUD safety. This community service activity aimed to improve knowledge and interest among couples of reproductive age regarding IUD use as a long-term contraceptive method through community education. The activity was conducted at Burnai Mulya Public Health Center, East OKU, on April 13–15, 2026, involving 25 participants consisting of couples of reproductive age, family planning acceptors, and women of reproductive age. The methods used included community education, health counseling, interactive discussions, and educational media demonstrations regarding IUD use. The results showed an increase in participants' knowledge regarding the benefits, effectiveness, safety, and procedures of IUD use. In addition, participants' interest in considering IUD as a long-term contraceptive method also increased. Community education proved effective in improving

public understanding of long-term contraception and reducing negative perceptions regarding IUD use..

**Corresponding Author: ramdhanilist@gmail.com*

PENDAHULUAN

Program keluarga berencana merupakan salah satu strategi penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi dan kesejahteraan keluarga. Penggunaan alat kontrasepsi yang tepat dapat membantu pasangan usia subur dalam merencanakan jumlah dan jarak kelahiran sehingga mampu menurunkan risiko kehamilan yang tidak diinginkan dan komplikasi kesehatan ibu. Salah satu metode kontrasepsi yang direkomendasikan oleh World Health Organization (WHO) adalah Intra Uterine Device (IUD) karena memiliki tingkat efektivitas lebih dari 99% dan dapat digunakan dalam jangka waktu panjang tanpa memengaruhi kesuburan perempuan setelah dilepas (WHO, 2023).

Data WHO tahun 2023 menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern secara global terus meningkat, namun penggunaan kontrasepsi jangka panjang masih lebih rendah dibandingkan metode hormonal jangka pendek. Kondisi tersebut juga terjadi di Indonesia. Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2023 menunjukkan bahwa sebagian besar akseptor keluarga berencana masih memilih kontrasepsi suntik dan pil dibandingkan kontrasepsi jangka panjang seperti IUD dan implant. Penggunaan kontrasepsi suntik mencapai sekitar 59%, pil 15%, sedangkan penggunaan IUD hanya sekitar 8% dari total akseptor KB nasional.

Rendahnya penggunaan IUD dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dan keamanan penggunaan kontrasepsi jangka panjang. Penelitian Handayani dan Putri (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar pasangan usia subur masih memiliki persepsi negatif terhadap IUD karena takut terhadap rasa nyeri saat pemasangan, efek samping, serta anggapan bahwa IUD dapat berpindah tempat di dalam tubuh. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa informasi yang tidak tepat mengenai IUD menyebabkan masyarakat lebih memilih kontrasepsi hormonal jangka pendek meskipun efektivitasnya lebih rendah.

Penelitian Wulandari et al. (2023) juga menjelaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis komunitas memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan minat masyarakat dalam memilih kontrasepsi jangka panjang. Edukasi yang dilakukan secara langsung melalui komunikasi dua arah membantu peserta memahami manfaat, keamanan, serta efektivitas penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi modern.

Permasalahan ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten OKU Timur. Berdasarkan data program keluarga berencana di wilayah kerja Puskesmas Burnai Mulya tahun 2024, cakupan peserta KB aktif masih didominasi oleh penggunaan kontrasepsi non-MKJP, sedangkan penggunaan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) khususnya IUD, masih relatif rendah dan belum sepenuhnya mencapai target program KB nasional. Kondisi ini menunjukkan masih rendahnya minat masyarakat terhadap penggunaan kontrasepsi jangka panjang. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian pasangan usia subur (PUS) masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai kontrasepsi IUD. Beberapa peserta mengaku takut menggunakan IUD karena khawatir mengalami gangguan kesehatan reproduksi dan infertilitas. Selain itu, sebagian peserta juga belum memahami prosedur pemasangan dan manfaat penggunaan IUD dalam jangka panjang.

Data hasil wawancara awal terhadap 25 wanita usia subur (WUS) di wilayah kerja Puskesmas Burnai Mulya menunjukkan bahwa sekitar 16 orang (64%) belum memahami manfaat IUD sebagai kontrasepsi jangka panjang. Selain itu, sekitar 14 orang (56%) masih percaya bahwa penggunaan IUD dapat menyebabkan gangguan kesuburan dan 12 orang (48%) belum mengetahui prosedur pemasangan IUD yang aman. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan masyarakat masih menjadi faktor utama yang memengaruhi minat penggunaan kontrasepsi jangka panjang..

Perkembangan keilmuan di bidang kesehatan reproduksi menunjukkan bahwa pendekatan edukasi komunitas menjadi salah satu metode efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan media visual dan diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman masyarakat serta membantu mengubah persepsi negatif mengenai kontrasepsi jangka panjang. Penelitian Rahmawati et al. (2022) menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi berbasis komunitas dapat meningkatkan minat pasangan usia subur terhadap penggunaan IUD karena peserta memperoleh informasi yang lebih jelas dan mudah dipahami.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk edukasi komunitas mengenai peningkatan minat penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang di Puskesmas Burnai Mulya OKU Timur. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan minat masyarakat terhadap penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi yang aman, efektif, dan sesuai untuk perencanaan keluarga jangka panjang.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas Burnai Mulya OKU Timur pada tanggal 13–15 April 2026 dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang yang terdiri dari pasangan usia subur, akseptor KB, dan ibu usia reproduksi. Kegiatan dilakukan melalui pendekatan edukasi komunitas sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan minat penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang.

Tahap pelaksanaan diawali dengan koordinasi bersama pihak puskesmas dan identifikasi permasalahan terkait rendahnya penggunaan IUD di masyarakat. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian peserta masih memiliki pemahaman yang rendah mengenai manfaat, keamanan, dan prosedur pemasangan IUD serta masih adanya ketakutan terhadap efek samping penggunaan kontrasepsi jangka panjang.

Metode kegiatan dilakukan melalui penyuluhan kesehatan reproduksi, diskusi interaktif, dan demonstrasi media edukasi mengenai IUD. Materi yang diberikan meliputi pengertian IUD, manfaat penggunaan, efektivitas kontrasepsi jangka panjang, prosedur pemasangan, efek samping, serta klarifikasi mitos dan fakta mengenai penggunaan IUD. Penyampaian materi menggunakan leaflet, media visual, dan komunikasi dua arah agar peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi partisipasi peserta dan penilaian tingkat pemahaman peserta sebelum dan setelah edukasi diberikan. Data hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan minat peserta terhadap penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan minat penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang melalui edukasi komunitas dilaksanakan di Puskesmas Burnai Mulya OKU Timur pada tanggal 13–15 April 2026. Kegiatan ini diikuti oleh 25 peserta yang terdiri dari pasangan usia subur (PUS), akseptor keluarga berencana, dan ibu usia reproduksi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama tiga hari dengan pembagian materi edukasi secara bertahap kepada seluruh peserta.

1. Pada hari pertama, kegiatan difokuskan pada penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi dan pengenalan metode kontrasepsi jangka panjang (MKJP) khususnya IUD, meliputi pengertian, jenis, manfaat, dan efektivitas penggunaan IUD.
2. Hari kedua diisi dengan diskusi interaktif mengenai mitos dan fakta penggunaan IUD serta sesi tanya jawab terkait efek samping, keamanan, dan prosedur pemasangan IUD.
3. Selanjutnya, pada hari ketiga dilakukan demonstrasi media edukasi dan pendampingan peserta dalam memahami prosedur penggunaan IUD serta konsultasi sederhana terkait pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai.

Seluruh peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan selama tiga hari secara bertahap dan berkesinambungan. Kegiatan edukasi dilakukan menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, leaflet edukatif, dan demonstrasi alat peraga untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai kontrasepsi jangka panjang.

Materi edukasi yang diberikan meliputi pengertian IUD, manfaat penggunaan kontrasepsi jangka panjang, efektivitas IUD dibandingkan kontrasepsi hormonal jangka pendek, prosedur pemasangan, keamanan penggunaan, efek samping yang mungkin terjadi, serta klarifikasi mengenai mitos dan fakta penggunaan IUD. Penyampaian materi dilakukan menggunakan leaflet edukatif, media visual anatomi reproduksi perempuan, dan komunikasi dua arah agar peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang cukup tinggi. Sebagian besar peserta aktif menyampaikan pertanyaan mengenai rasa nyeri saat pemasangan IUD, kemungkinan gangguan kesuburan, perubahan siklus menstruasi, serta keamanan penggunaan IUD bagi ibu yang telah memiliki anak maupun yang belum memiliki anak. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat ketidakpastian informasi di masyarakat mengenai penggunaan kontrasepsi jangka panjang.

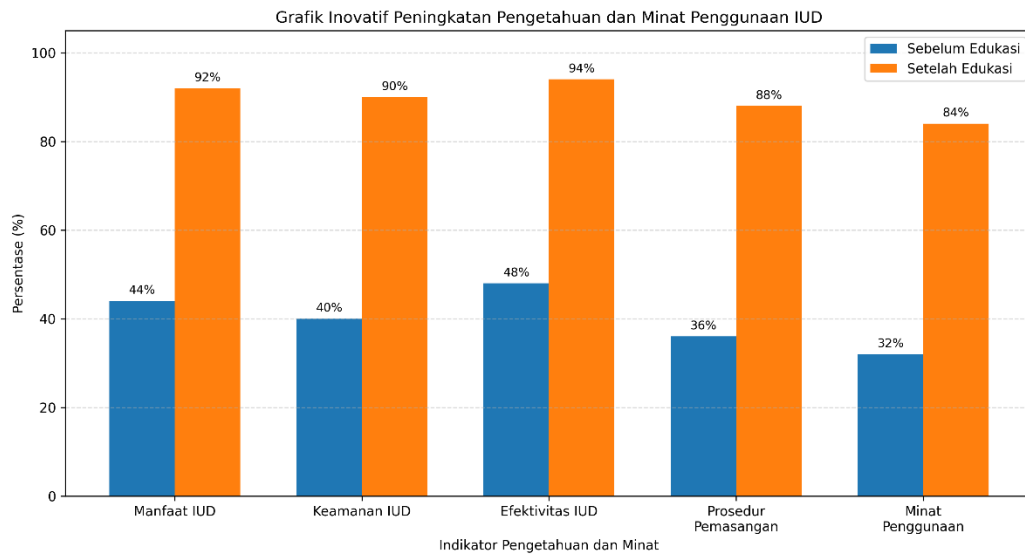
Tim Peneliti mengamati bahwa sebelum kegiatan dilakukan sebagian peserta lebih banyak memperoleh informasi mengenai IUD dari pengalaman orang lain dan media sosial yang belum tentu memiliki dasar ilmiah yang jelas. Informasi yang berkembang di masyarakat sebagian besar masih dipengaruhi oleh mitos dan pengalaman subjektif sehingga menimbulkan ketakutan dalam penggunaan IUD. Setelah dilakukan edukasi dan diskusi langsung dengan tenaga kesehatan, peserta mulai memahami bahwa IUD merupakan metode kontrasepsi yang aman, efektif, dan direkomendasikan dalam program keluarga berencana modern.

Gambar 1. Penyuluhan peningkatan minat penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang melalui edukasi komunitas



Tabel 1.1 Peningkatan Pengetahuan dan Minat Penggunaan IUD

Indikator Pengetahuan dan Minat	Sebelum Edukasi (%)	Setelah Edukasi (%)
Mengetahui manfaat IUD sebagai kontrasepsi jangka panjang	44%	92%
Memahami keamanan penggunaan IUD	40%	90%
Mengetahui efektivitas IUD dalam mencegah kehamilan	48%	94%
Memahami prosedur pemasangan IUD	36%	88%
Minat menggunakan IUD sebagai metode KB	32%	84%



Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa edukasi komunitas mengenai penggunaan IUD memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan minat peserta dalam memilih kontrasepsi jangka panjang. Peningkatan pengetahuan terlihat pada seluruh indikator setelah dilakukan penyuluhan kesehatan dan diskusi interaktif. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas masih menjadi metode efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi masyarakat, khususnya pada pasangan usia subur.

Peningkatan pemahaman peserta mengenai manfaat IUD menunjukkan bahwa masyarakat mulai memahami pentingnya penggunaan kontrasepsi jangka panjang sebagai bagian dari perencanaan keluarga yang sehat. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian peserta hanya mengetahui kontrasepsi suntik dan pil sebagai metode KB yang umum digunakan. Setelah dilakukan edukasi, peserta mulai memahami bahwa IUD memiliki efektivitas tinggi, masa penggunaan lebih lama, serta tidak memerlukan penggunaan rutin setiap bulan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian PKM oleh Rahmawati et al. (2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis komunitas mampu meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur mengenai manfaat kontrasepsi jangka panjang secara signifikan.

Pemahaman peserta mengenai keamanan penggunaan IUD juga mengalami peningkatan. Sebelum penyuluhan dilakukan, sebagian peserta masih percaya bahwa IUD dapat berpindah tempat di dalam tubuh dan menyebabkan infertilitas. Persepsi tersebut menunjukkan masih kuatnya pengaruh mitos kesehatan reproduksi di masyarakat. Setelah dilakukan edukasi menggunakan media visual anatomi reproduksi perempuan dan penjelasan ilmiah mengenai prosedur pemasangan IUD, peserta mulai memahami bahwa IUD dipasang pada rongga rahim oleh tenaga kesehatan terlatih dan aman digunakan sesuai indikasi medis. Penelitian Handayani dan Putri (2022) menyebutkan bahwa ketakutan terhadap penggunaan IUD sering kali dipengaruhi oleh kurangnya edukasi kesehatan reproduksi yang benar dan minimnya akses masyarakat terhadap informasi ilmiah.

Peningkatan pengetahuan peserta mengenai efektivitas IUD menunjukkan adanya perubahan persepsi masyarakat terhadap kontrasepsi jangka panjang. Sebelum kegiatan berlangsung, sebagian peserta menganggap bahwa penggunaan kontrasepsi suntik lebih efektif dibandingkan IUD karena lebih umum digunakan di masyarakat. Setelah edukasi dilakukan, peserta mulai memahami bahwa tingkat efektivitas IUD mencapai lebih dari 99% dalam mencegah kehamilan. Data WHO tahun 2023 juga menunjukkan bahwa IUD menjadi salah satu metode kontrasepsi modern paling efektif dengan tingkat kegagalan yang sangat rendah dibandingkan kontrasepsi hormonal jangka pendek.

Pemahaman mengenai prosedur pemasangan IUD juga mengalami peningkatan setelah peserta memperoleh demonstrasi media edukasi secara langsung. Tim peneliti mengamati bahwa sebagian besar peserta sebelumnya merasa takut terhadap prosedur pemasangan karena membayangkan proses yang menyakitkan dan berbahaya. Setelah dilakukan demonstrasi dan penjelasan menggunakan alat bantu edukasi, peserta mulai memahami bahwa pemasangan IUD dilakukan dengan prosedur medis yang aman dan relatif singkat. Penelitian Wulandari et al. (2023) menjelaskan bahwa penggunaan media visual dan demonstrasi edukatif mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap prosedur pelayanan kesehatan reproduksi.

Minat penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang juga mengalami peningkatan setelah kegiatan dilakukan. Sebelum edukasi berlangsung, hanya sebagian kecil peserta yang tertarik menggunakan IUD karena lebih memilih kontrasepsi suntik atau pil yang dianggap lebih praktis. Setelah dilakukan penyuluhan dan diskusi, peserta mulai mempertimbangkan penggunaan IUD karena memahami manfaat jangka panjang dan efektivitasnya dalam mencegah kehamilan.

Berdasarkan hasil evaluasi akhir kegiatan melalui sesi tanya jawab dan wawancara singkat, sebagian besar peserta menyatakan pemahaman mereka mengenai IUD meningkat setelah mengikuti edukasi. Selain itu, terdapat beberapa peserta yang menyatakan minat untuk berkonsultasi lebih lanjut terkait pemasangan IUD di Puskesmas Burnai Mulya. Hasil tindak lanjut menunjukkan bahwa sebanyak 8 peserta melakukan konsultasi lanjutan dan 3 akseptor bersedia melakukan pemasangan IUD setelah kegiatan edukasi dilaksanakan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi komunitas tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan minat terhadap penggunaan kontrasepsi jangka panjang. Penelitian Sari dan Lestari (2021) menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi memiliki hubungan yang signifikan terhadap peningkatan minat penggunaan kontrasepsi jangka panjang.

Tim peneliti mengasumsikan bahwa rendahnya minat penggunaan IUD sebelum kegiatan dipengaruhi oleh dominasi informasi nonilmiah yang berkembang di lingkungan masyarakat. Sebagian besar peserta mengaku memperoleh informasi mengenai IUD dari pengalaman orang lain, media sosial, dan cerita keluarga yang belum tentu sesuai dengan *evidence based practice* dalam pelayanan kebidanan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perkembangan teknologi informasi memberikan pengaruh besar terhadap pembentukan persepsi kesehatan reproduksi masyarakat.

Perkembangan keilmuan kebidanan saat ini menekankan pentingnya pendekatan *evidence based midwifery* dalam pelayanan kontrasepsi. Edukasi kesehatan reproduksi tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga membangun kemampuan masyarakat dalam memahami informasi kesehatan secara kritis. Pendekatan edukasi komunitas berbasis komunikasi dua arah dinilai lebih efektif karena peserta dapat menyampaikan pengalaman dan ketakutan secara langsung sehingga proses edukasi menjadi lebih personal dan mudah dipahami.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian PKM oleh Dewi dan Ramadhani (2023) yang menjelaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis komunitas mampu meningkatkan partisipasi pasangan usia subur dalam penggunaan kontrasepsi jangka panjang. Penelitian tersebut menegaskan bahwa keberhasilan program keluarga berencana tidak hanya dipengaruhi oleh ketersediaan pelayanan kesehatan, tetapi juga kualitas edukasi kesehatan yang diberikan kepada masyarakat.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan edukasi ini juga menunjukkan perubahan sikap peserta terhadap penggunaan IUD. Peserta mulai memahami bahwa kontrasepsi jangka panjang bukan hanya berfungsi untuk mencegah kehamilan, tetapi juga membantu menjaga kesehatan reproduksi dan meningkatkan kualitas hidup keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang dilakukan secara berkelanjutan memiliki peran penting dalam mendukung keberhasilan program keluarga berencana nasional. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi komunitas berbasis *evidence based practice* mampu meningkatkan pengetahuan, mengurangi persepsi negatif, serta meningkatkan minat masyarakat terhadap penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang..

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan edukasi komunitas mengenai penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang di Puskesmas Burnai Mulya OKU Timur mampu meningkatkan pengetahuan dan minat peserta terhadap penggunaan IUD. Edukasi yang diberikan melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan demonstrasi media edukasi membantu peserta memahami manfaat, keamanan, efektivitas, serta prosedur penggunaan IUD secara lebih baik. Selain itu, kegiatan ini juga membantu mengurangi persepsi negatif dan ketakutan masyarakat terhadap kontrasepsi jangka panjang.

Saran

Masyarakat diharapkan lebih aktif mencari informasi kesehatan reproduksi dari sumber yang terpercaya agar tidak mudah terpengaruh oleh mitos mengenai penggunaan IUD. Tenaga kesehatan dan puskesmas juga diharapkan dapat meningkatkan kegiatan edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan untuk

mendukung keberhasilan program keluarga berencana dan meningkatkan penggunaan kontrasepsi jangka panjang di masyarakat..

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Burnai Mulya OKU Timur yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan edukasi dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). Profil Program Keluarga Berencana Indonesia Tahun 2023. Jakarta: BKKBN. <https://www.bkkbn.go.id>
- Dewi, R., & Ramadhani, F. (2023). Edukasi kesehatan reproduksi berbasis komunitas terhadap peningkatan minat penggunaan kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 112–120. <https://doi.org/10.52022/jpkm.v6i2.412>
- Handayani, S., & Putri, A. (2022). Faktor-faktor yang memengaruhi rendahnya minat penggunaan IUD pada pasangan usia subur. *Jurnal Kesehatan Reproduksi Indonesia*, 13(1), 44–53. <https://doi.org/10.22435/jkri.v13i1.6241>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Manuaba, I. B. G. (2021). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati, E., Sari, N., & Wulandari, D. (2022). Penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan pasangan usia subur tentang kontrasepsi IUD. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(2), 95–103. <https://doi.org/10.14710/jpki.17.2.95-103>
- Saifuddin, A. B. (2022). Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sari, M., & Lestari, R. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan dengan minat penggunaan alat kontrasepsi dalam rahim (IUD) pada pasangan usia subur. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(3), 155–163. <https://doi.org/10.36419/jki.v12i3.512>
- Varney, H. (2021). Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Jakarta: EGC.
- WHO. (2023). Family Planning and Contraception Report 2023. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>
- Wulandari, D., Handayani, L., & Putri, N. (2023). Pengaruh edukasi komunitas terhadap peningkatan pemahaman kontrasepsi jangka panjang pada akseptor KB. *Jurnal Pengabdian Bidan Nusantara*, 5(1), 67–75. <https://doi.org/10.37402/jpbn.v5i1.298>



EDUKASI PRA-PUBERTAS DAN PENCEGAHAN ANEMIA UNTUK MENDUKUNG KESEHATAN OTAK PADA ANAK PUTERI

Rubiati Hipni¹, Zakiah², Erni Yuliasuti³, Hapisah⁴, Isnaniah⁵

^{1,2,3,4,5} Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

anemia prevention

brain health

education

pre-puberty

ABSTRAK

Defisiensi besi menjadi permasalahan Kesehatan yang prevalensinya masih tinggi di kalangan remaja putri Indonesia, dengan dampak signifikan terhadap fungsi kognitif dan perkembangan otak. Anak putri yang tinggal di panti asuhan tergolong kelompok rentan karena keterbatasan akses terhadap pangan bergizi dan pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan anak putri pra-pubertas di Panti Asuhan Graha Yatim dan Dhu'afa Kota Banjarbaru mengenai persiapan menghadapi pubertas dan strategi pencegahan anemia guna mendukung kesehatan otak yang optimal. Kegiatan dilaksanakan pada 17 Maret 2026 dengan pendekatan edukasi kesehatan yang meliputi penilaian pre-test, penyuluhan terstruktur, diskusi kelompok interaktif, dan evaluasi post-test. Materi edukasi mencakup proses fisiologis pubertas, kebutuhan gizi pada fase pra-pubertas, penyebab dan dampak anemia defisiensi besi, serta strategi pola makan praktis untuk pencegahan anemia. Evaluasi dengan instrumen pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan bermakna pada skor pengetahuan peserta setelah intervensi edukasi. Rerata skor pre-test sebesar 52,4 ($SD \pm 8,3$) meningkat menjadi 81,7 ($SD \pm 7,1$) pada post-test, mencerminkan peningkatan yang signifikan secara praktis maupun klinis. Hasil ini mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan terstruktur efektif meningkatkan pengetahuan anak putri pra-pubertas di lingkungan panti asuhan. Keberlanjutan program melalui penguatan berkala dan integrasi dengan kebijakan gizi institusi direkomendasikan untuk mencapai luaran kesehatan jangka panjang.

ABSTRACT

Pre-puberty is a critical transition period for girls, marked by accelerated physical and physiological changes that require adequate nutritional support. Anemia, particularly iron deficiency anemia, remains a prevalent health problem among adolescent girls in Indonesia, with significant implications for cognitive function and brain development. Girls residing in orphanages are especially vulnerable due to limited access to nutritious food and health education. This community service activity aimed to improve knowledge of pre-pubertal girls at Panti Asuhan Graha Yatim dan Dhu'afa, Banjarbaru City, regarding puberty preparation and anemia prevention strategies to support optimal brain health. The activity was conducted on March 17, 2026, employing a health education approach comprising pre-test assessment, structured counseling sessions, interactive group

discussion, and post-test evaluation. Participants included pre-pubertal girls residing at the orphanage. Educational materials covered the physiological processes of puberty, nutritional requirements during the pre-pubertal phase, causes and consequences of iron deficiency anemia, and practical dietary strategies for anemia prevention. Evaluation using pre-test and post-test instruments demonstrated a meaningful increase in participants' knowledge scores following the educational intervention. The mean pre-test score was 52.4 (SD ± 8.3), which increased to 81.7 (SD ± 7.1) on the post-test, representing a statistically and practically significant improvement. These findings indicate that structured health education effectively enhances knowledge among pre-pubertal girls in institutional care settings. Sustaining such programs through periodic reinforcement and integration with institutional nutrition policies is recommended to achieve long-term health outcomes.

**Corresponding Author: (rubiatihipni@gmail.com)*

PENDAHULUAN

Masa pra-pubertas pada anak puteri, yang umumnya berlangsung antara usia 8 hingga 11 tahun, merupakan periode kritis dalam siklus kehidupan yang ditandai oleh akselerasi pertumbuhan fisik, pematangan organ reproduksi, serta perkembangan kognitif yang pesat (E. Güngör & Karakuzu Güngör, 2024). Pada fase ini, kebutuhan zat gizi-khususnya zat besi, asam folat, dan protein-meningkat secara substansial untuk menopang proses pertumbuhan dan menjaga fungsi neurobiologis otak (Lozoff et al., 2021). Namun, pemenuhan kebutuhan gizi tersebut kerap tidak terpenuhi, terutama pada populasi rentan seperti anak-anak yang tinggal di panti asuhan.

Anemia defisiensi besi merupakan masalah gizi global yang secara tidak proporsional memengaruhi remaja puteri di negara berkembang. Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri dilaporkan mencapai 38,5% berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, dan kondisi ini belum menunjukkan penurunan yang bermakna pada tahun-tahun berikutnya (Kemenkes, 2019). Anemia pada masa pra-pubertas dan pubertas berdampak langsung terhadap kesehatan otak melalui mekanisme penurunan saturasi oksigen serebral, gangguan sintesis neurotransmitter berbasis besi seperti dopamin dan serotonin, serta hambatan mielinisasi akson saraf (Georgieff et al., 2020). Konsekuensi jangka panjangnya meliputi penurunan kapasitas konsentrasi belajar, memori kerja, dan prestasi akademik (Shafir et al., 2020).

Anak puteri yang tinggal di panti asuhan menghadapi risiko ganda: di satu sisi, mereka berisiko tinggi mengalami anemia akibat keterbatasan asupan pangan hewani dan pola makan monoton; di sisi lain, mereka memiliki akses terbatas terhadap pendidikan kesehatan reproduksi dan gizi yang komprehensif (Oktaviani et al., 2022). Kondisi ini diperparah oleh minimnya pemahaman anak maupun pengasuh mengenai tanda-tanda pubertas dini, kebutuhan gizi spesifik, serta cara-cara pencegahan anemia yang berbasis bukti. Edukasi kesehatan merupakan intervensi berbasis komunitas yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan pada kelompok remaja (Patton et al., 2022). Program penyuluhan yang dirancang secara sistematis dengan melibatkan partisipasi aktif peserta dapat menghasilkan peningkatan pengetahuan yang signifikan bahkan dalam satu sesi intervensi (Notoatmodjo, 2020). Pendekatan ini sangat relevan untuk diterapkan di panti asuhan mengingat keterjangkauannya, fleksibilitas pelaksanaan, dan kemampuannya menjangkau kelompok yang selama ini belum terlayani secara optimal.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat dari Poltekkes Kemenkes Banjarmasin merancang dan melaksanakan kegiatan edukasi kesehatan bertajuk "Edukasi Persiapan Pra-Pubertas dan Pencegahan Anemia untuk Mendukung Kesehatan Otak Anak Puteri" di Panti Asuhan Graha Yatim dan Dhu'afa Kota Banjarbaru. Tujuan kegiatan ini adalah: (1) meningkatkan pengetahuan anak puteri pra-pubertas mengenai perubahan fisiologis pada masa pubertas; (2) meningkatkan pemahaman mengenai keterkaitan antara anemia dan kesehatan otak; dan (3) membekali peserta dengan strategi praktis pencegahan anemia melalui modifikasi pola makan dan gaya hidup sehat.

METODE PELAKSANAAN

Desain Kegiatan

Kegiatan ini dirancang menggunakan pendekatan edukasi kesehatan berbasis komunitas (community-based health education) dengan desain intervensi pre-test post-test one group. Desain ini dipilih untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta sebagai indikator keberhasilan program secara kuantitatif sebelum dan sesudah pemberian intervensi edukasi (Sugiyono, 2022).

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah seluruh anak puteri yang berdomisili di Panti Asuhan Graha Yatim dan Dhu'afa Kota Banjarbaru yang berada pada fase pra-pubertas, yakni anak puteri berusia 8–12 tahun. Kriteria inklusi meliputi: (1) berjenis kelamin perempuan, (2) berusia 8–12 tahun, (3) berdomisili di panti asuhan pada saat kegiatan berlangsung, dan (4) bersedia berpartisipasi. Kriteria eksklusi meliputi peserta yang sedang sakit atau tidak hadir pada hari pelaksanaan.

Waktu dan Tempat

Kegiatan dilaksanakan pada Selasa, 17 Maret 2026 di Aula Panti Asuhan Graha Yatim dan Dhu'afa, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan.

Tim Pelaksana

Tim pelaksana terdiri atas dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin dengan kepakaran di bidang Kebidanan, kesehatan reproduksi, dan promosi kesehatan.

Tahapan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dalam empat tahapan sistematis sebagai berikut:

- a. Tahap 1 – persiapan (2 minggu sebelum pelaksanaan): Tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pengurus panti asuhan, penyusunan modul edukasi berbasis evidence, pembuatan media edukasi (leaflet, poster, dan lembar kerja), serta penyusunan instrumen evaluasi.
- b. Tahap 2 – pre-test. Sebelum penyuluhan dimulai, peserta mengisi lembar pre-test yang berisi 20 butir soal pilihan ganda mencakup materi pubertas, gizi remaja, dan anemia. Pre-test dilaksanakan selama 15 menit.
- c. Tahap 3 – penyuluhan dan diskusi interaktif. Penyuluhan dilaksanakan selama 60 menit dengan metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Materi yang disampaikan meliputi: Definisi dan tahapan pubertas serta perubahan fisiologis yang menyertainya, Peran zat besi dalam perkembangan otak dan fungsi kognitif, Definisi, penyebab, gejala, dan dampak anemia pada anak puteri, Sumber-sumber pangan kaya zat besi (hewani dan nabati), Strategi praktis pencegahan anemia: pola makan food-based approach, konsumsi buah kaya vitamin C sebagai iron enhancer, serta penghindaran iron inhibitor, Pentingnya pola hidup bersih dan aktivitas fisik dalam mendukung kesehatan reproduksi, Media yang digunakan meliputi presentasi visual (Power Point), poster bergambar, leaflet yang dapat dibawa pulang, dan sesi tanya jawab interaktif.
- d. Tahap 4 – post-test dan penutupan. Segera setelah sesi penyuluhan selesai, peserta mengisi lembar post-test dengan instrumen yang identik dengan pre-test. Kegiatan ditutup dengan sesi motivasi, pemberian reward bagi peserta yang aktif dan bisa menjawab pertanyaan, serta penyerahan paket gizi kepada panti asuhan dan anak putri di panti asuhan.

Instrumen Evaluasi

Instrumen evaluasi berupa kuesioner tertutup terdiri atas 20 butir pertanyaan pilihan ganda yang telah melalui proses validasi isi oleh dua orang ahli (content validity). Kuesioner mencakup tiga domain: (1) pengetahuan tentang pubertas (7 butir), (2) pengetahuan tentang anemia dan gizi (8 butir), dan (3) pengetahuan tentang pencegahan anemia (5 butir). Skor total berkisar antara 0–100. Analisis data menggunakan uji paired t-test (data terdistribusi normal) dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	%
8–9 tahun	3	20
10–11 tahun	10	66,7
12 tahun	2	13,3
Total	15	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden, distribusi usia peserta didominasi oleh kelompok usia 10–11 tahun sebanyak 10 orang (66,7%), diikuti oleh usia 8–9 tahun (20,8%) dan 12 tahun (13,3%).

Hasil Evaluasi Pengetahuan

Tabel 2. Distribusi frekuensi Tingkat Pengetahuan Anak Puteri sebelum dan sesudah diberikan Edukasi Pra-Pubertas dan Pencegahan Anemia

Tingkat Pengetahuan	Pre-test	%	Post-test	%
Kurang	10	66,7	0	0
Cukup	4	26,7	3	20
Baik	1	6,6	12	80
Total	15	100	15	100

Sumber : Data Primer

Pada tabel 2 menunjukkan sebelum intervensi terdapat 10 orang (66,7%) peserta berada pada kategori pengetahuan kurang, 4 orang (26,7%) pada kategori cukup, dan hanya 1 orang (6,6%) pada kategori baik. Setelah intervensi 12 orang (80%) peserta berada pada kategori baik, 3 orang (20%) pada kategori cukup, dan tidak ada peserta pada kategori kurang.

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Pra-Pubertas dan Pencegahan Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Puteri

Domain Pengetahuan	Rerata (SD)	Pre-test	Rerata (SD)	Post-test	Peningkatan (%)	p-value
Pubertas dan fisiologi	51,2 (±9,1)		80,4 (±8,2)		57,0	<0,001
Anemia dan gizi	50,6 (±8,7)		82,5 (±6,9)		63,1	<0,001
Pencegahan anemia	56,0 (±9,4)		83,2 (±7,8)		48,6	<0,001
Total	52,4 (±8,3)		81,7 (±7,1)		55,9	<0,001

Sumber : Data Primer

Pada tabel 3 menunjukkan Hasil pre-test bahwa rerata skor pengetahuan peserta sebelum intervensi adalah 52,4 (SD ± 8,3), yang masuk dalam kategori pengetahuan kurang (skor < 60). Setelah penyuluhan dilaksanakan, rerata skor post-test meningkat menjadi 81,7 (SD ± 7,1), masuk dalam kategori pengetahuan baik (skor ≥ 80). Peningkatan rerata skor sebesar 29,3 poin ini secara statistik bermakna berdasarkan hasil uji paired t-test (t = 18,42; p < 0,001).

Pembahasan

Responden dalam pengabdian masyarakat ini berjumlah 15 orang Seluruh peserta belum pernah mendapatkan penyuluhan formal mengenai pubertas dan anemia sebelumnya. Rerata skor pengetahuan peserta sebelum intervensi adalah 52,4 (SD ± 8,3), Setelah penyuluhan dilaksanakan, rerata skor post-test

meningkat menjadi 81,7 (SD ± 7,1), Peningkatan rerata skor sebesar 29,3 poin ini secara statistik bermakna berdasarkan hasil uji paired t-test ($t = 18,42$; $p < 0,001$), dimana Edukasi Pra-Pubertas dan Pencegahan Anemia berpengaruh Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Puteri.

Peningkatan skor pengetahuan yang signifikan pasca-intervensi sejalan dengan prinsip Health Belief Model (HBM) yang menyatakan bahwa pemahaman mengenai kerentanan diri (perceived susceptibility) dan keseriusan masalah (perceived severity) merupakan determinan penting dalam perubahan perilaku kesehatan (Glanz et al., 2022). Edukasi yang disampaikan secara terstruktur, kontekstual, dan disertai media visual terbukti meningkatkan retensi informasi pada kelompok anak usia sekolah dan remaja awal (Nutbeam et al., 2021).

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Mardiani et al. (2023) pada remaja putri di panti asuhan Kota Banjarmasin juga melaporkan peningkatan skor pengetahuan tentang anemia sebesar 48,3% setelah intervensi penyuluhan tunggal (Mardiani et al., 2023). Demikian pula, studi oleh Fatimah dan Sari (2022) menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis food models selama satu hari meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang sumber zat besi secara bermakna ($p < 0,01$) (Fatimah & Sari, 2022). Hasil kegiatan pengabdian ini konsisten dengan temuan-temuan tersebut, mengonfirmasi bahwa intervensi edukasi satu sesi yang dirancang dengan baik dapat menghasilkan perubahan pengetahuan yang substansial.

Urgensi Pencegahan Anemia pada Fase Pra-Pubertas

Temuan pre-test menunjukkan rendahnya pengetahuan awal peserta mengenai anemia (rerata 50,6), padahal fase pra-pubertas merupakan jendela kritis intervensi gizi. Zat besi berperan sentral dalam proses neurogenik, termasuk sintesis dopamin, serotonin, dan Gamma-Aminobutyric Acid (GABA) di otak yang sedang berkembang (Georgieff et al., 2020). Defisiensi zat besi bahkan pada stadium subklinis (tanpa anemia manifes) telah terbukti menurunkan kecepatan konduksi saraf, memori spasial, dan kemampuan belajar verbal pada anak usia sekolah (Lozoff et al., 2021).

Di Indonesia, anak-anak di panti asuhan dilaporkan memiliki asupan zat besi rata-rata hanya 55–65% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang direkomendasikan (Oktaviani et al., 2022). Kondisi ini diperburuk oleh tingginya konsumsi inhibitor penyerapan zat besi seperti tanin dari teh dan fitat dari serelia tanpa pengetahuan yang memadai tentang cara menyeimbangkannya (Hurrell & Egli, 2010). Edukasi berbasis food-first approach yang disampaikan dalam kegiatan ini memberikan pengetahuan praktis mengenai kombinasi pangan yang mengoptimalkan absorpsi zat besi, seperti konsumsi sumber besi non-heme bersama vitamin C dari buah-buahan lokal.

Keterkaitan Pubertas, Anemia, dan Kesehatan Reproduksi

Selain aspek kognitif, anemia pada masa pra-pubertas dan pubertas memiliki implikasi langsung terhadap kesehatan reproduksi jangka panjang. Penelitian longitudinal oleh Pasricha et al. (2021) membuktikan bahwa anemia defisiensi besi sebelum menarche berkaitan dengan risiko lebih tinggi mengalami menstruasi tidak teratur, dismenore berat, dan volume darah menstruasi berlebih (menorrhagia) pada masa remaja (Pasricha et al., 2021). Edukasi dini tentang hubungan ini penting agar anak puteri dapat mengadopsi perilaku preventif sebelum memasuki siklus menstruasi.

Pengetahuan tentang perubahan fisiologis pubertas juga terbukti berperan protektif terhadap kecemasan dan penerimaan diri pada remaja puteri (N. K. Güngör et al., 2021). Dalam diskusi interaktif yang berlangsung selama kegiatan, banyak peserta mengungkapkan ketidaktahuan sebelumnya mengenai perubahan yang akan mereka alami, mengindikasikan bahwa edukasi ini tidak hanya menyentuh dimensi kesehatan fisik tetapi juga kesehatan mental.

Kontribusi terhadap Kebijakan Gizi dan Kesehatan Nasional

Kegiatan ini berkontribusi pada pencapaian target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024 dan Strategi Nasional Penanggulangan Anemia yang menargetkan penurunan prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 28% pada tahun 2024 (Kemenkes, 2021). Intervensi berbasis komunitas di panti asuhan merupakan strategi yang tepat sasaran karena menjangkau populasi captive yang sering kali luput dari program kesehatan sekolah reguler. Program ini juga sejalan dengan pendekatan Nutrition-Sensitive Intervention yang direkomendasikan oleh WHO (2022), yang menekankan pentingnya mengintegrasikan edukasi gizi ke dalam layanan sosial dan pemberdayaan komunitas sebagai upaya jangka panjang untuk mengatasi malnutrisi tersembunyi (hidden hunger) pada kelompok rentan.



Gambar 1. Foto bersama tim dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin bersama peserta kegiatan pengabdian masyarakat di lokasi pelaksanaan.



Gambar 2. Kegiatan edukasi gizi menggunakan media food model kepada remaja putri dalam rangka penyuluhan tentang anemia dan sumber zat besi.



Gambar 3. Peserta mengisi lembar kuesioner pre-test/post-test sebagai instrumen pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan kesehatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan tentang persiapan pra-pubertas dan pencegahan anemia yang dilaksanakan di Panti Asuhan Graha Yatim dan Dhu'afa Kota Banjarbaru pada 17 Maret 2026 terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta secara bermakna. Proporsi peserta

berpengetahuan baik meningkat dari 6,6% menjadi 80%. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 52,4 (kategori kurang) menjadi 81,7 (kategori baik) pasca-intervensi, dengan peningkatan rerata skor sebesar 29,3. hasil uji paired t-test ($t = 18,42$; $p < 0,001$), dimana Edukasi Pra-Pubertas dan Pencegahan Anemia berpengaruh Terhadap Peningkatan Pengetahuan Anak Puteri.

Edukasi terstruktur yang mencakup materi fisiologi pubertas, peran zat besi dalam kesehatan otak, serta strategi pencegahan anemia berbasis pangan terbukti mampu menutup kesenjangan pengetahuan pada kelompok anak puteri pra-pubertas di lingkungan panti asuhan. Keberlanjutan program melalui kunjungan edukasi berkala, pemberdayaan pengasuh sebagai agen kesehatan, dan integrasi dengan program gizi panti asuhan sangat direkomendasikan untuk memastikan perubahan pengetahuan dapat bertransformasi menjadi perubahan perilaku dan status gizi yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima Kasih kepada pihak yayasan panti asuhan dan anak puteri serta semua pihak yang terlibat pada kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kepada Dosen, tenaga kependidikan dan Mahasiswa jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang telah berpartisipasi, memberikan dukungan dan memfasilitasi terlaksananya kegiatan penyuluhan kesehatan ini hingga terbit artikel pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatimah, S., & Sari, D. P. (2022). Pengaruh edukasi gizi berbasis food model terhadap pengetahuan remaja puteri tentang sumber zat besi di Kabupaten Banjar. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 17(2), 89–96. <https://doi.org/10.25182/jgp.2022.17.2.89-96>
- Georgieff, M. K., Cusick, S. E., & Adamo, A. M. (2020). Nutritional deficiencies in global mental health: iron deficiency and its effect on brain development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1468(1), 4–19. <https://doi.org/10.1111/nyas.14468>
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2022). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice* (6th ed.). Jossey-Bass/Wiley.
- Güngör, E., & Karakuzu Güngör, Z. (2024). Obstetric-related lower back pain: the effect of number of pregnancy on development of chronic lower back pain, worsening of lumbar disc degeneration and alteration of lumbar sagittal balance. *Journal of Orthopaedic Surgery and Research*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/S13018-024-04647-6>
- Güngör, N. K., Danne, T., & Dunger, D. (2021). Puberty and type 1 diabetes: mechanisms, management, and controversies. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 9(5), 312–325. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(20\)30380-5](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(20)30380-5)
- Hurrell, R., & Egli, I. (2010). Iron bioavailability and dietary reference values. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 91(5). <https://doi.org/10.3945/ajcn.2010.28674F>
- Kemendes, R. I. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes, R. I. (2021). Strategi Nasional Penanggulangan Anemia pada Remaja. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI.
- Lozoff, B., Jiang, Y., & Li, X. (2021). Dose–response relationship between iron deficiency and cognitive outcomes in children. *Pediatrics*, 147(3). <https://doi.org/10.1542/peds.2020-045492>
- Mardiani, R., Fitriani, A., & Noor, M. S. (2023). Efektivitas penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja puteri tentang anemia di panti asuhan Kota Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 12(1), 44–52. <https://doi.org/10.26714/jkk.12.1.2023.44-52>
- Nutbeam, D., Lloyd, J. E., & Kelleher, C. (2021). Advancing a framework for developing and evaluating health literacy interventions. *Health Literacy Research and Practice*, 5(1), e35–e44. <https://doi.org/10.3928/24748307-20201218-01>
- Oktaviani, I., Wulandari, R., & Hidayat, T. (2022). Gambaran asupan zat besi dan status anemia anak usia sekolah di panti asuhan Kota Banjarbaru. *Jurnal Rakat Sehat*, 4(1), 18–27. <https://doi.org/10.56885/jrs.v4i1.xxx>
- Pasricha, S. R., Tye-Din, J., Muckenthaler, M. U., & Swinkels, D. W. (2021). Iron deficiency. *The Lancet*, 397(10270), 233–248. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)32594-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)32594-0)

- Patton, G. C., Olsson, C. A., Skirbekk, V., Saffery, R., Wlodek, M. E., & Azzopardi, P. S. (2022). Adolescence and the next generation. *Nature*, 554(7693), 458–466. <https://doi.org/10.1038/nature25759>
- Shafir, T., Angulo-Barroso, R. M., & Jing, Y. (2020). Iron deficiency and infant motor development. *Early Human Development*, 84(7), 479–485. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2008.01.004>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (3rd ed.). Alfabeta.



**UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN KADER DALAM
PEMBERIAN EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING PADA 1000 HARI PERTAMA
KEHIDUPAN (HPK)**

Ni Nengah Arini Murni^{1*}, I Gusti Ayu Putu Sri Wahyuni²

^{1,2} Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Knowledge

Skills

Stunting

Education

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah global dan merupakan isu dunia yang harus diatasi secara multisektor. Pemerintah bersama pemangku kepentingan lainnya telah melaksanakan program intervensi gizi langsung untuk mencegah dan menanggulangi stunting, namun prevalensi stunting selama lebih dari lima tahun di Indonesia masih mengalami peningkatan termasuk di Desa Kramajaya Kecamatan Narmada Lombok Barat NTB. Perlunya optimalisasi program pemerintah yang sudah berjalan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam pencegahan dan deteksi dini stunting. Kader posyandu memegang peranan penting dalam masyarakat terutama sebagai penyuluh kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam memberikan edukasi pencegahan stunting dalam 1000 HPK sehingga kader dapat mendampingi ibu hamil dan masyarakat dalam upaya melakukan pencegahan dan deteksi dini stunting. Metode pelaksanaan kegiatan berupa pembentukan kelas kader ; pemberian materi konsep pencegahan stunting dan, simulasi (role play) dan praktik keterampilan memberikan edukasi pada ibu hamil dan menyusui. Kegiatan pengabdian ini berhasil meningkatkan pengetahuan menjadi 81,4% dan keterampilan kader 81,2%. Dengan demikian optimalisasi peningkatan kapasitas kader dengan pembekalan atau refreッシング terbukti memberikan kemampuan kepada kader untuk mendampingi masyarakat dalam pemberian edukasi tentang upaya pencegahan dan deteksi dini stunting dalam 1000 HPK.

ABSTRACT

Stunting is a global problem and a global issue that must be addressed multi-sectorally. The government, along with other stakeholders, has implemented direct nutrition intervention programs to prevent and address stunting, but the prevalence of stunting in Indonesia for more than five years has continued to increase, including in Kramajaya Village, Narmada District, West Lombok, NTB. Optimization of existing government programs is needed by increasing public knowledge and awareness in stunting prevention and early detection. Integrated service post (Posyandu) cadres play a crucial role in the community, particularly as health educators. Community service activities are aimed at improving the knowledge and skills of Posyandu cadres in providing education on stunting prevention during the first thousand days of life (1000 HPK) so that cadres can assist pregnant women and the community in efforts to prevent and detect stunting early. The

implementation method includes the formation of cadre classes; providing material on the concept of stunting prevention and, simulations (role plays) and practicing skills in providing education to pregnant and breastfeeding mothers. This community service activity successfully increased knowledge to 81.4% and cadre skills to 81.2%. Thus, optimizing the capacity building of cadres through training or refreshment has been proven to provide cadres with the ability to accompany the community in providing education on prevention efforts and early detection of stunting in the first 1000 HPK.

**Corresponding Author: arinimurni@gmail.com*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan yang semakin banyak ditemukan di negara berkembang termasuk Indonesia. Pemerintah di tingkat nasional kemudian mengeluarkan berbagai kebijakan serta regulasi yang diharapkan dapat berkontribusi pada pengurangan prevalensi Stunting, termasuk diantaranya: pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif pada bayi Indonesia, ketahanan pangan (food security), akses universal air minum dan sanitasi. (Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, 2019).

Dampak stunting dalam jangka pendek yaitu masa kanak-kanak, yakni perkembangan menjadi terhambat, penurunan fungsi kognitif dan penurunan fungsi kekebalan tubuh. Anak stunting sangat rentan terkena penyakit dan infeksi karena kekebalan tubuh yang kurang. (Achjar et al., 2024)

Penyebab stunting terjadi karena faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung meliputi karakteristik anak berupa jenis kelamin, berat badan lahir rendah, kurangnya pemenuhan gizi seimbang, faktor langsung lainnya yaitu status kesehatan penyakit infeksi ISPA dan diare. pola pengasuhan dengan tidak ASI eksklusif, pelayanan kesehatan berupa status imunisasi yang tidak lengkap, dan karakteristik keluarga berupa pekerjaan orang tua, pendidikan orang tua dan status ekonomi keluarga merupakan factor tidak langsung. (Achjar et al., 2024)

Prevalensi stunting global pada anak balita (di bawah usia 5 tahun) mencapai 23,2% atau mencakup 150,2 juta anak di seluruh dunia. Menurut standar WHO Child Growth Standards, angka ini jauh berada di atas ambang batas masalah kesehatan masyarakat. (WHO, 2025) Menurut Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023 prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,5% menurun pada tahun 2024 menjadi 19,8%. Namun masih jauh dari yang ditargetkan 14,2% ditahun 2029 sedangkan prevalensi stunting di Provinsi NTB tahun 2024 sebesar 28,9%. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, menunjukkan bahwa prevalensi stunting Lombok Barat berada di angka 27,3% yang meningkat dari tahun sebelum. Prevalensi stunting di Kabupaten Lombok Barat tertinggi ke 5 dari 11 kabupaten/kota yang ada di provinsi NTB setelah Lombok Tengah (37,00%), Lombok Utara (35,90%), Lombok Timur (35,60%), Dompu (34,50%). (Kemenkes RI, 2025). Di wilayah kerja Puskesmas Narmada ada 11 desa dan merupakan daerah yang memiliki lokus stunting yaitu Desa Kramajaya.

Stunting tidak terjadi hanya karena faktor tunggal, namun merupakan hasil dari gabungan dari berbagai masalah, utamanya masalah kesehatan. Dimulai faktor pola asuh kurang baik dari 1000 hari pertama kehidupan, baik dari kurangnya pengetahuan, tidak diberikan ASI eksklusif. Dan pemberian MPASI yang tidak baik. (Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, 2019)

Kesehatan dan gizi merupakan salah satu kebutuhan esensial anak usia dini yang harus terpenuhi, dengan hal tersebut diharapkan anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai kelompok umur. Perhatian terhadap pemenuhan zat gizi anak hendaknya dimulai sejak 1.000 hari pertama kehidupan anak yaitu dimulai dari masa awal kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, masa ini disebut dengan golden age yaitu masa dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat pada diri anak. Setelah anak berusia diatas 2 tahun, pemenuhan terhadap asupan zat gizi harus tetap diperhatikan karena usia balita merupakan usia yang rawan terhadap berbagai penyakit dan masalah gizi. Penelitian menyebutkan bahwa faktor penyebab kejadian stunting terjadi sejak kehamilan akibat kekurangan nutrisi pada masa tersebut, inisiasi menyusui dini kurang dari 1 jam kelahiran maupun tidak sama sekali, pemberian ASI terhenti 12 bulan, dan makanan yang diberikan tidak bervariasi dengan frekuensi dan tekstur yang tidak sesuai usia. (Anggryni et al., 2021)

Kader kesehatan adalah garda terdepan (frontliner) dalam sistem pelayanan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kader dapat menjembatani jarak antara Puskesmas dan keluarga, kader hidup berdampingan dengan masyarakat, kader memiliki social capital (modal sosial) berupa kepercayaan dari ibu hamil dan ibu balita, sehingga edukasi yang disampaikan secara personal biasanya lebih didengar dibandingkan penyuluhan formal dari tenaga kesehatan. Studi menunjukkan bahwa intervensi gizi yang melibatkan kader lokal secara aktif terbukti meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada ibu hamil dan memperbaiki pola pemberian makan bayi dan anak (PMBA) secara signifikan. (World Bank, 2021)

Salah satu program pemerintah terkait pencegahan stunting adalah memberikan penyuluhan pencegahan stunting sejak masa kehamilan dan pelatihan deteksi kejadian anak stunting, untuk mendukung program tersebut dibutuhkan keterlibatan dari berbagai pihak termasuk masyarakat yaitu kader posyandu. Untuk meningkatkan kapasitas kader secara komprehensif, materi dan pelatihan dibagi menjadi dua aspek utama: kognitif (pengetahuan) dan psikomotor (keterampilan praktis). Untuk meningkatkan aspek pengetahuan kader dibekali dengan konsep stunting dan upaya pencegahan stunting seperti intervensi gizi spesifik dan sensitif pada 1000 HPK dan kader juga perlu dilatih keterampilannya dalam memberikan edukasi seperti penerapan keterampilan konseling antarpribadi (KAP) yang meliputi menggunakan teknik mendengar aktif, memuji, dan memberikan solusi tanpa menggurui (tidak sekadar ceramah satu arah) serta keterampilan dalam penggunaan alat bantu edukasi keterampilan menggunakan lembar balik dan kartu konseling saat kunjungan rumah. Menurut N.K Aryastami (2017) untuk mengoptimalkan program pemerintah yang sudah berjalan diperlukan peningkatan pelayanan kesehatan serta knowledge transfer dan edukasi kepada tenaga kesehatan lapangan atau kader posyandu agar mampu menjelaskan dan melakukan pemberdayaan dalam meningkatkan status gizi masyarakat. (Sa'pang et al., n.d.)

Sehingga diperlukan optimalisasi program pemerintah yang sudah berjalan dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat melalui peningkatan kapasitas kader dalam memberikan edukasi kepada masyarakat tentang upaya pencegahan stunting dalam 1000 HPK, guna meningkatkan pengetahuan, kesadaran masyarakat serta mendukung program pencegahan stunting yang telah dilaksanakan oleh pemerintah. Petugas kesehatan (bidan desa/nutrisi) memiliki keterbatasan jumlah dan waktu. Kader adalah tokoh lokal yang tinggal berdampingan dengan sasaran (ibu hamil dan balita). Merekalah yang paling efektif melakukan pendekatan persuasif, mendeteksi dini growth faltering (gagal tumbuh), dan mengubah perilaku hulu di tingkat keluarga.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan mendukung upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu untuk memberikan edukasi menggunakan berbagai media cetak agar mempermudah kader posyandu untuk memberikan edukasi tentang upaya pencegahan stunting dalam 1000 HPK. Diharapkan setelah kegiatan pelaksanaan pelatihan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu meningkat dan mampu melakukan edukasi dan pendampingan pada keluarga yang berisiko mengalami stunting.

Berdasarkan uraian di atas perlu dilakukan pemecahan masalah berupa: Peningkatan keterampilan kader dalam pemberian edukasi tentang upaya pencegahan stunting dalam 1000 HPK. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam memberikan edukasi pencegahan stunting dalam 1000 HPK sehingga kader dapat mendampingi ibu hamil dan masyarakat dalam upaya melakukan pencegahan dan deteksi dini stunting.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pendidikan masyarakat berupa Pembentukan Kelas Kader di Wilayah Puskesmas Narmada Kabupaten Lombok Barat – Nusa Tenggara Barat diikuti oleh kader kesehatan di desa Kramajaya. Desa Kramajaya terdiri dari 7 dusun. Kader yang jadi sasaran dalam kegiatan ini sejumlah 14 orang yang merupakan perwakilan masing-masing dusun yaitu 2 kader per dusun. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juni – Oktober 2024 mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan sampai evaluasi. Kegiatan dilaksanakan di aula kantor Desa Kramajaya Narmada.

Data pengetahuan dan keterampilan dikumpulkan menggunakan instrumen yang telah divalidasi oleh tim pengabdian. Kriteria pengelompokan hasil diadopsi dari skala Arikunto (2010) sebagai berikut:

1. Kuesioner Pengetahuan: Terdiri dari 15 pertanyaan pilihan ganda. Nilai dihitung berdasarkan persentase jawaban benar:
 - a. Baik: Jika skor jawaban benar 76% - 100%
 - b. Cukup: Jika skor jawaban benar 56% - 75%

- c. Kurang: Jika skor jawaban benar < 56%
- 2. Lembar Tilik Keterampilan: Menggunakan daftar tilik (checklist) dengan skala Likert atau dikotomi (Ya/Tidak) terhadap pemenuhan langkah-langkah prosedur kerja:
 - a. Terampil (Baik): Jika mampu mempraktikkan >80% langkah dengan benar.
 - b. Cukup Terampil (Cukup): Jika mampu mempraktikkan 60% - 79% langkah dengan benar.
 - c. Kurang Terampil (Kurang): Jika hanya mampu mempraktikkan < 60% langkah dengan benar.

Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Persiapan meliputi :
 - a. Menyusun proposal kegiatan pengabdian kepada masyarakat
 - b. Menyusun modul dan media (buku saku) yang akan digunakan sebagai media pembelajaran oleh kelompok sasaran
 - c. Melakukan koordinasi dengan pihak Puskesmas Narmada dan Desa untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat
 - d. Melakukan koordinasi dengan kader untuk membentuk kelompok atau group pelatihan
2. Pelaksanaan Kegiatan
 - a. Melakukan kontrak belajar untuk kegiatan pengabdian masyarakat, kegiatan berlangsung selama 1 bulan.
 - b. Mengukur tingkat pengetahuan dan keterampilan kader posyandu sebelum dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pengetahuan diukur menggunakan kuisisioner pengetahuan dan keterampilan diukur dengan observasi menggunakan ceklist keterampilan KIE.
 - c. Memberikan materi pada pertemuan pertama berupa materi pencegahan stunting dalam 1000 HPK dan konsep dasar teknik komunikasi informasi dan edukasi (KIE).
 - d. Praktik keterampilan pemberian KIE
 - e. Dilanjutkan dengan pendampingan kader dalam memberikan KIE kepada sasaran (ibu hamil dan keluarga)
 - f. Membentuk group WA yang bertujuan untuk tetap memberikan informasi guna memperkuat pengetahuan dan skill kader dan sebagai wadah untuk berkonsultasi sehingga tidak lost to follow up dari kegiatan
 - g. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah ceramah, diskusi tanya jawab, konseling, demonstrasi, dan praktik langsung ke sasaran
1. Evaluasi
 - a. Evaluasi pertama dilakukan setelah pemberian materi dengan menggunakan kuesioner post test untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan kader.
 - b. Monitoring dilakukan setelah dilaksanakan pendampingan selama 2 minggu dengan melihat keterampilan kader dalam memberikan edukasi baik pada pelaksanaan kegiatan posyandu maupun melalui kunjungan rumah. Kegiatan pendampingan melibatkan mahasiswa. Selanjutnya kader akan mendokumentasikan (membuat video) kegiatan praktik KIE atau saat memberikan edukasi dan dikirim ke dalam WA Group. Selanjutnya tim pengabdian akan memberikan penilaian dan masukan untuk perbaikan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan ini dilakukan Aula Kantor Desa Kramajaya Wilayah Kerja Puskesmas Narmada, Kab.Lombok Barat. Pelaksanaan kegiatan ini berlangsung 1 bulan. Sebelumnya pengabdian telah melakukan koordinasi dengan kepala Puskesmas Narmada, Bidan Puskesmas, Bidan Desa, Kepala Desa dan Ketua Kader, seluruh pihak baik lintas program dan lintas sektor tersebut sangat menyambut baik kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan.

Hasil pengabdian masyarakat ini diantaranya berupa peran serta aktif kader, bidan dan pihak desa dalam pelaksanaan kegiatan, didapatkan gambaran karakteristik kader, pengetahuan dan keterampilan kader. Perubahan pandangan kader yaitu terbentuknya kelompok kader pendukung Gerakan Peduli Stunting.

Kegiatan monitoring dan evaluasi berupa pemantauan, pendampingan dan pemberian informasi-informasi terkait upaya pencegahan stunting dalam 1000 HPK kepada mitra. Evaluasi keberhasilan

kegiatan dilakukan dengan cara mengukur pengetahuan dan keterampilan kader dalam pemberian edukasi tentang upaya pencegahan stunting dalam 1000 HPK.

Lebih jelas dapat dilihat pada tabel.1 dan table 2 dibawah ini.

Tabel 1 Karakteristik Kader

Karakteristik	Jumlah	
	n	%
1. Umur		
a. 20 – 35 tahun	10	71,4
b. > 35 Tahun	4	28,6
2. Pendidikan		
a. SD	1	7,1
b. SMP	7	50,0
c. SMA	6	42,9
2. Lama menjadi kader		
a. < 2 tahun	7	50,0
b. 3 – 5 tahun	2	14,3
c. > 5 tahun	5	35,7

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat sebagian besar kader berusia 20 – 35 tahun (71,4%) memiliki latar Pendidikan SMP (50%) dan merupakan kader baru atau memiliki pengalaman < 2 tahun (50%) menjadi kader.

Tabel 2 Pengetahuan dan Keterampilan

No	Indikator	Sebelum		Setelah	
		n	%	n	%
1.	Pengetahuan				
a.	Baik	6	42,9	10	71,3
b.	Cukup	8	57,1	4	28,7
c.	Kurang	2	14,3	0	0,00
2.	Keterampilan				
a.	Baik	2	14,2	11	78,6
b.	Cukup	6	42,9	3	21,4
c.	Kurang	6	42,9	0	0,0

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat setelah diberikan pendampingan terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi ke pada sasaran dalam mencegah stunting dalam 1000 hari pertama kehidupan



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan “Pemberian Materi dan Role Play Praktik Edukasi”



Gambar 2. Pelaksanaan evaluasi oleh kader

Pembahasan

Setelah dilakukan pendampingan terdapat peningkatan pengetahuan kader dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi dalam 1000 HPK. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pada pengetahuan dan keterampilan kader setelah diberikan pendampingan mengenai 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK) dimana sebelum diberikan intervensi rata-rata skor pengetahuannya 74,7% dan rata-rata skor keterampilan 64,3% Setelah diberikan intervensi rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 81,4% dan keterampilan menjadi 81,2%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa edukasi yang intensif dan terstruktur dapat secara efektif meningkatkan literasi kesehatan kader kesehatan. (Afiatna et al., 2023). 1000 HPK merupakan periode kritis di mana gangguan pertumbuhan yang terjadi akan berdampak permanen pada kualitas sumber daya manusia di masa depan. Oleh karena itu, membekali kader dengan pemahaman yang tepat mengenai nutrisi dan pola asuh pada fase ini adalah langkah preventif yang krusial dalam upaya pencegahan stunting.

Adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader juga didukung oleh faktor antusiasme dan komitmen kader dimana kader memiliki motivasi tinggi mengikuti kegiatan karena merasa materi stunting dan 1000 HPK sangat dibutuhkan di wilayah mereka, adanya dukungan penuh dari stakeholder seperti Kepala Puskesmas, Bidan Desa, dan Perangkat Desa yang memfasilitasi tempat dan sasaran. Sedangkan kendala atau factor penghambat dipengaruhi oleh variasi tingkat Pendidikan, usia kader serta lama menjadi kader membuat kecepatan penyerapan materi bervariasi dan kemampuan dalam melakukan praktik KIE berbeda antara yang senior dengan baru menjadi kader. Kendala waktu pelatihan yang terbatas di sela-sela kesibukan domestik para kader (ibu rumah tangga).

Kader mampu melakukan edukasi sesuai langkah dalam edukasi komunikasi efektif. Kondisi ini menunjukkan bahwa kader kini mampu mendemonstrasikan langkah-langkah komunikasi efektif dalam mengedukasi sasaran seperti ibu hamil, ibu menyusui atau ibu yang memiliki bayi balita. Kemampuan komunikasi interpersonal yang baik sangat menentukan keberhasilan transfer informasi di tingkat akar rumput. Perubahan perilaku masyarakat diawali dengan komunikasi yang mampu menyentuh aspek afektif dan kognitif sasaran. (Notoatmodjo, 2012). Dengan menerapkan teknik mendengarkan aktif dan penggunaan

bahasa lokal yang persuasif, pesan-pesan pencegahan stunting menjadi lebih mudah diterima dan diimplementasikan oleh ibu hamil serta ibu balita di lingkungannya. (Andyna et al., 2026)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fanny Adistie, dkk Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran tentang pemberdayaan kader posyandu Dalam Deteksi Dini Stunting dan Stimulasi Tumbuh Kembang pada Balita melalui pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan para kader kesehatan yaitu sebelum dilakukan kegiatan sebanyak 61,3 kader memiliki pengetahuan yang baik dan setelah dilakukan kegiatan menjadi sebanyak 93,5%. (Adistie et al., 2018)

Dengan kegiatan ini terbentuk kelompok kader pendukung Gerakan Peduli Stunting. Peran kader kesehatan posyandu di antaranya adalah mendampingi keluarga untuk mendorong ibu dalam mencegah stunting dalam 1000 HPK dan memberikan edukasi pada ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki bayi balita dan remaja. Pengetahuan yang baik serta keterampilan edukasi yang cukup akan menghasilkan pelayanan yang baik. Pengetahuan tersebut diperoleh dari pengalaman langsung maupun pengalaman orang lain. (SB & Nurhayati, 2023)

Luaran tambahan pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan adalah terbentuknya kelompok kader pendukung "Gerakan Peduli Stunting" yang akan menjadi fondasi utama dalam menjamin keberlanjutan program (sustainability). Keberadaan kelompok ini bertransformasi menjadi modal sosial yang kuat bagi desa. Pemberdayaan masyarakat yang berbasis pada pembentukan kelompok kerja mandiri memiliki peluang keberhasilan yang lebih tinggi termasuk dalam upaya menurunkan angka stunting dibandingkan intervensi yang bersifat insidental. (Dwi Hendriani et al., 2025). Kelompok ini berfungsi sebagai sistem pendukung sebaya (peer support group) yang memantau secara berkala kondisi kesehatan ibu dan anak di wilayah tersebut.

Evidence-based menunjukkan bahwa masa 1000 HPK adalah masa emas (critical window) di mana intervensi gizi dan edukasi memiliki dampak terbesar terhadap pencegahan stunting irreversible. Penelitian global pada studi The Lancet Maternal and Child Nutrition menegaskan bahwa edukasi perubahan perilaku (behavior change communication) terkait pola asuh, MP-ASI, dan stimulasi visual-audio pada periode ini dapat menurunkan prevalensi stunting secara signifikan jika disampaikan secara konsisten. (WHO, 2025)

Kegiatan edukasi oleh kader ke depan harus diintegrasikan dengan Tim Pendamping Keluarga (TPK) untuk melakukan mapping dan intervensi yang lebih spesifik pada keluarga yang memiliki risiko tinggi stunting (misalnya ibu hamil KEK atau remaja putri dengan anemia).

Dengan terbentuknya kelompok kader pendukung Gerakan Peduli Stunting. Pengetahuan yang baik serta keterampilan edukasi yang cukup akan menghasilkan pelayanan yang baik. 1000 HPK merupakan periode kritis di mana gangguan pertumbuhan yang terjadi akan berdampak permanen pada kualitas sumber daya manusia di masa depan. Oleh karena itu, membekali kader dengan pemahaman yang tepat mengenai nutrisi dan pola asuh pada fase ini adalah langkah preventif yang krusial dalam upaya pencegahan stunting

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Setelah dilakukan kegiatan pelatihan dan pendampingan terdapat peningkatan pengetahuan kader dan keterampilan kader dalam memberikan edukasi dalam 1000 HPK dimana kader mampu melakukan KIE sesuai langkah dalam komunikasi efektif

Saran

1. Perlu adanya integrasi program di Puskesmas dan desa agar program kegiatan tetap berlanjut secara mandiri dengan tetap melakukan pendampingan kader dengan adanya kegiatan yang berkelanjutan akan meningkatkan pengetahuan kader dan memperluas materi terkait ketrampilan kader dalam melakukan komunikasi informasi edukasi.
2. Pembentukan kelompok kader pendukung "Gerakan Peduli Stunting" menjadi fondasi utama dalam menjamin keberlanjutan program (sustainability). Keberadaan kelompok ini bertransformasi menjadi modal sosial yang kuat bagi desa. Keberlanjutan melalui Pendampingan Kader pendukung Gerakan Peduli Stunting oleh pihak Puskesmas dan Desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan upaya peningkatan kapasitas kader memberikan edukasi pencegahan stunting dalam 1000 HPK yakni pihak Puskesmas, Mitra dan Kader, serta tim Pengabdian yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Achjar, K. A. H., Anwar, T., Raji, H. F., Alita, R., Sulistiyorini, D., Maidartati, M., Puspikawati, S. I., Mahihody, A. J., Daniela, C., & Judijanto, L. (2024). *Stunting*. PT. Green Pustaka Indonesia.
- Adistie, F., Lumbantobing, V. B. M., & Maryam, N. N. A. (2018). Pemberdayaan kader kesehatan dalam deteksi dini stunting dan stimulasi tumbuh kembang pada balita. *Media Karya Kesehatan*, 1(2).
- Afiatna, P., Maryanto, S., & Setyoningrum, U. (2023). Pelatihan Kader dengan Metode Ceramah, Demonstrasi dan Simulasi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Lansia di Wilayah RW V Kelurahan Pudukpayung, Banyumanik Semarang. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, 5(2), 188–194.
- Andyna, C., Fazil, M., & Mulyawan, R. (2026). Pelatihan Komunikasi Efektif Kader Posyandu dan Opinion Leader dalam Upaya Penanganan Stunting di Gampong Paloh Pundi Kota Lhokseumawe. *Jurnal Solusi Masyarakat (JSM)*, 4(1), 14–23.
- Anggryni, M., Mardiah, W., Hermayanti, Y., Rakhmawati, W., Ramdhanie, G. G., & Mediani, H. S. (2021). Faktor Pemberian Nutrisi Masa Golden Age dengan Kejadian Stunting pada Balita di Negara Berkembang. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1764–1776. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.967>
- Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, B. (2019). *Pembangunan Gizi Di Indonesia. Kajian Sektor Kesehatan*. Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, Kedepuitan Pembangunan Manusia, Masyarakat, dan Kebudayaan, Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Dwi Hendriani, S. K. M., St Hateriah, S., Sutrisno, A. P. P., Lily Herawati, S., Solihin Sayuti, S., Puspita Sari, S., Andry Rachmadani, M. K. M., Bernadetha, S. K. M., Christina Ary Yuniarti, S. K. M., & Ayu Dewi Mayasari, S. (2025). *Pemberdayaan Masyarakat dalam Promosi Kesehatan: Strategi, Praktik, dan Implementasi*. PT Bukuloka Literasi Bangsa.
- Kemendes RI. (2025). *SSGI 2024 Dalam Angka*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan & ilmu perilaku*. Rineka cipta.
- Sa' pang, M., Gz, S., Dewi, R., Ners, M. K., Lestari, A. E., Hakku, W. A., Naitasi, A. P., Wulandari, V., & Tisna, A. A. (n.d.). *Laporan Akhir Program Pengabdian Masyarakat*.
- SB, E. M., & Nurhayati, N. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Kader tentang Manajemen Laktasi.
- WHO. (2025). level and trends in child malnutrition. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240112308>
- World Bank. (2021). *Melangkah Maju ; Inisiatif Lokal Dalam Menurunkan Stunting di Indonesia*. www.worldbank.org



EDUKASI PENGETAHUAN DAN PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL DALAM PENCEGAHAN HIV/AIDS PADA MAHASISWA

Putu Lusita Nati Indriani^{1*}, Adelia Lestari², Adelia Vannesa³

^{1,2,3} Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa Palembang

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

HIV/AIDS

Media sosial

Mahasiswa

Edukasi kesehatan

Pencegahan HIV/AIDS

ABSTRAK

HIV/AIDS masih menjadi salah satu masalah kesehatan global yang memerlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan kepada kelompok remaja dan mahasiswa. Rendahnya pengetahuan mengenai HIV/AIDS, kurangnya pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan, serta masih adanya stigma terhadap Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) menjadi tantangan dalam pencegahan penularan HIV/AIDS pada usia remaja akhir. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan mahasiswa mengenai pencegahan HIV/AIDS melalui pemanfaatan media sosial sebagai media edukasi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan di Universitas Kader Bangsa Palembang pada tanggal 20–22 Mei 2026 dengan jumlah peserta sebanyak 30 mahasiswa. Metode kegiatan dilakukan melalui penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, dan edukasi pemanfaatan media sosial dalam penyebaran informasi kesehatan reproduksi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mahasiswa mengenai HIV/AIDS, cara pencegahan, serta pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan yang efektif dan mudah diakses oleh mahasiswa.

ABSTRACT

HIV/AIDS remains one of the global health problems requiring promotive and preventive efforts through health education among adolescents and university students. Limited knowledge regarding HIV/AIDS, lack of social media utilization as a health education platform, and stigma toward People Living with HIV/AIDS (PLWHA) remain challenges in preventing HIV/AIDS transmission among late adolescents. This community service activity aimed to improve students' knowledge regarding HIV/AIDS prevention through the use of social media as a health education medium. The activity was conducted at Universitas Kader Bangsa Palembang on May 20–22, 2026, involving 30 university students. The methods used included health counseling, interactive discussions, and education on utilizing social media for disseminating reproductive health information. The results showed an increase in students' knowledge regarding HIV/AIDS, prevention methods, and the utilization of social media as an effective and accessible health education platform.

*Corresponding Author: putu.indriani91@gmail.com

PENDAHULUAN

Human Immunodeficiency Virus (HIV) dan Acquired Immune Deficiency Syndrome (AIDS) masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius di berbagai negara, termasuk Indonesia. HIV menyerang sistem kekebalan tubuh sehingga penderitanya rentan mengalami

berbagai infeksi oportunistik. Penularan HIV dapat terjadi melalui hubungan seksual berisiko, penggunaan jarum suntik tidak steril, transfusi darah yang terkontaminasi, serta penularan dari ibu kepada bayi selama kehamilan, persalinan, atau menyusui (WHO, 2023).

World Health Organization melaporkan bahwa sekitar 39 juta orang hidup dengan HIV di seluruh dunia dan sekitar 1,3 juta infeksi baru HIV terjadi setiap tahunnya (WHO, 2023). Kelompok usia remaja dan dewasa muda merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap penularan HIV karena keterbatasan pengetahuan kesehatan reproduksi, rendahnya akses informasi yang akurat, serta perilaku berisiko yang dapat meningkatkan peluang terjadinya infeksi HIV (UNAIDS, 2023).

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa HIV/AIDS masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia dan banyak ditemukan pada kelompok usia produktif (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi pada kelompok remaja dan mahasiswa perlu terus ditingkatkan sebagai upaya pencegahan penularan HIV/AIDS sejak dini. Selain rendahnya pengetahuan mengenai HIV/AIDS, perkembangan teknologi informasi dan penggunaan media sosial di kalangan remaja memberikan tantangan sekaligus peluang dalam penyebaran informasi kesehatan. Media sosial menjadi salah satu platform yang paling banyak digunakan oleh generasi muda karena mudah diakses dan mampu menyebarkan informasi secara cepat (Kemp, 2024).

Penelitian Rahmawati dan Putri (2022) menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi apabila digunakan sebagai media edukasi yang tepat. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa informasi kesehatan yang dikemas secara menarik melalui media sosial lebih mudah diterima oleh kelompok remaja dan mahasiswa.

Permasalahan lain yang masih ditemukan di masyarakat adalah adanya stigma terhadap Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). Penelitian Sari et al. (2021) menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan mengenai HIV/AIDS menyebabkan munculnya diskriminasi dan stigma negatif terhadap ODHA. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai cara penularan HIV juga menyebabkan sebagian mahasiswa masih memiliki persepsi yang salah terhadap penderita HIV/AIDS.

Permasalahan berupa rendahnya pengetahuan serta masih adanya stigma dan miskonsepsi mengenai HIV/AIDS juga ditemukan pada mahasiswa Universitas Kader Bangsa Palembang. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai HIV/AIDS, termasuk cara penularan, pencegahan, dan dampaknya. Kondisi tersebut dapat memengaruhi sikap mahasiswa terhadap upaya pencegahan HIV/AIDS maupun terhadap orang dengan HIV/AIDS (ODHA). Selain itu, sebagian mahasiswa juga belum memanfaatkan media sosial secara optimal sebagai sumber edukasi kesehatan reproduksi dan masih memperoleh informasi dari sumber yang belum tentu akurat.

Berdasarkan wawancara dan survei pendahuluan yang dilakukan terhadap 50 mahasiswa, diperoleh hasil bahwa 58% responden belum memahami secara lengkap cara penularan HIV/AIDS, 52% masih memiliki stigma negatif terhadap ODHA, dan 60% belum pernah memperoleh edukasi HIV/AIDS melalui media sosial kesehatan yang kredibel. Temuan ini menunjukkan perlunya edukasi kesehatan berbasis media sosial sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan mengurangi stigma terkait HIV/AIDS di kalangan mahasiswa.

Penyuluhan kesehatan melalui pendekatan media sosial menjadi salah satu strategi edukasi yang efektif pada kelompok mahasiswa karena sesuai dengan perkembangan teknologi dan pola komunikasi generasi muda saat ini (Moorhead et al., 2013; Gabarron & Wynn, 2016). Penelitian Wulandari dan Handayani (2023) menjelaskan bahwa pemanfaatan media sosial dalam promosi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mahasiswa mengenai perilaku hidup sehat.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk edukasi pengetahuan dan pemanfaatan media sosial dalam pencegahan HIV/AIDS pada mahasiswa Universitas Kader Bangsa Kota Palembang. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan mahasiswa mengenai HIV/AIDS dan mendorong pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan reproduksi yang benar dan bertanggung jawab.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Universitas Kader Bangsa Palembang pada tanggal 20–22 Mei 2026 dengan melibatkan 30 mahasiswa Program Studi Kebidanan. Kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, dan edukasi pemanfaatan media sosial sebagai sarana pencegahan HIV/AIDS.

Tahap awal kegiatan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak kampus dan identifikasi tingkat pengetahuan mahasiswa mengenai HIV/AIDS serta penggunaan media sosial sebagai media edukasi kesehatan. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih memiliki pemahaman yang rendah mengenai cara penularan HIV/AIDS dan belum memanfaatkan media sosial secara optimal untuk memperoleh informasi kesehatan yang benar.

Materi edukasi yang diberikan meliputi pengertian HIV/AIDS, cara penularan, upaya pencegahan, stigma terhadap ODHA, serta pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan. Penyampaian materi didukung oleh media presentasi dan leaflet sebagai alat bantu pembelajaran, sedangkan media sosial digunakan sebagai contoh dan sarana edukasi digital yang dapat diakses peserta secara berkelanjutan setelah kegiatan berlangsung.

Metode pelaksanaan dilakukan melalui ceramah edukatif, diskusi kelompok, dan tanya jawab agar peserta lebih aktif selama kegiatan berlangsung. Peserta juga diberikan contoh akun media sosial kesehatan terpercaya sebagai sumber informasi mengenai HIV/AIDS dan kesehatan reproduksi.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi partisipasi peserta serta pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan kuesioner pretest dan posttest yang diberikan sebelum dan setelah edukasi. Kuesioner memuat pertanyaan mengenai HIV/AIDS, cara penularan, upaya pencegahan, stigma terhadap ODHA, dan pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan. Data hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui peningkatan pengetahuan mahasiswa setelah mengikuti kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan pengetahuan serta pemanfaatan media sosial dalam pencegahan HIV/AIDS diselenggarakan di Universitas Kader Bangsa Palembang pada tanggal 20–22 Mei 2026. Sebanyak 30 mahasiswa Program Studi Kebidanan berpartisipasi dalam program ini. Kegiatan edukasi diberikan melalui penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta pemberian materi mengenai pemanfaatan media sosial sebagai sarana penyebaran informasi kesehatan reproduksi.

Materi edukasi yang diberikan meliputi pengertian HIV/AIDS, cara penularan HIV, upaya pencegahan HIV/AIDS, dampak stigma terhadap Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA), serta pemanfaatan media sosial sebagai media edukasi kesehatan yang benar dan terpercaya. Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat aktif berdiskusi mengenai sumber informasi kesehatan di media sosial, mitos mengenai HIV/AIDS, serta pentingnya memilih informasi kesehatan yang valid.

Tabel 1.1 Peningkatan Pengetahuan Mahasiswa Mengenai HIV/AIDS dan Pemanfaatan Media Sosial

Indikator Pengetahuan	Sebelum Edukasi (%)	Setelah Edukasi (%)
Mengetahui cara penularan HIV/AIDS	52%	93%
Memahami upaya pencegahan HIV/AIDS	48%	91%
Mengetahui dampak stigma terhadap ODHA	45%	89%
Memahami penggunaan media sosial sebagai edukasi kesehatan	50%	94%
Mengetahui sumber informasi kesehatan yang terpercaya	42%	90%

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada seluruh indikator setelah pemberian edukasi. Persentase peserta yang mengetahui cara penularan HIV/AIDS meningkat dari 52% menjadi 93%, pemahaman mengenai upaya pencegahan meningkat dari 48% menjadi 91%, dan pengetahuan tentang dampak stigma terhadap ODHA meningkat dari 45% menjadi 89%. Selain itu, pemahaman mengenai penggunaan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan meningkat dari 50% menjadi 94%, sedangkan kemampuan mengidentifikasi sumber informasi kesehatan yang terpercaya meningkat dari 42% menjadi 90%. Peningkatan pada seluruh indikator tersebut menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang memanfaatkan media sosial sesuai dengan karakteristik mahasiswa sebagai generasi digital, sehingga mampu meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan terkait pencegahan HIV/AIDS.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa persentase mahasiswa yang mengetahui cara penularan HIV/AIDS meningkat dari 52% sebelum edukasi menjadi 93% setelah edukasi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa

penyuluhan kesehatan dan diskusi interaktif efektif dalam memperbaiki pemahaman mahasiswa mengenai informasi dasar terkait HIV/AIDS. Sebelum kegiatan berlangsung, masih terdapat peserta yang memiliki persepsi kurang tepat mengenai penularan HIV, seperti anggapan bahwa HIV dapat menular melalui kontak sosial biasa, termasuk berjabat tangan atau menggunakan alat makan bersama. Setelah memperoleh edukasi, peserta lebih memahami bahwa penularan HIV terjadi melalui hubungan seksual berisiko, penggunaan jarum suntik yang tidak steril, transfusi darah yang terkontaminasi, serta penularan dari ibu kepada bayi. Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilaporkan oleh Rahmawati et al. (2022), yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai cara penularan HIV/AIDS secara signifikan.

Pengetahuan mahasiswa mengenai upaya pencegahan HIV/AIDS mengalami peningkatan dari 48% sebelum edukasi menjadi 91% setelah edukasi diberikan. Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dan diskusi interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai langkah-langkah pencegahan HIV/AIDS, seperti menghindari perilaku seksual berisiko, tidak menggunakan jarum suntik secara bergantian, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Sebelum penyuluhan berlangsung, sebagian mahasiswa lebih banyak memperoleh informasi dari media sosial yang belum tentu memiliki validitas ilmiah sehingga pemahaman mengenai pencegahan HIV/AIDS masih terbatas. Setelah kegiatan berlangsung, mahasiswa mulai memahami pentingnya perilaku seksual sehat, penggunaan media edukasi yang benar, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala sebagai bentuk pencegahan HIV/AIDS. Penelitian Wulandari dan Sari (2021) menjelaskan bahwa edukasi kesehatan berbasis digital dapat meningkatkan perilaku preventif mahasiswa terhadap penyakit menular seksual karena peserta memperoleh akses informasi yang lebih luas dan mudah dipahami.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pemahaman mahasiswa mengenai dampak stigma terhadap ODHA meningkat dari 45% sebelum edukasi menjadi 89% setelah edukasi diberikan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan mahasiswa mengenai HIV/AIDS, tetapi juga membantu membentuk sikap sosial yang lebih positif terhadap orang dengan HIV/AIDS (ODHA). Sebelum kegiatan berlangsung, sebagian mahasiswa masih memiliki ketakutan dan persepsi yang kurang tepat terhadap ODHA akibat keterbatasan pemahaman mengenai mekanisme penularan HIV. Setelah mengikuti penyuluhan dan diskusi interaktif, peserta mulai memahami bahwa HIV tidak menular melalui interaksi sosial sehari-hari serta menyadari pentingnya memberikan dukungan dan menghindari diskriminasi terhadap ODHA di lingkungan pendidikan maupun masyarakat. Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilaporkan oleh Handayani et al. (2023), yang menunjukkan bahwa edukasi HIV/AIDS berbasis komunikasi kelompok dapat mengurangi stigma terhadap ODHA melalui peningkatan pemahaman mengenai cara penularan HIV yang sebenarnya.

Pemanfaatan media sosial sebagai media edukasi kesehatan juga mengalami peningkatan setelah dilakukan penyuluhan. Sebelum kegiatan berlangsung, sebagian mahasiswa menggunakan media sosial hanya sebagai sarana hiburan dan komunikasi sehari-hari. Setelah edukasi dilakukan, mahasiswa mulai memahami bahwa media sosial dapat dimanfaatkan sebagai sarana memperoleh informasi kesehatan reproduksi yang cepat dan mudah diakses. Penelitian Putri dan Lestari (2022) menjelaskan bahwa media sosial memiliki pengaruh besar dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja karena informasi kesehatan dapat disampaikan dalam bentuk visual dan bahasa yang lebih sederhana.

Pengetahuan mahasiswa mengenai sumber informasi kesehatan terpercaya juga meningkat setelah edukasi dilakukan. Sebelum kegiatan, sebagian peserta masih memperoleh informasi HIV/AIDS dari akun media sosial yang tidak memiliki sumber ilmiah yang jelas. Setelah penyuluhan berlangsung, mahasiswa mulai memahami pentingnya memilih sumber informasi dari lembaga kesehatan resmi seperti WHO, Kementerian Kesehatan, dan akun edukasi kesehatan terpercaya. Hasil tersebut didukung oleh penelitian Sari et al. (2021) yang menjelaskan bahwa kemampuan remaja dalam memilah informasi kesehatan sangat penting untuk mencegah penyebaran informasi kesehatan yang salah di media sosial.

Berdasarkan pengamatan peneliti selama kegiatan berlangsung, metode diskusi interaktif memberikan pengaruh besar terhadap keterlibatan mahasiswa dalam memahami materi edukasi. Peneliti mengasumsikan bahwa mahasiswa lebih nyaman menyampaikan pertanyaan mengenai HIV/AIDS melalui suasana diskusi yang terbuka dibandingkan metode ceramah satu arah. Selama kegiatan berlangsung, mahasiswa terlihat lebih aktif ketika membahas contoh kasus dan konten media sosial yang berkaitan dengan HIV/AIDS. Peneliti juga mengamati bahwa penggunaan contoh konten media sosial edukatif membuat mahasiswa lebih mudah memahami materi karena sesuai dengan pola komunikasi digital yang mereka gunakan setiap hari.

Peningkatan pemahaman mahasiswa mengenai pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan terlihat dari kenaikan persentase peserta yang memahami penggunaan media sosial untuk edukasi kesehatan dari 50% menjadi 94%. Selain itu, pengetahuan mengenai sumber informasi kesehatan yang terpercaya juga meningkat dari 42% menjadi 90% setelah kegiatan edukasi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebelum kegiatan berlangsung, sebagian mahasiswa masih memiliki keterbatasan dalam mengidentifikasi sumber informasi kesehatan yang akurat dan kredibel. Berdasarkan hasil diskusi, beberapa peserta menyampaikan bahwa informasi kesehatan lebih sering diperoleh melalui media sosial dibandingkan penyuluhan secara langsung. Setelah memperoleh edukasi, mahasiswa menjadi lebih memahami pentingnya memilih sumber informasi yang terpercaya serta memanfaatkan media sosial secara bijak untuk memperoleh dan menyebarkan informasi kesehatan yang benar.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian PKM oleh Dewi dan Ramadhani (2023) yang menjelaskan bahwa edukasi kesehatan berbasis media sosial mampu meningkatkan partisipasi mahasiswa dalam kampanye kesehatan reproduksi dan pencegahan HIV/AIDS di lingkungan kampus. Pendekatan edukasi berbasis media sosial dinilai lebih efektif pada kelompok remaja akhir karena mahasiswa lebih mudah menerima informasi melalui media visual dan interaktif. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai HIV/AIDS melalui pemanfaatan media sosial mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya pencegahan HIV/AIDS serta penggunaan media sosial secara bijak sebagai sarana edukasi kesehatan reproduksi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan edukasi pengetahuan dan pemanfaatan media sosial dalam pencegahan HIV/AIDS yang diikuti oleh 30 mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Kader Bangsa Palembang berjalan dengan baik dan mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai cara penularan HIV/AIDS, upaya pencegahan, stigma terhadap ODHA, serta pemanfaatan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan. Penyuluhan dan diskusi interaktif membantu mahasiswa memperoleh informasi kesehatan yang benar serta meningkatkan kesadaran dalam memanfaatkan media sosial secara bijak untuk penyebaran informasi kesehatan reproduksi yang akurat dan terpercaya.

Saran

Mahasiswa diharapkan dapat memanfaatkan media sosial sebagai sarana memperoleh dan menyebarkan informasi kesehatan yang benar mengenai HIV/AIDS. Selain itu, institusi pendidikan dan tenaga kesehatan diharapkan dapat terus melakukan edukasi kesehatan reproduksi secara berkelanjutan agar pengetahuan dan kesadaran mahasiswa mengenai pencegahan HIV/AIDS semakin meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Kader Bangsa Palembang yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh mahasiswa peserta kegiatan yang telah berpartisipasi aktif selama penyuluhan dan diskusi berlangsung sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R., & Ramadhani, F. (2023). Edukasi kesehatan berbasis media digital terhadap peningkatan kesadaran mahasiswa mengenai pencegahan HIV/AIDS. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 122–130. <https://doi.org/10.14710/jpki.18.2.122-130>
- Handayani, L., Putra, A., & Sari, N. (2023). Pengaruh edukasi kelompok terhadap stigma mahasiswa kepada orang dengan HIV/AIDS (ODHA). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(1), 45–53. <https://doi.org/10.26714/jkmi.18.1.2023.45-53>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil kesehatan Indonesia tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Notoatmodjo, S. (2021). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

- Putri, D. A., & Lestari, M. (2022). Pemanfaatan media sosial sebagai media edukasi kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(2), 98–106. <https://doi.org/10.31290/jpk.v11i2.2674>
- Rahmawati, E., Sari, D., & Fitriani, N. (2022). Penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa mengenai HIV/AIDS. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 55–63. <https://doi.org/10.52022/jpkm.v5i1.287>
- Sari, M., Wulandari, D., & Putri, A. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan dengan stigma terhadap ODHA pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 177–185. <https://doi.org/10.31596/jkkm.v10i3.701>
- Sarwono, S. W. (2021). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- World Health Organization. (2023). *Global HIV & AIDS statistics fact sheet 2023*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids>
- Wulandari, N., & Sari, R. (2021). Edukasi kesehatan berbasis digital dalam meningkatkan perilaku preventif HIV/AIDS pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(2), 88–96. <https://doi.org/10.22435/kespro.v12i2.5481>
- Yulianti, D., & Prasetyo, H. (2022). Literasi kesehatan digital pada mahasiswa dalam penggunaan media sosial kesehatan. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 8(1), 35–43. <https://doi.org/10.31290/jiki.v8i1.2419>



PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU NIFAS TENTANG PEMERIKSAAN FISIK MELALUI EDUKASI KESEHATAN

Faulia Mauluddina¹, Veradilla², Sesilia Triana Dewi³, Martina Astari⁴, Theresia Shella Beredikta⁵
^{1,2,3,4,5} STIKes Budi Mulia Sriwijaya Palembang

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Knowledge

Behavior

Postpartum Mother

Physical examination

Health Education

ABSTRAK

Masa nifas adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta, serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih 6 minggu. Manajemen asuhan pasca persalinan dilakukan selama 42 hari untuk memantau pemulihan fisik dan psikologis ibu serta keberhasilan laktasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu nifas tentang pemeriksaan fisik di PMB Faulien Palembang. Kegiatan dilaksanakan pada Maret 2026 dengan melibatkan 20 ibu nifas melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi dengan menggunakan media e-booklet. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang pemeriksaan fisik dari 25% menjadi 90%. Pelayanan standar minimal 4 kali dilakukan mulai dari 6 jam hingga 42 hari setelah bersalin untuk memastikan kesehatan optimal ibu dan bayi. Hasil Kegiatan, Pemahaman atau pengetahuan yang baik akan menstimulasi sikap keluarga dalam memberikan dukungan ibu untuk melakukan pemeriksaan fisik ibu nifas sampai KF 4 dengan teratur, sehingga akan berkontribusi besar dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu nifas yaitu mempercepat pemulihan fisik. Semakin besar ibu nifas mendapat dukungan keluarga dalam pemeriksaan fisik ibu nifas sampai KF 4, maka semakin baik kesehatan ibu nifas. Ibu nifas yang sehat akan meminimalisir terjadinya komplikasi pasca persalinan dan menurunkan AKI di Indonesia serta menjaga kesehatan secara menyeluruh selama masa nifas.

ABSTRACT

The postpartum period is the period after labor and the birth of the baby, placenta, and membranes required to restore the uterine organs to pre-pregnancy state for approximately 6 weeks. Postpartum care management is carried out for 42 days to monitor the mother's physical and psychological recovery and the success of lactation. This community service activity aims to improve the knowledge and behavior of postpartum mothers regarding physical examinations at PMB Faulien Palembang. The activity was carried out in March 2026 involving 20 postpartum mothers through interactive lectures, discussions, and demonstrations using e-booklet media. The results of the pre-test and post-test showed an increase in knowledge about physical examinations from 25% to 90%. Standard services are carried out at least 4 times starting from 6 hours to 42 days after delivery to ensure optimal health of the mother and baby. Activity Results, Good understanding or knowledge will stimulate the family's attitude in providing support for mothers to carry out physical examinations

of postpartum mothers until KF 4 regularly, so that it will contribute greatly to improving the health of postpartum mothers, namely accelerating physical recovery. The greater family support postpartum mothers receive during postpartum physical examinations up to and including the fourth trimester, the better their health. Healthy postpartum mothers minimize postpartum complications, reduce maternal mortality in Indonesia, and maintain overall health throughout the postpartum period.

**Corresponding Author: veradilla90@gmail.com*

PENDAHULUAN

Masa nifas (puerperium) merupakan masa krusial yang sangat penting bagi kehidupan seorang ibu dan bayi yang dimulai segera setelah persalinan hingga enam minggu berikutnya, di mana organ organ reproduksi ibu mengalami proses pemulihan ke keadaan sebelum hamil.(Suryanti et al., 2025)

Masa ini sering disebut sebagai masa kritis, karena sebagian besar kematian ibu dan bayi terjadi justru dalam periode nifas akibat komplikasi seperti perdarahan, infeksi, gangguan laktasi, dan depresi postpartum. (Suryanti et al., 2024) Oleh karena itu, masa nifas membutuhkan perhatian khusus dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual ibu. (World Health Organization, 2022)

Di Indonesia, angka kematian ibu (AKI) masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, AKI mencapai 189 per 100.000 kelahiran hidup. (Kementerian Kesehatan, 2023) Sekitar 60% dari kematian ibu tersebut terjadi pada masa nifas, terutama akibat perdarahan postpartum, infeksi, dan hipertensi dalam kehamilan yang tidak tertangani dengan baik. Salah satu penyebab utama masih tingginya AKI adalah rendahnya pengetahuan dan kesadaran ibu dalam mengenali tanda bahaya nifas serta minimnya dukungan keluarga dalam perawatan pasca persalinan. (Sari, n.d.)

Hasil Riskesdas (2021) menunjukkan bahwa kunjungan ibu nifas ke fasilitas kesehatan sesuai standar (minimal 3 kali) baru mencapai 68,9%. (Kemenkes RI, 2022) Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian besar ibu masih belum mendapatkan pelayanan dan edukasi yang optimal selama masa nifas.(Kirana et al., 2026) Di lapangan, masih ditemukan praktik tradisional yang kurang tepat seperti pembatasan konsumsi makanan bergizi dengan alasan pantangan, penggunaan bahan tidak steril untuk perawatan luka, hingga kurangnya pemahaman tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif.(Toy et al., 2024) Hal ini berdampak terhadap pemulihan kesehatan ibu serta tumbuh kembang bayi. (Azizah et al., 2024)

Selain faktor pengetahuan, dukungan sosial dari keluarga dan tenaga kesehatan juga memengaruhi perilaku ibu nifas dalam perawatan diri. (Suryanti et al., 2025) Ibu yang mendapatkan edukasi berkelanjutan dan pendampingan dari bidan memiliki pengetahuan dan keterampilan lebih baik dalam menjaga kebersihan diri, melakukan perawatan payudara, serta mengenali tanda bahaya nifas dibandingkan yang tidak mendapatkan pendampingan. (Sari, n.d.)

PMB Faulien Palembang sebagai salah satu fasilitas pelayanan kebidanan mandiri menjadi tempat penting dalam upaya peningkatan kualitas asuhan masa nifas. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan bidan penanggung jawab, masih ditemukan ibu nifas yang belum memahami cara pemeriksaan fisik masa nifas.

Edukasi kesehatan yang terstruktur dan interaktif terbukti dapat meningkatkan pengetahuan serta perilaku ibu dalam menjaga kesehatan selama masa nifas. (Info, 2026) Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan mengetahui efektivitas edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas di PMB Faulien Palembang.

METODE PELAKSANAAN

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Persiapan untuk melakukan survey awal dan pengurusan izin pelaksanaan.
2. Menyusun materi tentang Edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik dalam bentuk power point dan booklet penyuluhan.
3. Sosialisasi kepada masyarakat bahwa akan dilakukan penyuluhan melalui ketua RT dan kader posyandu.

4. Metode pengabdian menggunakan pendekatan edukasi kesehatan dengan desain pre-test dan post-test one group.
5. Metode Evaluasi Penilaian dilakukan melalui Instrumen pengetahuan menggunakan kuesioner berisi 15 pertanyaan mengenai pemeriksaan fisik. Kategori pengetahuan diklasifikasikan menjadi baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (<56%).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemeriksaan tekanan darah, berat badan dan pemeriksaan fisik lainnya serta konseling tentang Edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan menghadirkan semua ibu nifas yang berada di wilayah PMB Faulien Palembang. Kegiatan ini berupa kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan ibu nifas. Materi penyuluhan dan pelayanan konseling meliputi :

1. Kebutuhan Dasar Masa Nifas
2. Faktor faktor yang mempengaruhi tanda bahaya pasca persalinan dan laktasi.
3. Pemulihan Fisik Optimal
4. Pencegahan masalah Jangka Panjang pada ibu Nifas
5. Perawatan payudara untuk mencegah bendungan ASI.
6. Perawatan tali pusat bayi dengan benar tanpa menggunakan ramuan tradisional

Sasaran kegiatan adalah 20 ibu nifas yang berada pada masa postpartum 0–42 hari di wilayah PMB Faulien Palembang dengan teknik total sampling. Sebelum dilakukan penyuluhan dan dilaksanakan pelayanan pemeriksaan tekanan darah dan berat badan kepada 20 ibu nifas. Target akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah berupa peningkatan pengetahuan dan pengaplikasian kepada ibu nifas di PMB Faulien Palembang. Berikut adalah target yang diharapkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini antara lain :

1. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu nifas tentang pemeriksaan fisik dari 25% menjadi 90%.
2. Adanya solusi dari permasalahan yang dihadapi oleh ibu nifas tentang pemeriksaan fisik,
3. Membuat Booklet dan HKI

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini berjalan lancar dan mendapat antusiasme tinggi dari peserta. Dari hasil pre-test dan post test diperoleh.

Tabel 1. Hasil Pre Test Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pemeriksaan Fisik

Pengetahuan Ibu Pasca Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	5	25 %
Cukup	7	35%
Kurang	8	40%
Total	20	100%

Berdasarkan Tabel 1 hasil pre test diketahui bahwa sebagian besar ibu nifas sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 8 orang (40%). Hanya 7 orang (35%) saja yang memiliki pengetahuan cukup dan yang memiliki pengetahuan baik berjumlah 5 orang (25%).

Tabel 2. Hasil Post Test Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pemeriksaan Fisik

Pengetahuan Ibu Pasca Persalinan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	18	90%
Cukup	2	10%
Kurang	0	0%
Total	20	100%

Berdasarkan Tabel 2 hasil post test diketahui bahwa sebagian besar ibu nifas sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik memiliki pengetahuan baik sebanyak 18 orang (90%), sedangkan pengetahuan cukup sebanyak 2 orang (10%), dan tidak ada lagi ibu nifas yang mempunyai pengetahuan kurang.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan ibu nifas setelah diberikan edukasi kesehatan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan skor sebesar 65% pada indikator pengetahuan baik tentang manajemen asuhan pasca persalinan dan laktasi (dari 25% menjadi 90%). Peningkatan ini mengindikasikan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai pemeriksaan fisik.

Selain peningkatan pengetahuan, hasil observasi juga menunjukkan perubahan perilaku positif yang nyata. Para ibu mulai menerapkan praktik pemeriksaan fisik yang benar, seperti melakukan perawatan payudara untuk mencegah bendungan ASI, menjaga kebersihan perineum dengan benar, memahami tanda bahaya masa nifas. Hal ini menandakan bahwa edukasi tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada pembentukan perilaku sehat yang berkelanjutan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Yuliani et al. (2021) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku perawatan diri ibu nifas serta perawatan bayi baru lahir. Edukasi yang terstruktur dan interaktif membantu ibu memahami pentingnya praktik kebersihan dan pencegahan komplikasi selama masa nifas.

Peran bidan sebagai pendidik, motivator, dan pendamping sangat penting dalam keberhasilan program ini. Keterlibatan aktif bidan dalam memberikan informasi, menjawab pertanyaan peserta, serta memantau penerapan hasil edukasi di lapangan meningkatkan efektivitas kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif dan berbasis kebutuhan ibu menjadi kunci dalam keberhasilan intervensi kesehatan masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif baik dari aspek pengetahuan maupun perilaku. Keberhasilan program dapat dijadikan dasar untuk pengembangan kegiatan serupa di wilayah lain dengan menyesuaikan materi edukasi sesuai karakteristik dan kebutuhan masyarakat setempat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik di PMB Faulien Palembang terbukti meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu nifas dalam pemeriksaan fisik. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkala dan diperluas ke wilayah sekitar untuk memperkuat ketahanan kesehatan ibu dan bayi. Selain peningkatan pengetahuan, observasi juga menunjukkan adanya perubahan perilaku positif, antara lain ibu rutin melakukan pemeriksaan fisik dan perawatan payudara, menjaga kebersihan perineum serta memahami tanda bahaya masa nifas.

Kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan tentang pemeriksaan fisik yang dilakukan secara interaktif dan partisipatif efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku sehat ibu nifas. Peran aktif bidan sebagai pendidik dan pendamping sangat berpengaruh terhadap keberhasilan program.

Dengan demikian, kegiatan edukasi kesehatan ini dapat dijadikan model intervensi yang berkelanjutan dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi di masyarakat.

Diharapkan hasil penulisan laporan ini dapat mengembangkan pengetahuan ibu nifas di wilayah PMB Faulien Palembang tentang pemeriksaan fisik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusun mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Bdn. Juliana Widyastuti Wahyuningsih, SST, M. Kes selaku Ketua STIKes Budi Mulia Sriwijaya Palembang yang telah memberikan supportnya sehingga kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik. LPPM STIKes Budi Mulia Sriwijaya Palembang yang telah memfasilitasi kegiatan ini. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu

yang telah memberikan dukungan, bimbingan, saran dan kritik baik yang diberikan secara lisan maupun tertulis sehingga kegiatan ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, S. N., Rosyidah, R., Studi, P., Profesi, P., & Sidoarjo, U. M. (2024). Transforming maternal health through continuous midwifery care success in Indonesia Method. 1–11.
- Info, A. (2026). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kebidanan Optimal*. 3(1), 60–65.
- Kirana, P., Sari, E. P., & Sari, R. G. (2026). EFEKTIVITAS PEMBERIAN REBUSAN DAUN KELOR TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI IBU NIFAS DI PMB FAULIEN KECAMATAN GANDUS KOTA PALEMBANG TAHUN 2025. 15(1), 41–47.
- Sari, L. P. (n.d.). Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Kemandirian Ibu Postpartum. 5(1), 40–46.
- Suryanti, Y., Wijayanti, A., Mauluddina, F., Dewi, S. T., & Astari, M. (2025). Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Ibu Nifas Tentang Perawatan Diri Ibu dan Bayi Baru Lahir Melalui Edukasi Kesehatan di PMB Ferawati. 4(2), 9145–9148.
- Toy, S. M., Ndoen, E. M., Jillvera, H., & Ndun, N. (2024). Traditional beliefs and practices of postpartum care in rural East Nusa Tenggara , Indonesia. 13(4), 1783–1793. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v13i4.24294>
- World Health Organization. (2022). Who Recommendations On Maternal And Newborn Care For A Positive Postnatal Experience. In World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240045989>



**PENINGKATAN PENGETAHUAN MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN
“CERDAS MEMILIH ALAT KONTRASEPSI IUD DI PUSKESMAS CELIKAH OKI**

Erma Puspita Sari^{1*}, Lisba Holillah² Naja Muniroh³

^{1,2,3} Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa Palembang

Article Info

Article History:

Received May 08 2026

Revised May 23 2026

Accepted June 06 2026

Keywords:

Kesehatan reproduksi

IUD

Kontrasepsi

Keluarga berencana

Penyuluhan kesehatan

ABSTRAK

Penggunaan kontrasepsi jangka panjang masih menjadi tantangan dalam program keluarga berencana di Indonesia. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai alat kontrasepsi dalam rahim atau Intra Uterine Device (IUD), kekhawatiran terhadap efek samping, serta kurangnya pemahaman tentang keamanan penggunaannya menyebabkan rendahnya minat masyarakat memilih metode kontrasepsi jangka panjang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program “Cerdas Memilih Alat Kontrasepsi, IUD Aman” bertujuan meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur mengenai IUD sebagai metode kontrasepsi yang aman, efektif, dan jangka panjang. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Celikah, Kabupaten Ogan Komering Ilir, pada tanggal 15–17 Mei 2026 dengan melibatkan 25 peserta yang terdiri atas pasangan usia subur, akseptor KB, dan ibu usia reproduksi. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan reproduksi, edukasi tentang manfaat dan keamanan IUD, serta diskusi interaktif untuk mengatasi berbagai miskonsepsi terkait penggunaannya. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai fungsi, manfaat, efektivitas, dan keamanan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang. Program “Cerdas Memilih Alat Kontrasepsi, IUD Aman” terbukti dapat meningkatkan pemahaman masyarakat sehingga berpotensi mendukung peningkatan penggunaan kontrasepsi jangka panjang.

ABSTRACT

The use of long-term contraceptive methods remains a challenge in Indonesia's family planning program. Limited public knowledge about the Intrauterine Device (IUD), concerns regarding side effects, and inadequate understanding of its safety contribute to the low interest in choosing long-acting contraceptive methods. This community service program, entitled “Smart Contraceptive Choice, Safe IUD”, aimed to improve the knowledge of couples of reproductive age regarding the IUD as a safe, effective, and long-term contraceptive method. The activity was conducted at Celikah Community Health Center, Ogan Komering Ilir Regency, from May 15–17, 2026, involving 25 participants consisting of couples of reproductive age, family planning acceptors, and women of reproductive age. The methods included reproductive health education, counseling on the benefits and safety of IUD use, and interactive discussions to address misconceptions related to IUDs. The results showed an increase in participants' knowledge regarding the functions, benefits, effectiveness, and safety of IUDs as a long-acting contraceptive method. The “Smart Contraceptive Choice, Safe IUD” program was effective in enhancing community

understanding and has the potential to support increased utilization of long-term contraceptive methods.

**Corresponding Author: ermapuspita88@gmail.com*

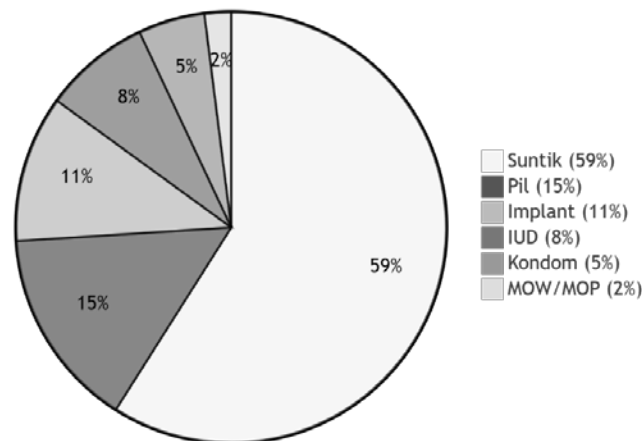
PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan bagian penting dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan perempuan dan keluarga. Salah satu program kesehatan reproduksi yang terus dikembangkan pemerintah adalah program keluarga berencana (KB) melalui penggunaan alat kontrasepsi yang aman, efektif, dan sesuai kebutuhan pasangan usia subur. Pemilihan metode kontrasepsi yang tepat berperan penting dalam mengatur jarak kehamilan, menurunkan angka kehamilan risiko tinggi, serta meningkatkan kesejahteraan keluarga. Salah satu metode kontrasepsi jangka panjang yang direkomendasikan adalah Intra Uterine Device (IUD) karena memiliki efektivitas tinggi dan tingkat kegagalan yang rendah (WHO, 2023).

Data World Health Organization menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi modern secara global mengalami peningkatan, namun pemanfaatan kontrasepsi jangka panjang masih lebih rendah dibandingkan kontrasepsi hormonal jangka pendek. WHO melaporkan bahwa penggunaan IUD memiliki efektivitas lebih dari 99% dalam mencegah kehamilan dan dinilai aman digunakan oleh sebagian besar perempuan usia reproduksi (WHO, 2023). Selain efektif, IUD juga memiliki masa penggunaan yang lebih lama sehingga dapat mengurangi risiko kehamilan yang tidak direncanakan.

Di Indonesia, penggunaan kontrasepsi masih didominasi oleh metode suntik dan pil. Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2023 menunjukkan bahwa penggunaan kontrasepsi suntik mencapai sekitar 59%, pil 15%, sedangkan penggunaan IUD masih berada di bawah 10% dari total akseptor KB nasional. Rendahnya pemanfaatan IUD menunjukkan bahwa kontrasepsi jangka panjang belum menjadi pilihan utama masyarakat meskipun memiliki efektivitas yang tinggi.

Grafik 1. Persentase Penggunaan Kontrasepsi di Indonesia Tahun 2023



Rendahnya penggunaan IUD dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai keamanan dan manfaat penggunaan alat kontrasepsi tersebut. Penelitian Lestari dan Handayani (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan usia reproduksi masih memiliki persepsi negatif terhadap IUD karena takut terhadap efek samping, prosedur pemasangan, serta anggapan bahwa IUD dapat menyebabkan infertilitas. Kurangnya informasi yang benar mengenai kontrasepsi jangka panjang menyebabkan masyarakat lebih memilih metode kontrasepsi hormonal jangka pendek.

Penelitian Rahmawati et al. (2023) menjelaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap positif masyarakat dalam memilih

kontrasepsi jangka panjang. Penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara langsung mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai efektivitas, keamanan, serta manfaat penggunaan IUD sebagai alat kontrasepsi yang aman dan efektif.

Kondisi tersebut juga ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Celikah Kabupaten Ogan Komering Ilir. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian pasangan usia subur masih belum memahami manfaat dan cara kerja IUD sebagai alat kontrasepsi jangka panjang. Beberapa peserta mengaku takut menggunakan IUD karena mendengar informasi yang kurang tepat mengenai efek samping dan risiko kesehatan reproduksi. Selain itu, sebagian peserta masih menganggap bahwa pemasangan IUD dapat menyebabkan rasa sakit dan mengganggu aktivitas sehari-hari.

Hasil wawancara awal menunjukkan bahwa sekitar 64% peserta belum memahami manfaat IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang. Selain itu, sekitar 56% peserta masih percaya bahwa penggunaan IUD dapat menyebabkan gangguan kesuburan, sedangkan 48% peserta belum mengetahui prosedur pemasangan dan keamanan penggunaan IUD. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan masyarakat masih menjadi faktor utama yang memengaruhi pemilihan metode kontrasepsi.

Penyuluhan kesehatan reproduksi menjadi salah satu upaya promotif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kontrasepsi IUD. Konsep "cerdas memilih alat kontrasepsi" menekankan pentingnya kemampuan pasangan usia subur dalam mengambil keputusan berdasarkan informasi yang benar mengenai efektivitas, keamanan, kenyamanan, dan kesesuaian metode kontrasepsi dengan kondisi masing-masing. Dengan pengetahuan yang memadai, masyarakat dapat memilih metode kontrasepsi yang paling sesuai sehingga penggunaan kontrasepsi menjadi lebih optimal dan berkelanjutan. Edukasi kesehatan yang dilakukan melalui komunikasi dua arah membantu peserta memperoleh informasi yang benar mengenai keamanan dan efektivitas penggunaan IUD. Penelitian Putri dan Wulandari (2021) menjelaskan bahwa kegiatan edukasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan minat pasangan usia subur dalam memilih kontrasepsi jangka panjang karena peserta lebih memahami manfaat penggunaan alat kontrasepsi tersebut.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan reproduksi mengenai "Cerdas Memilih Alat Kontrasepsi, IUD Sebagai Pilihan Aman dan Efektif" di Puskesmas Celikah Kabupaten Ogan Komering Ilir. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan pasangan usia subur mengenai manfaat, keamanan, dan efektivitas penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang sehingga masyarakat dapat memilih alat kontrasepsi secara tepat dan rasional.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas Celikah Kabupaten Ogan Komering Ilir pada tanggal 15–17 Mei 2026 dengan sasaran pasangan usia subur, akseptor keluarga berencana, dan ibu usia reproduksi. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 25 orang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemilihan alat kontrasepsi jangka panjang, khususnya Intra Uterine Device (IUD).

Tahap awal kegiatan dimulai dengan identifikasi masalah melalui observasi lapangan dan komunikasi dengan tenaga kesehatan di Puskesmas Celikah terkait rendahnya penggunaan kontrasepsi IUD di masyarakat. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang kurang mengenai manfaat, keamanan, dan efektivitas penggunaan IUD. Selain itu, ditemukan adanya ketakutan peserta terhadap efek samping serta prosedur pemasangan alat kontrasepsi tersebut.

Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukasi komunitas berbasis partisipatif yang menekankan keterlibatan aktif peserta selama proses penyuluhan berlangsung. Materi edukasi disampaikan melalui pemaparan kesehatan reproduksi menggunakan media leaflet dan gambar ilustratif mengenai jenis-jenis kontrasepsi, manfaat IUD, efektivitas penggunaan, indikasi dan kontraindikasi, serta prosedur pemasangan IUD yang aman. Penyampaian materi dilakukan dengan bahasa sederhana agar lebih mudah dipahami oleh peserta.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi kelompok dan tanya jawab secara terbuka. Pada sesi tersebut, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, kekhawatiran, serta persepsi yang berkembang di masyarakat mengenai penggunaan IUD. Diskusi dilakukan secara komunikatif sehingga peserta dapat memperoleh klarifikasi informasi secara langsung dari pemateri mengenai keamanan dan manfaat kontrasepsi jangka panjang.

Sebagai bentuk penguatan edukasi, peserta juga diberikan penjelasan mengenai perbandingan efektivitas antara kontrasepsi jangka pendek dan kontrasepsi jangka panjang. Pendekatan tersebut dilakukan agar peserta mampu memahami kelebihan penggunaan IUD dalam mencegah kehamilan secara lebih efektif dan efisien dibandingkan metode kontrasepsi lainnya.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terhadap tingkat partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung serta kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali materi yang telah diberikan. Penilaian juga dilakukan berdasarkan perubahan pemahaman peserta mengenai manfaat, keamanan, dan efektivitas penggunaan IUD sebagai alat kontrasepsi jangka panjang.

Data hasil kegiatan dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan tingkat pemahaman peserta sebelum dan setelah kegiatan edukasi dilakukan. Analisis tersebut digunakan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan kesehatan reproduksi dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pemilihan alat kontrasepsi IUD di wilayah kerja Puskesmas Celikah Kabupaten Ogan Komering Ilir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penyuluhan kesehatan reproduksi dengan tema “Cerdas Memilih Alat Kontrasepsi, IUD Sebagai Pilihan Aman dan Efektif” dilaksanakan di Puskesmas Celikah Kabupaten Ogan Komering Ilir pada tanggal 15–17 Mei 2026. Kegiatan ini diikuti oleh 25 peserta yang terdiri dari pasangan usia subur, akseptor keluarga berencana, dan ibu usia reproduksi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui penyuluhan kesehatan reproduksi, diskusi interaktif, serta edukasi mengenai manfaat dan keamanan penggunaan alat kontrasepsi IUD.

Materi penyuluhan meliputi pengertian kontrasepsi jangka panjang, manfaat penggunaan IUD, efektivitas IUD dibandingkan kontrasepsi hormonal jangka pendek, keamanan penggunaan IUD, prosedur pemasangan, serta penjelasan mengenai efek samping yang sering menjadi kekhawatiran masyarakat. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media leaflet dan gambar edukasi sehingga peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan.

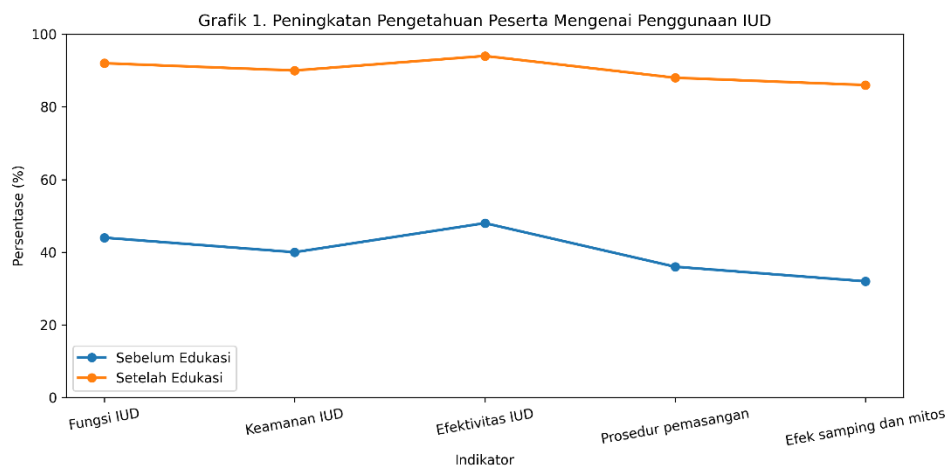
Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat aktif menyampaikan pertanyaan mengenai keamanan penggunaan IUD, kemungkinan terjadinya infertilitas, rasa nyeri saat pemasangan, serta pengaruh penggunaan IUD terhadap aktivitas sehari-hari. Sebagian peserta mengaku memperoleh informasi mengenai IUD dari lingkungan sekitar yang belum tentu benar sehingga menimbulkan ketakutan untuk menggunakan kontrasepsi jangka panjang tersebut.

Berdasarkan hasil observasi awal, pelaksana menemukan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki persepsi negatif terhadap penggunaan IUD. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian peserta menganggap bahwa IUD dapat berpindah tempat di dalam tubuh, menyebabkan gangguan kesuburan, serta menimbulkan rasa sakit berkepanjangan. pelaksana juga mengasumsikan bahwa rendahnya penggunaan IUD di masyarakat dipengaruhi oleh kurangnya akses informasi kesehatan reproduksi yang benar dan masih kuatnya pengaruh mitos terkait kontrasepsi jangka panjang.

Setelah kegiatan penyuluhan dan diskusi dilakukan, peserta mulai memahami bahwa IUD merupakan metode kontrasepsi yang aman, efektif, dan tidak menyebabkan infertilitas apabila digunakan sesuai prosedur medis. Peserta juga mulai memahami bahwa penggunaan IUD memiliki efektivitas tinggi dalam mencegah kehamilan dan dapat digunakan dalam jangka waktu panjang tanpa harus mengonsumsi kontrasepsi secara rutin setiap bulan.

Tabel 1.1 Peningkatan Pengetahuan Peserta Mengenai Penggunaan IUD

Indikator Pengetahuan	Sebelum Edukasi (%)	Setelah Edukasi (%)
Mengetahui fungsi IUD sebagai kontrasepsi jangka panjang	44%	92%
Memahami keamanan penggunaan IUD	40%	90%
Mengetahui efektivitas IUD dalam mencegah kehamilan	48%	94%
Memahami prosedur pemasangan IUD	36%	88%
Mengetahui efek samping dan mitos penggunaan IUD	32%	86%



Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta pada seluruh indikator setelah dilakukan penyuluhan kesehatan reproduksi. Peningkatan terbesar terlihat pada pemahaman peserta mengenai efektivitas penggunaan IUD dalam mencegah kehamilan serta keamanan penggunaan kontrasepsi jangka panjang tersebut. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi mampu membantu masyarakat memperoleh informasi yang benar mengenai penggunaan IUD.

Pengetahuan peserta mengenai fungsi IUD sebagai kontrasepsi jangka panjang meningkat setelah kegiatan edukasi dilakukan. Sebelum penyuluhan, sebagian peserta hanya mengetahui kontrasepsi suntik dan pil sebagai metode keluarga berencana yang umum digunakan. Setelah kegiatan berlangsung, peserta mulai memahami bahwa IUD merupakan alat kontrasepsi dengan efektivitas tinggi dan masa penggunaan yang lebih lama dibandingkan kontrasepsi hormonal jangka pendek. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2023) yang menjelaskan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pemahaman pasangan usia subur mengenai manfaat penggunaan kontrasepsi jangka panjang.

Pemahaman peserta mengenai keamanan penggunaan IUD juga mengalami peningkatan setelah dilakukan diskusi interaktif. Sebagian peserta sebelumnya merasa takut menggunakan IUD karena informasi yang berkembang di masyarakat mengenai risiko infertilitas dan rasa sakit saat pemasangan. Setelah diberikan penjelasan secara langsung, peserta mulai memahami bahwa pemasangan IUD dilakukan sesuai prosedur medis dan aman digunakan pada perempuan usia reproduksi. Penelitian Lestari dan Handayani (2022) menyebutkan bahwa ketakutan terhadap efek samping kontrasepsi sering kali dipengaruhi oleh kurangnya informasi kesehatan reproduksi yang akurat.

Peningkatan pengetahuan peserta mengenai efektivitas IUD menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mampu mengubah persepsi masyarakat terhadap kontrasepsi jangka panjang. Sebelum edukasi dilakukan, sebagian peserta menganggap bahwa penggunaan IUD kurang efektif dibandingkan kontrasepsi suntik. Setelah penyuluhan dilakukan, peserta memahami bahwa IUD memiliki tingkat efektivitas lebih dari 99% dalam mencegah kehamilan. Hasil tersebut didukung oleh penelitian Putri dan Wulandari (2021) yang menjelaskan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi dapat meningkatkan

minat akseptor KB dalam memilih kontrasepsi jangka panjang karena peserta memahami manfaat dan efektivitas penggunaannya.

Pemahaman mengenai prosedur pemasangan IUD juga meningkat setelah peserta memperoleh penjelasan langsung dari pemateri. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian peserta menganggap bahwa pemasangan IUD merupakan prosedur yang berbahaya dan menimbulkan rasa sakit berkepanjangan. Setelah edukasi dilakukan, peserta mulai memahami bahwa prosedur pemasangan dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih dan hanya membutuhkan waktu singkat. Penelitian Sari dan Wulandari (2022) menyatakan bahwa edukasi mengenai prosedur pemasangan kontrasepsi dapat mengurangi kecemasan masyarakat dalam memilih metode KB jangka panjang.

Pengetahuan peserta mengenai efek samping dan mitos penggunaan IUD juga mengalami perubahan setelah dilakukan diskusi. Sebelum kegiatan berlangsung, beberapa peserta percaya bahwa IUD dapat berpindah ke organ tubuh lain dan menyebabkan gangguan reproduksi. Setelah edukasi dilakukan, peserta mulai memahami bahwa informasi tersebut merupakan mitos yang tidak sesuai dengan fakta medis. Pelaksana mengasumsikan bahwa diskusi terbuka dan komunikasi dua arah menjadi faktor penting dalam membantu peserta mengklarifikasi informasi yang salah mengenai kontrasepsi IUD.

Berdasarkan pengamatan Pelaksana selama kegiatan berlangsung, pendekatan edukasi berbasis diskusi lebih efektif dibandingkan penyampaian materi satu arah karena peserta merasa lebih nyaman menyampaikan pertanyaan dan pengalaman pribadi terkait penggunaan kontrasepsi. Kondisi tersebut membuat peserta lebih mudah menerima informasi kesehatan reproduksi dan meningkatkan kepercayaan terhadap penggunaan kontrasepsi jangka panjang.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi ini menunjukkan bahwa edukasi dan diskusi interaktif mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat, efektivitas, dan keamanan penggunaan IUD sebagai alat kontrasepsi jangka panjang. Hasil ini sejalan dengan tema kegiatan "Cerdas Memilih Alat Kontrasepsi, IUD Sebagai Pilihan Aman dan Efektif", yang menekankan pentingnya kemampuan pasangan usia subur dalam memilih metode kontrasepsi berdasarkan informasi yang akurat dan pertimbangan yang rasional. Melalui peningkatan pengetahuan, peserta menjadi lebih memahami karakteristik, keunggulan, serta aspek keamanan IUD dibandingkan berbagai metode kontrasepsi lainnya, sehingga dapat mengambil keputusan yang lebih tepat sesuai dengan kebutuhan dan kondisi kesehatan masing-masing. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan tidak hanya membantu masyarakat memilih metode kontrasepsi secara tepat, tetapi juga meningkatkan penerimaan terhadap penggunaan IUD sebagai kontrasepsi jangka panjang yang aman, efektif, dan mendukung keberhasilan program keluarga berencana di masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui program "Cerdas Memilih Alat Kontrasepsi, IUD Sebagai Pilihan Aman dan Efektif" berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasangan usia subur mengenai manfaat, efektivitas, serta keamanan penggunaan IUD sebagai metode kontrasepsi jangka panjang. Edukasi dan diskusi interaktif membantu peserta memperoleh informasi yang benar, mengurangi miskonsepsi terkait IUD, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam memilih metode kontrasepsi yang sesuai. Program ini mendukung terciptanya keputusan yang lebih cerdas dalam pemilihan alat kontrasepsi guna menunjang keberhasilan program keluarga berencana.

Saran

1. Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kegiatan edukasi kesehatan reproduksi secara berkala agar masyarakat memperoleh informasi yang benar mengenai kontrasepsi jangka panjang, khususnya IUD.
2. Pasangan usia subur diharapkan lebih aktif mencari informasi kesehatan reproduksi dari sumber terpercaya sehingga tidak mudah terpengaruh oleh informasi atau mitos yang belum terbukti kebenarannya.
3. Puskesmas diharapkan dapat memperkuat layanan konseling keluarga berencana untuk membantu masyarakat memilih metode kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan dan kebutuhan keluarga.

4. Kader kesehatan dan petugas keluarga berencana diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan pendampingan dan motivasi kepada masyarakat mengenai pentingnya penggunaan kontrasepsi yang aman, efektif, dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Celikah Kabupaten Ogan Komering Ilir yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi ini sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2023). Profil program keluarga berencana Indonesia tahun 2023. Jakarta: BKKBN. <https://www.bkkbn.go.id>
- Handayani, R., & Putri, N. A. (2021). Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan pasangan usia subur tentang kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 102–110. <https://doi.org/10.36419/jki.v12i2.472>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil kesehatan Indonesia tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. <https://www.kemkes.go.id>
- Lestari, D., & Handayani, S. (2022). Faktor yang memengaruhi minat penggunaan kontrasepsi IUD pada pasangan usia subur. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 13(1), 45–53. <https://doi.org/10.22435/kespro.v13i1.5987>
- Manuaba, I. B. G. (2021). Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan keluarga berencana untuk pendidikan bidan. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. (2021). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, A. R., & Wulandari, N. (2021). Edukasi kesehatan reproduksi dalam meningkatkan minat akseptor KB terhadap kontrasepsi jangka panjang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 85–93. <https://doi.org/10.52022/jpkm.v4i2.215>
- Rahmawati, E., Sari, N., & Fitriani, D. (2023). Penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan kontrasepsi IUD pada pasangan usia subur. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(1), 54–62. <https://doi.org/10.14710/jpki.18.1.54-62>
- Saifuddin, A. B. (2022). Buku panduan praktis pelayanan kontrasepsi. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sari, M., & Wulandari, R. (2022). Persepsi pasangan usia subur terhadap penggunaan alat kontrasepsi dalam rahim (IUD). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(3), 211–219. <https://doi.org/10.26714/jkmi.17.3.2022.211-219>
- World Health Organization. (2023). Family planning and contraception report 2023. Geneva: WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>



**PENINGKATAN KESADARAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN
PERNIKAHAN DINI PADA REMAJA DI PMB SITI MASRURROH OKU TIMUR
TAHUN 2026**

Eka Afrika^{1*}, Dewi Sartika², Rini Sahara Dayana³
^{1,2,3} Universitas Kader Bangsa

Article Info

Article History:

Received : Jan 09, 2026

Revised : Jan 23, 2026

Accepted : Feb 06, 2026

Keywords:

Pernikahan dini
penyuluhan kesehatan
keluarga
Remaja
Pencegahan

ABSTRAK

Pernikahan dini masih menjadi permasalahan kesehatan dan sosial yang berdampak terhadap kesehatan reproduksi, pendidikan, kondisi psikologis, dan kesejahteraan remaja. Rendahnya pengetahuan keluarga mengenai dampak pernikahan dini menjadi salah satu faktor yang mendorong terjadinya praktik tersebut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga dalam mencegah pernikahan dini di wilayah kerja PMB Siti Masrurroh Ogan Komering Ulu Timur. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab kepada 30 peserta yang dipilih secara purposive sampling. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest dan posttest untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (40,0%) dan kurang (33,3%), sedangkan kategori baik hanya 26,7%. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang ditandai dengan meningkatnya kategori baik menjadi 80,0%, sementara kategori cukup dan kurang menurun menjadi masing-masing 16,7% dan 3,3%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman keluarga mengenai dampak pernikahan dini serta pentingnya peran orang tua dalam pengawasan dan pendampingan remaja. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran keluarga, diharapkan upaya pencegahan pernikahan dini dapat dilakukan secara lebih optimal sehingga mendukung tumbuh kembang remaja yang sehat, produktif, dan berkualitas.

ABSTRACT

Early marriage remains a public health and social problem that affects reproductive health, education, psychological well-being, and adolescent welfare. Limited family knowledge regarding the consequences of early marriage is one of the factors contributing to its occurrence. This community service activity aimed to improve family knowledge and awareness in preventing early marriage in the working area of PMB Siti Masrurroh, Ogan Komering Ulu Timur. The intervention was conducted through health education using lectures, discussions, and question-and-answer sessions involving 30 participants selected through purposive sampling. Evaluation was carried out using pretest and posttest questionnaires to assess changes in participants' knowledge before and after the intervention. The results showed

that prior to the education program, most participants had moderate (40.0%) and poor (33.3%) levels of knowledge, while only 26.7% had good knowledge. Following the intervention, the proportion of participants with good knowledge increased to 80.0%, while moderate and poor knowledge decreased to 16.7% and 3.3%, respectively. These findings indicate that health education was effective in enhancing family understanding of the impacts of early marriage and the importance of parental supervision and guidance for adolescents. Increased family knowledge and awareness are expected to strengthen efforts to prevent early marriage and support the development of healthy, productive, and high-quality adolescents.

Keywords: early marriage, family, health education, adolescents, prevention.

**Corresponding Author: (afrikaeka@gmail.com)*

PENDAHULUAN

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung tumbuh kembang remaja dan mempersiapkan mereka menuju kehidupan dewasa yang sehat, produktif, serta bertanggung jawab. Menurut teori perilaku kesehatan, pengetahuan dan kesadaran keluarga merupakan faktor penting yang memengaruhi sikap dan perilaku anak dalam mengambil keputusan terkait masa depannya (Rohana, 2018). Selain itu, teori perkembangan remaja menjelaskan bahwa masa remaja merupakan periode transisi yang memerlukan pendampingan, komunikasi, dan pengawasan yang baik dari keluarga agar terhindar dari berbagai perilaku berisiko, termasuk pernikahan dini (Sartika Lukman, 2024)

Namun, pernikahan dini masih menjadi salah satu permasalahan sosial dan kesehatan masyarakat yang cukup tinggi di Indonesia. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019, pernikahan dini adalah pernikahan yang dilakukan sebelum usia 19 tahun. Kejadian pernikahan dini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti rendahnya pendidikan, kondisi ekonomi keluarga, budaya masyarakat, pengaruh lingkungan, serta kurangnya pemahaman keluarga dan remaja mengenai dampak pernikahan usia dini (Muhari, 2025).

Pernikahan dini dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, baik dari aspek kesehatan, psikologis, sosial, maupun ekonomi. Remaja perempuan yang menikah pada usia muda berisiko lebih tinggi mengalami komplikasi kehamilan dan persalinan, anemia, melahirkan bayi stunting, hingga peningkatan risiko kematian ibu dan bayi. Dari sisi psikologis dan sosial, ketidaksiapan emosional pasangan usia muda dapat meningkatkan risiko konflik keluarga, kekerasan dalam rumah tangga, dan perceraian (WHO, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa pencegahan pernikahan dini memerlukan keterlibatan aktif keluarga sebagai lingkungan terdekat remaja (Rahayu & Hamsia, 2018)

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui penyuluhan dan edukasi kepada keluarga untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran mengenai dampak pernikahan dini dan pentingnya pendampingan remaja. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab yang membahas pengertian pernikahan dini, faktor penyebab, dampak yang ditimbulkan, serta strategi keluarga dalam melakukan pengawasan dan komunikasi yang efektif dengan remaja. Pendekatan ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan keluarga melalui penyuluhan dapat membantu mencegah terjadinya pernikahan dini pada remaja (Gusmawati et al., 2025).

Berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan bidan serta masyarakat di PMB Siti Masruroh, masih ditemukan rendahnya pemahaman keluarga mengenai dampak jangka panjang pernikahan dini terhadap kesehatan reproduksi, pendidikan, dan kesejahteraan sosial ekonomi remaja. Sebagian masyarakat masih menganggap pernikahan pada usia muda sebagai hal yang wajar dan dapat menjadi solusi terhadap permasalahan ekonomi maupun pergaulan remaja. Selain itu, komunikasi antara orang tua dan remaja terkait kesehatan reproduksi, perencanaan masa depan, dan kesiapan menikah masih belum optimal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keluarga memerlukan penguatan pengetahuan dan kesadaran agar mampu menjalankan peran preventif dalam mencegah terjadinya pernikahan dini pada remaja di wilayah PMB Siti Masruroh Ogan Komering Ulu Timur.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga mengenai bahaya pernikahan dini, memperkuat peran keluarga dalam mendampingi remaja, serta memberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi, pentingnya pendidikan, dan dampak sosial ekonomi akibat pernikahan dini. Melalui kegiatan ini diharapkan keluarga mampu berperan aktif dalam mencegah pernikahan dini dan mendukung perencanaan masa depan remaja yang lebih baik di PMB Siti Masruroh Ogan Komering Ulu Timur.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di PMB Siti Masruroh, Ogan Komering Ulu Timur, pada bulan April Tahun 2026. Kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga dalam mencegah pernikahan dini melalui penyuluhan kesehatan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif. Sasaran kegiatan adalah keluarga yang memiliki remaja, ibu rumah tangga, dan remaja yang berdomisili di wilayah sekitar PMB Siti Masruroh. Peserta dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria keluarga yang memiliki anak usia remaja dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 30 orang.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dibagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

1. Tahap Persiapan

ada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak PMB Siti Masruroh terkait waktu, tempat, dan sasaran kegiatan. Tim pengabdian juga melakukan identifikasi kebutuhan masyarakat melalui observasi awal dan diskusi dengan tenaga kesehatan setempat mengenai permasalahan pernikahan dini di wilayah tersebut. Selanjutnya dilakukan penyusunan materi penyuluhan, pembuatan media edukasi berupa leaflet dan presentasi, serta penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan yang berlangsung selama $\pm 60-90$ menit. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pengisian kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai pernikahan dini. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi menggunakan metode ceramah yang didukung media presentasi dan leaflet. Materi yang diberikan meliputi pengertian pernikahan dini, faktor penyebab, dampak kesehatan, psikologis, sosial, dan ekonomi, serta peran keluarga dalam mencegah pernikahan dini melalui komunikasi dan pengawasan terhadap remaja. Setelah pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif dan sesi tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada peserta menyampaikan pengalaman maupun permasalahan yang dihadapi terkait pengasuhan remaja.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh materi selesai disampaikan. Peserta diminta mengisi kuesioner posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan. Selain itu, tim pengabdian melakukan observasi terhadap partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung serta melakukan dokumentasi kegiatan sebagai bukti pelaksanaan. Hasil pretest dan posttest kemudian dibandingkan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta mengenai pentingnya peran keluarga dalam mencegah pernikahan dini.

Data yang digunakan dalam kegiatan ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari hasil pretest, posttest, observasi, dan dokumentasi kegiatan, sedangkan data sekunder diperoleh dari profil kesehatan wilayah, laporan instansi terkait, serta berbagai literatur yang mendukung pelaksanaan kegiatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata pretest dan posttest peserta. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi untuk menggambarkan tingkat keberhasilan kegiatan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga mengenai pencegahan pernikahan dini di PMB Siti Masruroh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta

Tabel 1.Karakteristik Peserta Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	30	100,0
Total	30	100,0
Usia		
26–35 Tahun	1	3,3
36–45 Tahun	18	60,0
46–55 Tahun	11	36,7
Total	30	100,0
Pendidikan Terakhir		
SD/Sederajat	8	26,7
SMP/Sederajat	10	33,3
SMA/Sederajat	12	40,0
Total	30	100,0
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	18	60,0
Petani/Pekebun	5	16,7
Wiraswasta	4	13,3
Karyawan Swasta	3	10,0
Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 1, seluruh peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjenis kelamin perempuan (100%), yang merupakan ibu atau orang tua yang memiliki anak usia remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa ibu memiliki peran dominan dalam mengikuti kegiatan edukasi terkait pengasuhan dan kesehatan keluarga.

Berdasarkan usia, sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 36–45 tahun sebanyak 18 orang (60,0%), diikuti kelompok usia 46–55 tahun sebanyak 11 orang (36,7%), dan kelompok usia 26–35 tahun sebanyak 1 orang (3,3%). Dari segi pendidikan, mayoritas peserta memiliki pendidikan terakhir SMA/ sederajat sebanyak 12 orang (40,0%), diikuti SMP/ sederajat sebanyak 10 orang (33,3%) dan SD/ sederajat sebanyak 8 orang (26,7%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar peserta merupakan ibu rumah tangga sebanyak 18 orang (60,0%). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa peserta merupakan kelompok yang memiliki peran penting dalam pengambilan keputusan dan pendampingan remaja di lingkungan keluarga sehingga sangat relevan sebagai sasaran kegiatan penyuluhan pencegahan pernikahan dini.

Tabel 1.1 Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Tingkat Pengetahuan	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Baik	8 (26,7%)	24 (80%)
Cukup	12 (40%)	5 (16,7%)
Kurang	10 (33,3%)	1 (3,3%)
Total	30 (100%)	30 (100%)

Berdasarkan Tabel 2, sebelum penyuluhan sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup sebanyak 12 orang (40,0%), sedangkan kategori baik sebanyak 8 orang (26,7%) dan kurang sebanyak 10 orang (33,3%). Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan bertambahnya peserta kategori baik menjadi 24 orang (80,0%). Sementara itu, kategori cukup menurun menjadi 5 orang (16,7%) dan kategori kurang menjadi 1 orang (3,3%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua remaja mengenai dampak pernikahan dini dan pentingnya peran keluarga dalam upaya pencegahannya

Pembahasan

Seluruh peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjenis kelamin perempuan (100%), yang merupakan ibu atau orang tua yang memiliki anak usia remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa ibu memiliki peran dominan dalam mengikuti kegiatan edukasi terkait pengasuhan dan kesehatan keluarga, yang sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa orang tua memiliki peranan vital dan utama dalam pembentukan keluarga yang harmonis serta mencegah pernikahan dini sejak balita hingga remaja (tika melyati sari, 2023). Berdasarkan usia, sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 36–45 tahun sebanyak 18 orang (60,0%), diikuti kelompok usia 46–55 tahun sebanyak 11 orang (36,7%), dan kelompok usia 26–35 tahun sebanyak 1 orang (3,3%). Dari segi pendidikan, mayoritas peserta memiliki pendidikan terakhir SMA/ sederajat sebanyak 12 orang (40,0%), diikuti SMP/ sederajat sebanyak 10 orang (33,3%) dan SD/ sederajat sebanyak 8 orang (26,7%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar peserta merupakan ibu rumah tangga sebanyak 18 orang (60,0%). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa peserta merupakan kelompok yang memiliki peran penting dalam pengambilan keputusan dan pendampingan remaja di lingkungan keluarga sehingga sangat relevan sebagai sasaran kegiatan penyuluhan pencegahan pernikahan dini. Penelitian terdahulu juga membuktikan bahwa penyebab terjadinya pernikahan dini dipengaruhi oleh faktor pendidikan dan pengetahuan orang tua serta pekerjaan orang tua, dan pengetahuan yang kurang, sikap yang mendukung serta peran orang tua menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya pernikahan dini (Eka Mustika et al., 2025).

Berdasarkan Tabel 2, sebelum penyuluhan sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup sebanyak 12 orang (40,0%), sedangkan kategori baik sebanyak 8 orang (26,7%) dan kurang sebanyak 10 orang (33,3%). Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan bertambahnya peserta kategori baik menjadi 24 orang (80,0%), sementara kategori cukup menurun menjadi 5 orang (16,7%) dan kategori kurang menjadi 1 orang (3,3%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua remaja mengenai dampak pernikahan dini dan pentingnya peran keluarga dalam upaya pencegahannya, yang konsisten dengan penelitian tentang efektivitas penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan dalam upaya pencegahan pernikahan dini pada remaja yang menunjukkan hasil signifikan dengan nilai $p=0,015$ (Ferusgel & Esti, 2022). Penelitian lain juga membuktikan bahwa kegiatan penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan, dan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya remaja dan orang tua, merupakan strategi efektif dalam mencegah terjadinya pernikahan di usia dini (Basri et al., 2025). Dengan pemahaman yang lebih menyeluruh terkait berbagai risiko dan dampak negatif pernikahan dini baik dari sisi kesehatan, psikologis, sosial, maupun pendidikan, masyarakat cenderung membuat keputusan yang lebih bijak (Sasarari et al., 2023).

Peran penting keluarga dalam upaya untuk mencegah pernikahan pada usia dini, yang penting bagi keluarga untuk menghadirkan lingkungan yang sehat serta mengajarkan prinsip dan norma tentang pernikahan pada anak-anak berusia remaja. Orang tua sebaiknya memberikan bekal pengetahuan yang tepat agar anak-anaknya setelah tumbuh dewasa bisa mengambil keputusan bijak tentang pernikahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 8 Fungsi Keluarga sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan keluarga terutama bagi anak remaja, di mana Fungsi Keagamaan, Fungsi Cinta Kasih dan Fungsi Sosialisasi dan Pendidikan lebih dominan diterapkan orang tua dalam mengarahkan anak remajanya agar tidak terjadi pernikahan dini (Siregar & Usiono, 2023) Komunikasi antarpribadi antara orang tua dan anak remaja lewat keterbukaan, kepercayaan dan empati akan membuat hubungan menjadi harmonis, dan kontrol orang tua terhadap aktivitas anak sangat diperlukan sebagai bentuk upaya pencegahan perilaku pergaulan bebas pada anak remaja. Orang tua juga jangan terlalu sibuk dalam mencari nafkah, sehingga melupakan pemberian perhatian dan kasih sayang pada anaknya, dan orang

tua harus berupaya selalu perhatian terhadap anak-anaknya, seperti menanyakan kegiatan yang dilakukan sang anak sehari-harinya (Fauziah, L., & Handayani, 2021).

Tingginya angka pernikahan dini yang terjadi di Indonesia menyebabkan beberapa kasus kekerasan seksual dan rumah tangga serta penurunan angka kesejahteraan pada anak. Dampak negatif dari pernikahan dini meliputi: dampak mental dan psikologis di mana pasangan belum siap secara mental dan psikologis, potensi kekerasan seksual dan rumah tangga, dan emosi labil dampak pendidikan berupa putus sekolah dan terenggutnya hak anak untuk belajar 12 tahun dampak kesehatan reproduksi berupa potensi anak menderita stunting, kurang nutrisi, kehamilan di usia muda, dan risiko kematian ibu dan anak (Pengadilan Agama Surabaya, 2022); dampak psikologis remaja di mana perempuan rentan depresi dan cemas, serta risiko tinggi mengalami kecemasan, depresi, dan pikiran untuk bunuh diri (Pengadilan Agama Surabaya., 2022); dan dampak kesehatan jangka panjang berupa penularan HIV dan penyakit menular seksual lainnya serta kanker leher rahim (Waleleng & Maltimo, 2018). Usia remaja memiliki risiko tinggi dalam mengalami kecemasan, depresi, dan pikiran untuk bunuh diri karena mental dan psikologis yang belum matang dan usia reproduksi yang sehat untuk hamil dan melahirkan ialah antara usia 20 tahun sampai 30 tahun, sedangkan usia di bawah itu memiliki risiko kematian ibu dan anak (Pengadilan Agama Surabaya., 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan PKM penyuluhan pencegahan pernikahan dini pada 30 ibu remaja di Palembang menunjukkan bahwa seluruh peserta perempuan (100%) dengan mayoritas berusia 36–45 tahun (60,0%), berpendidikan SMA (40,0%), dan ibu rumah tangga (60,0%), yang menegaskan peran dominan ibu dalam pengasuhan remaja. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan signifikan dengan kategori baik meningkat dari 26,7% menjadi 80,0%, sedangkan kategori kurang menurun dari 33,3% menjadi 3,3%. Hasil ini membuktikan penyuluhan efektif meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai dampak pernikahan dini dan peran keluarga dalam pencegahannya.

Saran

Penyuluhan perlu dilaksanakan berkelanjutan dengan frekuensi lebih dari satu kali, dilanjutkan monitoring-evaluasi berkala, melibatkan ayah secara aktif, menyesuaikan materi dengan tingkat pendidikan peserta menggunakan metode sederhana dan visual, serta mengembangkan program follow-up berupa kelas parenting atau forum diskusi ibu-ibu untuk memperkuat pengetahuan dan dukungan sosial di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada PMB Siti Masruroh yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh peserta penyuluhan, tokoh masyarakat, serta pihak-pihak yang telah membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan membangun kesadaran keluarga dalam mencegah pernikahan dini.

Selain itu, penulis menyampaikan apresiasi kepada institusi Universitas Kader Bangsa Palembang dan pihak yang telah memberikan dukungan finansial sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Basri, Wahyuni, A., & Lestaluhu, S. N. (2025). Edukasi Dampak Pernikahan Usia Dini Dalam Meningkatkan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gerakan Aksi Sehat Gesit*, 5(2), 370–379. https://journal.stikmks.ac.id/index.php/b/article/view/593?utm_source=chatgpt.com
- Eka Mustika, A., Andriyanti, A., & Djuari, L. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kehamilan Remaja Di Indonesia Tahun 2020-2025: Tinjauan Literatur. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(4), 1236–1243. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol4.iss4.2085>
- Fauziah, L., & Handayani, S. (2021). Dampak Pernikahan Dini Terhadap Tingkat Pendidikan Remaja di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 25(3), 245–256.
- Ferusgel, A., & Esti, E. D. (2022). EFEKTIVITAS PENYULUHAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM UPAYA PENCEGAHAN PERNIKAHAN DINI PADA REMAJA. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3, 659–664.
- Gusmawati, G., Fera Murwita, & Marniati, M. (2025). Dampak Pernikahan Dini yang Berhubungan dengan Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 3(3), 16–36. <https://jurnal.stikeskesosi.ac.id/index.php/Antigen/article/view/697>
- Muhari Muhari. (2025). Penerapan Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor I Tahun 1974 Tentang Perkawinan Terhadap Dispensasi Kawin di Pengadilan Agama Tuban. *Presidensial: Jurnal Hukum, Administrasi Negara, Dan Kebijakan Publik*, 2(1), 40–47. <https://doi.org/10.62383/presidensial.v2i1.444>
- Pengadilan Agama Surabaya. (2022). Peran orang tua terhadap pencegahan pernikahan dini. <https://www.pa-surabaya.go.id/article/Peran-Orang-Tua-Terhadap-Pencegahan--Pernikahan-Dini>
- Rahayu, A., & Hamsia, W. (2018). RESIKO KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) PADA PERNIKAHAN USIA ANAK DI KAWASAN MARGINAL SURABAYA. *Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 4, 80–92.
- Rohana, ns I. G. A. P. D. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*.
- Sartika Lukman. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Salnesia.
- Sasarari, Z. A., Achmad, V. S., Syahid, A., Naka, B., & Andani, N. (2023). Pengaruh Kualitas Pelayanan Home Care Terhadap Kepuasan Pasien Pendahuluan. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 80–86.
- Siregar, R. A. B., & Usiono. (2023). Peran Keluarga Terhadap Remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 27685–27689.
- tika melyati sari. (2023). PERAN ORANG TUA DALAM UPAYA PENCEGAHAN PERNIKAHAN DINI DI DESA GONILAN KECAMATAN KARTASURA KABUPATEN SUKOHARJO DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN AGAMA ISLAM. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, 53(1), 1–19. <http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jsames.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12>
- Waleleng, G. B., & Maltimo, B. I. (2018). Fungsi Keluarga Dalam Mencegah Persinkahan Usia Dini Sebagai Upaya Menekan Tingkat Fertilitas Di Kota Manado. *Acta Diura Komunikasi*, 7(4), 1–18.



WIRUSAHA MAHASISWA MELALUI PEMANFAATAN KANTIN KAMPUS

Puji Hastuti^{1*}, Septerina Purwandani Winarso², Wanodya Hapsari³, Fitria Zuhriyatun⁴

^{1,2,3,4} Poltekkes Kemenkes Semarang

Article Info

Article History:

Received : Jan 09, 2026

Revised : Jan 23, 2026

Accepted : Feb 06, 2026

Keywords:

Canteen

Entrepreneurship

Sudent

ABSTRAK

Kantin kampus selain tempat makan minum juga dapat menjadi pusat kegiatan sosial dan berkumpul bagi para civitas akademik bisa juga sebagai ruang belajar dan diskusi, pembelajaran akademik termasuk berwirausaha. Tujuan kegiatan pengabdian adalah memfasilitasi wirausaha mahasiswa dengan membentuk 6 kelompok wirausaha dan melaksanakan pelatihan, pendampingan, monitoring, evaluasi serta dokumentasi kegiatan. Kegiatan dilaksanakan dengan metode sosialisasi pada kelompok sasaran, pembentukan kelompok wirausaha dengan pemberian modal, melaksanakan pelatihan dan pendampingan dengan mengajarkan cara-cara berwirausaha, melakukan monitoring dan evaluasi serta dokumentasi kegiatan. Hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang telah dicapai adalah peningkatan pengetahuan pada peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan yaitu kategori kurang sebelum 8 % dan sesudah 0%, dan cukup sebelum 21 % dan sesudah 16 %, baik sebelum 71 % dan sesudah 84 %. Terbentuk kelompok wirausaha sejumlah 6 kelompok dengan masing-masing anggota 4 orang mahasiswa dan semua kelompok mendapat modal usaha. Terlaksananya pelatihan dan pendampingan pada kelompok wirausaha dengan mengajarkan cara-cara berwirausaha khususnya penyediaan makanan di kantin kampus yang bergizi dan higienis serta terjangkau di kalangan mahasiswa dan civitas akademika dan seluruh kelompok wirausaha mampu meningkatkan omset dari modal usaha yang diberikan. Saran diberikan kepada kelompok wirausaha untuk meningkatkan produk usahanya sehingga keuntungan dapat semakin meningkat.

ABSTRACT

The campus cafeteria, besides being a place to eat and drink, can also serve as a center for social activities and gatherings for the academic community, and it can also function as a space for learning and discussion, academic learning including entrepreneurship. The purpose of the community service activities is to facilitate student entrepreneurship by forming 6 entrepreneurial groups and carrying out training, mentoring, monitoring, evaluation, and documentation of activities. Activities are carried out through socialization methods with the target groups, formation of entrepreneurial groups with the provision of capital, conducting training and mentoring by teaching ways to do business, performing monitoring and evaluation, as well as documenting the activities. The results of the community service implementation that have been achieved are an increase in knowledge among participants before and after the activities, which is in the category of poor before 8% and after 0%, fair

before 21% and after 16%, and good before 71% and after 84%. Six entrepreneurial groups were formed, each consisting of 4 student members, and all groups received business capital. Trainings and mentoring were carried out for the entrepreneurial groups by teaching ways of entrepreneurship, particularly in providing nutritious, hygienic, and affordable food in the campus canteen for students and the academic community. All entrepreneurial groups were able to increase their turnover from the provided business capital. Suggestions were given to the entrepreneurial groups to improve their business products so that profits could continue to grow.

**Corresponding Author: pujihastuti@poltekkes-smg.ac.id*

PENDAHULUAN

Perkembangan kewirausahaan di lingkungan perguruan tinggi saat ini menjadi salah satu indikator penting dalam mendukung pencapaian Indikator Kinerja Utama (IKU), implementasi Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM), serta peningkatan daya saing lulusan. Perguruan tinggi, termasuk Politeknik Kesehatan (Poltekkes), dituntut tidak hanya menghasilkan lulusan yang kompeten secara akademik dan profesional di bidang kesehatan, tetapi juga mampu mencetak lulusan yang memiliki jiwa kewirausahaan, inovatif, dan mandiri (1). Pelaksanaan program pengembangan jiwa kewirausahaan masih menghadapi tantangan, terutama dalam inovasi produk dan pemanfaatan potensi lokal (2).

Permasalahan utama yang dihadapi adalah rendahnya minat kewirausahaan mahasiswa, keterbatasan keterampilan manajerial usaha, belum adanya sistem inkubasi bisnis yang terstruktur, serta minimnya pemanfaatan kompetensi kebidanan sebagai basis pengembangan produk bernilai ekonomi. Sebagian besar lulusan masih berorientasi sebagai tenaga kerja dibanding pencipta lapangan kerja.

Adapun kondisi dan permasalahan kewirausahaan di Poltekkes Kemenkes Semarang khususnya Prodi Kebidanan Purwokerto Program Diploma Tiga saat ini memiliki jumlah mahasiswa aktif sekitar 254 mahasiswa. Dari jumlah tersebut, mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan kewirausahaan berbasis ipteks masih relatif terbatas, yaitu sekitar ± 24 mahasiswa yang pada tahun 2025 dan beberapa alumni yang secara aktif merintis usaha baru baik yang berhubungan dengan dunia kebidanan maupun tidak.

Kantin menjadi bagian tak terpisahkan dari civitas akademik Kemenkes Poltekkes Semarang termasuk di Kampus 7 Purwokerto. Selain sebagai tempat menikmati makan siang, kantin juga dapat menjadi pusat kegiatan sosial dan berkumpul bagi para civitas akademik (Sunarya, 2019). Menyadari peranan penting kantin ini bagi warga kampus, maka Kemenkes Poltekkes Semarang terus mengembangkan fasilitas ini, termasuk peningkatan kualitas kantin yang ada. Kantin kampus 1 Kemenkes Poltekkes Semarang telah dibangun dengan fasilitas yang cukup memadai. Tidak hanya lapak untuk jualan, kantin dengan bangunan 2 lantai tersebut dibekali dengan fasilitas ruang makan dan bisa digunakan sebagai ruang diskusi. Bangunannya memenuhi persyaratan yang baik dengan kebersihannya yang terjaga serta memberikan kenyamanan bagi para pengunjungnya. Sarana untuk mahasiswa berwirausaha juga difasilitasi. Kampus 7 Kemenkes Poltekkes Semarang yang bertempat di Purwokerto merupakan salah satu kampus yang bernaung di bawah Kemenkes Poltekkes Semarang.

Di kampus 7 ini ada Jurusan Kesehatan Lingkungan yang memiliki 2 prodi yaitu sarjana terapan dan Diploma Tiga serta Prodi Kebidanan Purwokerto Program Diploma Tiga dan Prodi Radiologi Purwokerto Program Diploma Tiga. Jumlah seluruh mahasiswa di Kampus 7 mencapai sekitar 1000 mahasiswa. Di kampus 7 ini belum tersedia fasilitas kantin yang modern. Kantin yang ada masih berupa bangunan lama yang dimodifikasi menjadi lapak untuk berjualan. Bangunan tersebut belum layak sebagai fasilitas kantin di kampus. Masih perlu untuk direhab sebagai kantin yang tidak hanya sekedar lapak untuk urusan Lapak tersebut menyediakan berbagai jenis menu yang menjadi andalan warga kampus untuk sekedar pengganjal perut. Menu yang disediakan ada yang dimasak sendiri oleh penjual yang menempati lapak tersebut, ada juga berbagai makanan yang merupakan titipan untuk dijual dari berbagai penjual makanan termasuk juga mahasiswa. Ada beberapa jenis roti dan kue yang dibuat oleh mahasiswa dan dititipkan penjualannya di kantin.

Situasi seperti itu tentu saja masih memprihatinkan. Di tengah-tengah kebutuhan fasilitas belajar yang semakin meningkat. Mahasiswa membutuhkan fasilitas yang memadai, mencari tempat untuk

memenuhi kebutuhan nutrisinya yang tidak hanya higienis namun juga penuh nutrisi. Tidak hanya kebutuhan nutrisi yang terpenuhi tetapi keamanan dan kenyamanan. Kantin tidak hanya sekedar tempat makan tetapi juga sebagai ruang belajar dan diskusi. Tidak hanya pembelajaran akademik tetapi belajar berwirausaha juga. Sanitasi makanan merupakan usaha pencegahan yang mengutamakan kegiatan dan tindakan untuk menghindari segala bahaya yang dapat mengganggu kesehatan, mulai dari sebelum makanan dan minuman diproduksi, selama dalam proses pengolahan, penyimpanan, pengangkutan sampai pada saat dimana makanan dan minuman tersebut siap untuk dikonsumsi masyarakat (3) Kebutuhan nutrisi seperti makan siang civitas akademika di kampus 7 Kemenkes Poltekkes Semarang jika dihitung dengan mahasiswa sekitar 1000 dan pegawai sekitar 100 orang belum termasuk penghuni rumah dinas di dalam kampus sekitar 20 rumah, dengan kantin yang sekarang belum dapat memenuhi kebutuhan seluruhnya.

Masih terbuka lebar kesempatan untuk berwirausaha, termasuk kalangan mahasiswa. Kondisi perkuliahan dengan jadwal yang padat tidak memungkirkan merupakan salah satu peluang untuk mengembangkan kantin yang ada. Waktu istirahat yang tidak terlalu panjang menyebabkan mahasiswa akan lebih memanfaatkan kantin yang ada. Dengan fasilitas lebih layak, makanan lebih bervariasi dan sarana prasarana yang disediakan nyaman dan menyenangkan. Begitu juga dengan wirausaha oleh mahasiswa sendiri. Jumlah mahasiswa dan pegawai yang relatif banyak, merupakan satu peluang usaha tersendiri. Belajar berwirausaha dengan memproduksi atau hanya sekedar reseller tentu bisa merupakan masukan yang dapat diperhitungkan. Tidak hanya keuntungan yang didapat, pengalaman berwirausaha dan pengalaman belajar yang semakin terasah tentu merupakan satu prestasi yang tidak mudah diabaikan.

Kegiatan yang akan dilaksanakan dalam pengabdian masyarakat ini meliputi tahapan sosialisasi, pembentukan kelompok wirausaha mahasiswa, pelatihan dan pendampingan kelompok wirausaha mahasiswa dengan memberikan materi kewirausahaan dan evaluasi kegiatan. Kelompok wirausaha yang dibentuk akan dibekali dengan permodalan usaha dan sewa tempat yang ada di kantin.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan yaitu membuat jadwal kegiatan, menyusun ceklis evaluasi, menyiapkan surat menyurat perijinan, menghubungi nara sumber pelatihan dan melakukan penjajakan tempat kegiatan, peserta dan mendata sasaran pendampingan. Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah mahasiswa Prodi Kebidanan Purwokerto Program Diploma III yang tergabung dalam kelompok wirausaha mahasiswa. Pengabdian masyarakat dilaksanakan mulai bulan Mei sampai September 2025.

Selanjutnya melaksanakan sosialisasi pada kelompok sasaran, kemudian pembentukan kelompok wirausaha sejumlah 6 kelompok dengan masing-masing anggota 4 orang mahasiswa dan pemberian stimulan modal usaha, melaksanakan pelatihan dan pendampingan dengan mengajarkan cara-cara berwirausaha khususnya penyediaan makanan di kantin kampus yang bergizi dan higienis serta terjangkau di kalangan mahasiswa dan civitas akademika.

Tahapan berikutnya melakukan monitoring dan evaluasi serta dokumentasi kegiatan. Evaluasi dilaksanakan dengan mengumpulkan semua data hasil pengabdian masyarakat. Melaksanakan tanya jawab pada sosialisasi. Meminta peserta pengabdian masyarakat untuk mengisi post test pada saat pelaksanaan evaluasi dan menyusun laporan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Evaluasi jangka pendek yang dilaksanakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah Evaluasi terstruktur yaitu terlaksananya sosialisasi, pelatihan, pendampingan dan pengisian kehadiran oleh kelompok wirausaha mahasiswa. Terlaksananya pelatihan pembuatan snack pada kelompok wirausaha mahasiswa. Peserta hadir tepat waktu di tempat pelaksanaan sosialisasi dan peserta mengisi daftar hadir Sedangkan dalam evaluasi proses dilakukan pengecekan persiapan alat, tempat untuk sosialisasi, pelaksanaan pelatihan, pendampingan dan evaluasi telah dipersiapkan terlebih dahulu. Peserta aktif dan kooperatif dalam kegiatan sosialisasi, pelaksanaan, pendampingan dan evaluasi, tidak ada peserta yang meninggalkan ruangan tanpa alasan yang jelas dan adanya interaksi dalam sosialisasi, pelaksanaan pelatihan, pendampingan dan evaluasi yang dilaksanakan dalam kegiatan untuk mengevaluasi pemahaman mahasiswa. Untuk evaluasi hasil meliputi terlaksana sosialisasi, pelaksanaan pelatihan, pendampingan dan evaluasi. Sasaran menunjukkan kemampuan dalam pembuatan snack serta terdokumentasinya seluruh kegiatan pengabdian masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut :

Sosialisasi

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan sosialisasi pada kelompok sasaran yaitu mahasiswa Prodi Kebidanan Purwokerto Program Diploma Tiga. Sosialisasi yang dilaksanakan lancar dan tidak ada hambatan yang berarti. Mahasiswa sangat antusias dan mendukung adanya pengabmas tersebut. Materi yang diberikan pada sosialisasi tentang teknis pengabmas yang akan dilaksanakan, peran mahasiswa dalam pengabmas tersebut berkaitan dengan kewirausahaan mahasiswa. Beberapa testimoni yang diberikan oleh mahasiswa terkait dengan kegiatan ini diantaranya : “Keren sekali, cukup memberi informasi yang belum banyak saya ketahui”. Sangat memberi informasi dan bermanfaat, Sudah cukup bagus dan mudah dipahami, lebih ditingkatkan kembali agar mahasiswa memahami apa yang telah disampaikan”. Pada sosialisasi tersebut diukur pemahaman sasaran kegiatan tentang wirausaha mahasiswa melalui pemanfaatan kantin kampus dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1 Pengetahuan mahasiswa tentang wirausaha mahasiswa melalui pemanfaatan kantin kampus sebelum dan sesudah sosialisasi

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Kurang < 60	2	8	0	0
Cukup 61-80	5	21	4	16
Baik 81-100	17	71	20	84
Total	24	100	24	100

Sumber data : Hasil Survey Tahun 2025

Pengetahuan peserta sosialisasi wirausaha mahasiswa melalui pemanfaatan kantin kampus sebelum sosialisasi yang mendapatkan nilai kurang dari 60 ada 8 %, dan yang mendapatkan nilai cukup ada 21 % dan yang mendapatkan nilai baik ada 71 %. Sedangkan pengetahuan peserta sosialisasi wirausaha mahasiswa melalui pemanfaatan kantin kampus sesudah sosialisasi yang mendapatkan nilai kurang dari 60 tidak atau 0 %, dan yang mendapatkan nilai cukup ada 16 % dan yang mendapatkan nilai baik ada 84 %. Kondisi tersebut menjadi tanda adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang wirausaha. Pengetahuan berwirausaha berperan penting dalam kegiatan berwirausaha karena pengetahuan merupakan sumber atau premis dari aset yang dimiliki seseorang untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat sehingga lebih mudah dipahami.



Gambar 1 : Sosialisasi kegiatan pengabdian masyarakat kewirausahaan

Pelaksanaan Pembentukan Kelompok Wirausaha dan Pendampingan

Pembentukan kelompok wirausaha mahasiswa sejumlah 6 kelompok dengan masing-masing anggota setiap kelompok 4 orang mahasiswa. Pendampingan dilakukan dengan pemberian stimulan modal pada kelompok wirausaha untuk tiap kelompok sejumlah Rp 250.000,-.



Gambar 2 Menu yang direncanakan oleh kelompok wirausaha mahasiswa

Pelatihan

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan pembuatan snack yang dilaksanakan secara luring dengan mengundang seluruh mahasiswa yang tergabung dalam kelompok wirausaha mahasiswa. Pelatihan dilakukan dengan memberikan materi tentang hygiene sanitasi penjamah makanan untuk kantin kampus dengan narasumber Dr Tri Marthy Mulyasari, Str. Kl, M.Kl.. Materi diberikan dengan ceramah menggunakan alat bantu belajar LCD dan dibekali dengan modul. Setelah ceramah diberikan dibuka forum tanya jawab.

Mahasiswa sangat antusias dalam pelatihan tersebut. Mereka menyampaikan kesannya dengan menyatakan : “Narasumber nya sangat asik dan mudah di pahami, menyenangkan dan banyak mendapatkan informasi dan ilmu baru mengenai higiene dan sanitasi. Sangat baik dalam menjelaskan materi dan menyadarkan betapa pentingnya kebersihan makanan sangat mudah dimengerti dan hal apa yang sudah dijelaskan oleh bu sari sangat berkesan. Membuat kita lebih memperhatikan higiene dan sanitasi” Materi yang disampaikan sangat informatif dan membuka wawasan kami mengenai pentingnya menjaga sanitasi dan hygiene dalam pengolahan makanan. Pesan : Terima kasih atas ilmu yang telah dibagikan. Kami berharap pemateri terus menyebarkan pengetahuan ini agar semakin banyak orang yang sadar akan pentingnya menjaga kebersihan dalam pengolahan makanan”.

Selain itu diajarkan pula kepada kelompok wirausaha ini cara-cara berwirausaha khususnya penyediaan makanan di kantin kampus yang bergizi dan higienis serta terjangkau di kalangan mahasiswa dan civitas akademika. Pelatihan pembuatan snack tersebut sekaligus untuk menumbuhkan jiwa kewirausahaan pada mahasiswa. Pelatihan pembuatan kue diberikan oleh narasumber dari pelaku usaha (UMKM) sahra snack yaitu Reti Inani. Materi yang diberikan dalam pelatihan tersebut diharapkan dapat memberikan bekal kepada mahasiswa untuk brekreasi dan berupaya menumbuhkan jiwa kewirausahaan . Mahasiswa merasa senang dan menyampaikan testimoninya sebagai berikut : “Sangat menarik, menambah pengetahuan kita ttg cara pembuatan kue untuk narasumber 2 sangat asikk karena kita langsung praktik dan mencoba Cookiesnya. Bagus dan sudah baik, memberikan pengalaman yang sangat menarik dan bermanfaat melalui demonstrasi pembuatan American Soft Cookies. Sangat seru membuat cookies bersama dan mendapat pembelajaran tentang pembuatan kue untuk kantin kampus

Selanjutnya dalam pendampingan pada kelompok wirausaha, mereka membuat berbagai macam snack untuk dijual. Snack tersebut ada yang dijual secara langsung oleh kelompok wirausaha dan ada yang dititipkan pada penjual di kantin kampus. Dari 6 kelompok wirausaha semuanya bisa mengembangkan modal awal yang diberikan. Semuanya mendapatkan keuntungan dari hasil wirausahanya.



Gambar 3. Pelatihan Kewirausahaan Pembuatan Snack

Diskusi

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan sosialisasi pada kelompok sasaran. Sosialisasi ini diharapkan dapat membentuk komunitas wirausaha yang saling mendukung dan berbagi pengalaman dalam mengembangkan bisnis mereka Melalui pembentukan jaringan kewirausahaan, para pelaku usaha dapat memperluas pasar mereka serta meningkatkan daya saing produk lokal di tingkat regional maupun nasional. Selain itu, melalui sosialisasi ini, masyarakat akan diajak untuk memahami pentingnya etika dalam berbisnis (4).

Pembentukan kelompok wirausaha mahasiswa sejumlah 6 kelompok dengan masing-masing anggota setiap kelompok 4 orang mahasiswa. Pendampingan dilakukan dengan pemberian stimulan modal pada kelompok wirausaha. Dari 6 kelompok wirausaha semuanya bisa mengembangkan modal awal yang diberikan. Semuanya mendapatkan keuntungan dari hasil wirausahanya. wirausaha harus memiliki literasi atau pengetahuan yang baik tentang sistem perhitungan harga pokok, seperti pengetahuan tentang konsep dasar perhitungan harga pokok, komponen-komponen harga pokok yang meliputi biaya bahan baku, biaya produksi, biaya tenaga kerja dan biaya overhead (5).

Dalam kegiatan pendampingan pada kelompok wirausaha, mereka membuat berbagai macam snack untuk dijual. Snack tersebut ada yang dijual secara langsung oleh kelompok wirausaha dan ada yang dititipkan pada penjual di kantin kampus. Setelah pendampingan, wirausaha muda diharapkan dapat memahami dan menghitung harga pokok dengan benar serta menentukan margin laba yang tepat dalam menetapkan harga jual. Kemampuan pemahaman yang telah diperoleh hendaknya dapat terus diimplementasikan dalam menjalankan usaha (6).

Evaluasi

Evaluasi diberikan dalam kegiatan pengabdian kepada peserta. Evaluasi proses pada saat sosialisasi dengan mengukur pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Tujuan pengabdian telah tercapai yaitu terlaksananya sosialisasi dengan hasil adanya peningkatan pengetahuan pada peserta, terbentuknya 6 kelompok wirausaha dan mereka antusias serta mendukung dan bersedia ikut dalam kegiatan kelompok wirausaha mahasiswa. Terlaksananya kegiatan pelatihan serta pendampingan dalam wirausaha dimana semua kelompok wirausaha mampu mengembangkan stimulan modal yang diberikan.

Pembahasan

Wirasahawan adalah orang-orang yang memiliki kemampuan melihat dan menilai kesempatan-kesempatan bisnis; mengumpulkan sumber daya-sumber daya yang dibutuhkan untuk mengambil tindakan yang tepat, mengambil keuntungan serta memiliki sifat, watak dan kemauan untuk mewujudkan gagasan inovatif kedalam dunia nyata secara kreatif dalam rangka meraih sukses/meningkatkan pendapatan.

Seorang wirausaha harus memiliki potensi dan motivasi untuk maju dalam segala situasi dan kondisi, serta mampu mengatasi masalah yang timbul tanpa mengharapkan bantuan dari pihak lain. Sikap dan Perilaku sangat dipengaruhi oleh sifat dan watak yang dimiliki oleh seseorang. Sifat dan watak yang baik, berorientasi pada kemajuan dan positif merupakan sifat dan watak yang dibutuhkan oleh seorang wirasahawan agar wirasahawan tersebut dapat maju/sukses (7).

Pembekalan kewirausahaan merupakan salah satu aspek yang diberikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Hal tersebut untuk memicu pemikiran bagi mahasiswa khususnya anggota PIKMA agar memiliki orientasi tentang kewirausahaan. Orientasi kewirausahaan yang baik dapat membantu wirausaha untuk mengembangkan kemampuan mereka dalam memanfaatkan teknologi digital dan beradaptasi dengan perubahan di era digital. Studi literatur ini menyimpulkan bahwa orientasi kewirausahaan merupakan faktor penting yang perlu diperhatikan dalam mencapai kesuksesan wirausaha di era digital (8).

Optimalisasi potensi remaja sebagai pendukung kemajuan perekonomian negara perlu dilatih dan didampingi agar terarah dan memaksimalkan keterampilan remaja (9)

Semua bahan yang diolah menjadi jajanan harus dalam keadaan baik mutunya, segar dan tidak busuk. Salah satu penunjang kesehatan bagi civitas akademik pada makanan apa yang disajikan di lingkungan akademik atau pendidikan. Diantaranya adalah makanan yang dijual di kantin. Kantin semestinya merupakan salah satu tempat jajan yang menyediakan makanan serta camilan dan minuman yang sehat, aman, dan bergizi bagi civitas akademik. Salah satu isu kesehatan penting pada usaha kantin adalah praktik hygiene penjamah makanan. Praktik hygiene penjamah makanan perlu diperhatikan untuk menjaga kualitas makanan yang disediakan.

Menu yang disediakan di kantin adakalanya dimasak sendiri oleh penjual yang menempati lapak kantin. Ada juga berbagai makanan yang merupakan titipan untuk dijual dari berbagai penjual makanan termasuk juga mahasiswa. Ada beberapa jenis roti dan kue yang dibuat oleh mahasiswa dan dititipkan penjualannya di kantin. Fenomena tersebut tentu sangat menarik. Di tengah-tengah kesibukannya belajar, mahasiswa masih sempat menerapkan pembelajaran kewirausahaan. Walau kadang waktu dan modal yang menjadi kendala dalam mengembangkan usahanya. Untuk itu perlu kiranya jiwa wirausaha tersebut didorong dan difasilitasi agar mampu berkembang sehingga nantinya mahasiswa bisa menjadi manusia yang mandiri (10).

Mahasiswa membutuhkan fasilitas yang memadai, mencari tempat untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya yang tidak hanya higienis namun juga penuh nutrisi. Tidak hanya kebutuhan nutrisi yang terpenuhi tetapi keamanan dan kenyamanan. Kantin tidak hanya sekedar tempat makan tetapi juga sebagai ruang belajar dan diskusi. Tidak hanya pembelajaran akademik tetapi belajar berwirausaha juga. Pengalaman berwirausaha dan pengalaman belajar yang semakin terasah tentu merupakan satu prestasi yang tidak mudah diabaikan

Hasil evaluasi pengabdian masyarakat terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta. Peningkatan pengetahuan tersebut dari salah satu kegiatan yang dilaksanakan yaitu sosialisasi. Sosialisasi pembinaan karakter merupakan salah satu aspek penting bagi remaja dalam menemukan dan mengembangkan jati diri supaya tidak terburu-buru untuk melakukan pernikahan dini (8).

Pembentukan kelompok wirausaha mahasiswa, dan pendampingan mampu mengembangkan kegiatan kewirausahaan pada mahasiswa dimana seluruh kelompok berhasil memberikan keuntungan dan mengembangkan modal yang diberikan. Mahasiswa berharap pendampingan kewirausahaan terus dilaksanakan sehingga kelompok wirausaha yang sudah terbentuk dapat lebih berkembang dan memberikan dampak positif dalam meningkatkan kualitas mahasiswa yang mandiri, sehat dan produktif serta meningkatkan nilai ekonomi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan mulai dari sosialisasi dan pembentukan kelompok wirausaha mahasiswa dan terjadi peningkatan pengetahuan pada mahasiswa. Terlaksananya pelatihan dengan pemberian materi tentang hygiene sanitasi bagi penjamah makanan untuk kantin kampus dan pembuatan snack. Semua kelompok yang mendapatkan pendampingan modal kewirausahaan berhasil mengembangkan modal. Evaluasi yang dilaksanakan menunjukkan bahwa mahasiswa senang dengan kegiatan yang ada dan berharap dapat mengembangkan kegiatan yang telah dilaksanakan.

Dampak dari kegiatan pengabdian masyarakat ini selain meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mahasiswa untuk berwirausaha dan membuat snack yang sehat, mereka juga dapat menikmati keuntungan dari hasil wirausahanya sehingga memberikan nilai tambah secara ekonomi.

Untuk pengembangan lebih lanjut lebih meningkatkan kerja sama dengan pihak terkait seperti unit bisnis Direktorat dan Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas sehingga kelompok wirausaha dapat terus meningkatkan kualitasnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Semarang yang telah mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang telah memfasilitasi dan membantu dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. DF. K. *Entrepreneurship: Theory, Process, Practice*. 10th ed. Boston: Cengage Learning; 2019.
2. Makkiyah. Inovasi Permen Daun Kelor sebagai Strategi Penguatan Santripreneur Berbasis Kearifan Lokal. *Ngarsa*. 2025;5(1):55–62.
3. Kemenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan RI No 1096/Menkes/Per/VI/2011 Tentang Higiene Sanitasi Jasaboga. 2011;
4. Raya DANK. LEGALITAS PADA UMKM DI LINGKUNGAN KOTA PONTIANAK. 2024;1(2):81–6.
5. Latifiana D. Studi literasi keuangan pengelola usaha kecil menengah (UKM). In: Seminar Nasional Pendidikan Ekonomi Dan Bisnis 2017. Sebelas Maret University; 2017.
6. Lusiawati, L., Elisanovi, E., Syaferi, J., Muklis, F., & Azzahra AS. Meningkatkan Keuntungan Wirausaha Muda Pekanbaru: Literasi dalam Menentukan Harga Pokok dan Harga Jual. *Community Insight J Pengabdian Masyarakat*. 2024;1(01):28-36.
7. Hastuti, P., Nurofik, A. D. Kewirausahaan dan UMKM. Vol. 53, *Journal of Chemical Information and Modeling*. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2020. 226 hal.
8. Hastuti Puji. Pelatihan dan Pendampingan Pembuatan Snack Untuk Anak Stunting pada Pusat Informasi dan Konseling Mahasiswa. *Communnity Dev J*. 2023;4(6):13049.
9. Mastuti, D. N., T.D.K.W, Y., Rahayu, B. S., & Santosa J. IMPLEMENTASI PEMASARAN DIGITAL DAN APLIKASI AKUNTANSI DI PUSAT INFORMASI KONSELING REMAJA BANJARSARI. *Mafaza J Pengabdian Masy*. 2023;3(1):25–34.
10. Rahmawati U, Subandrian DN, Gizi J, Semarang PK. *Jurnal Riset Gizi*. 2020;8(1):6–10.

OPTIMAL: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Ilmu Kebidanan merupakan jurnal yang fokus pada publikasi hasil pengabdian kepada masyarakat di bidang kebidanan. Dikelola oleh PT Optimal Untuk Negeri, jurnal ini menjadi wadah bagi para praktisi, akademisi, dan peneliti untuk berbagi pengalaman dan pengetahuan guna meningkatkan kualitas layanan kebidanan di masyarakat.

Melalui jurnal ini, diharapkan dapat terwujud pertukaran informasi dan inovasi di bidang kebidanan yang berdampak positif terhadap kesehatan ibu dan anak. Jurnal PKM Kebidanan juga bertujuan menginspirasi pengembangan program-program kebidanan yang efektif dan bermanfaat bagi masyarakat luas.

ISSN 3064-2051

