
Edukasi Pra-Nikah untuk Mencegah Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)

Agusta Dian Ellina^{1*}, Whaisna Switaningtyas², Susmini³

^{1,3}Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas STRADA Indonesia, Jawa Timur, Indonesia

Jl. Manila No.37, Tosaren, Kec. Pesantren, Kota Kediri, Jawa Timur 64123 Indonesia

²Prodi Keperawatan, STIKes Maharani Malang, Jawa Timur, Indonesia

Jl. Akordion Selatan No.8B, Mojolangu, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65143 Indonesia

*Email Korespondensi: flowerensia@gmail.com

Abstract

Low Birth Weight (LBW) is an important indicator of infant health and remains a major public health problem, particularly in developing countries. Infants with LBW are at higher risk of neonatal complications, growth and developmental delays, infections, and non-communicable diseases later in life. Therefore, LBW reflects not only maternal and child health conditions but also preconception health readiness. Prevention efforts should not be limited to pregnancy but also focus on preconception factors influencing pregnancy outcomes. This community service activity aimed to improve knowledge and preconception health readiness among prospective couples. The activity was conducted at Wagir Primary Health Center, Malang Regency, Indonesia, from January 5 to 17, 2026. The target participants were prospective brides and grooms receiving pre-marital health services. Methods included health education, individual and small-group counseling based on health screening results, and interactive discussions. Educational media consisted of leaflets, posters, and simple presentation materials. Data were collected through observation, discussion feedback, and counseling interactions, then analyzed descriptively. The results showed an increase in participants' understanding of preconception risk factors associated with LBW, including anemia, chronic energy deficiency, obesity, and diabetes mellitus. Participants also demonstrated improved awareness of the importance of maintaining nutritional status and health before pregnancy. Pre-marital education based on individual health risk screening is effective in improving knowledge and preconception readiness among prospective couples and has the potential as a preventive strategy to reduce LBW incidence in primary health care settings.

Keywords: *health screening, low birth weight, pre-marital education, prospective couples*

Abstrak

Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) merupakan indikator penting kesehatan bayi dan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat, khususnya di negara berkembang. Bayi dengan BBLR berisiko mengalami komplikasi neonatal, gangguan tumbuh kembang, serta penyakit tidak menular di masa dewasa. Pencegahan BBLR tidak hanya difokuskan pada masa kehamilan, tetapi juga pada kondisi prakonsepsi yang berpengaruh terhadap luaran kehamilan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesiapan kesehatan prakonsepsi pada calon pengantin. Kegiatan dilaksanakan di UPT Puskesmas Wagir, Kabupaten Malang, pada tanggal 5–17 Januari 2026, dengan sasaran 74 calon pengantin yang mendapatkan pelayanan kesehatan pra-nikah. Evaluasi peningkatan pengetahuan dilakukan pada 47 peserta yang mengikuti kegiatan secara lengkap melalui pengukuran sebelum dan sesudah edukasi. Metode yang digunakan meliputi edukasi kesehatan, konseling individu dan kelompok kecil berbasis hasil skrining, serta diskusi interaktif. Media yang digunakan berupa leaflet, poster, dan bahan presentasi sederhana. Data dikumpulkan melalui observasi, umpan balik diskusi, dan interaksi konseling, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman calon pengantin

mengenai faktor risiko prakonsepsi terkait BBLR, seperti anemia, kekurangan energi kronis, obesitas, dan diabetes melitus. Peserta juga menunjukkan peningkatan kesadaran dalam menjaga status gizi dan kesehatan sebelum kehamilan. Edukasi pra-nikah berbasis skrining risiko kesehatan individu efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan prakonsepsi calon pengantin, serta berpotensi sebagai strategi preventif dalam menurunkan kejadian BBLR di layanan kesehatan primer.

Kata Kunci: berat badan lahir rendah, edukasi pra-nikah, kesehatan prakonsepsi, pencegahan BBLR, skrining kesehatan

PENDAHULUAN

Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) merupakan salah satu indikator dalam derajat kesehatan bayi dan masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia¹. Bayi dengan BBLR berkontribusi meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas neonatal, gangguan tumbuh kembang anak, serta berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia². Dalam sudut pandang pembangunan kesehatan, kejadian BBLR tidak hanya mencerminkan masalah kesehatan ibu dan anak, tetapi juga kualitas kesiapan reproduksi sebelum kehamilan³. Bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) dapat berdampak serius pada kesehatan bayi, termasuk stunting. Mengacu pada Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, prevalensi BBLR di Indonesia sebesar 6,0%. Selain itu, berdasarkan estimasi WHO dan UNICEF, prevalensi prematur di Indonesia sekitar 10%⁴.

Pendekatan pencegahan BBLR selama ini lebih banyak difokuskan pada periode kehamilan,⁵. Berbagai bukti ilmiah menunjukkan bahwa kondisi pra-kehamilan memiliki peran penting dalam menentukan kualitas kehamilan, termasuk berat badan lahir⁶. Faktor pra-kehamilan seperti status gizi, usia saat hamil, status anemia, penyakit kronis, perilaku kesehatan, tingkat pendidikan, serta kondisi sosial ekonomi calon ibu terbukti berkontribusi terhadap risiko terjadinya BBLR. Oleh karena itu, perencanaan kesehatan sebelum kehamilan menjadi strategi preventif yang efektif dan berkelanjutan⁷.

Calon pengantin merupakan kelompok strategis dalam pencegahan BBLR karena berada pada fase perencanaan kehamilan⁸. Hasil praktik lapang penunjang disertasi di UPT Puskesmas Wagir menunjukkan bahwa cakupan pelayanan skrining kesehatan calon pengantin relatif tinggi, namun pemanfaatan hasil skrining sebagai dasar edukasi dan tindak lanjut pencegahan risiko BBLR belum optimal. Ditemukan masih adanya calon pengantin perempuan dengan anemia, kekurangan energi kronis (KEK), obesitas, dan diabetes melitus yang berpotensi meningkatkan risiko BBLR⁹. Siklus terjadinya BBLR dapat terjadi dari awal pasangan usia subur atau calon pengantin, dimana kurangnya pengetahuan tentang pentingnya pemenuhan nutrisi dapat menyebabkan terjadinya anemia dalam kehamilan yang mengakibatkan asupan makanan tidak cukup dan perkembangan janin terganggu¹⁰. Namun, pelaksanaan di lapangan banyak menghadapi tantangan, khususnya keterbatasan skrining faktor risiko pra-kehamilan yang menyeluruh dan berbasis bukti dalam kaitannya dengan pencegahan BBLR¹¹.

Sebagai fasilitas layanan kesehatan primer, puskesmas memiliki peran utama dalam mencegah BBLR sejak fase pra-kehamilan⁹. Wilayah kerja puskesmas Wagir kabupaten Malang memiliki karakteristik demografi dan sosial ekonomi yang beragam, yang berpotensi memengaruhi status kesehatan pra-kehamilan calon pengantin. Hingga saat ini, kajian yang menganalisis faktor secara spesifik risiko pra-kehamilan pada calon pengantin dan keterkaitannya dengan kejadian BBLR di wilayah kerja Puskesmas Wagir masih terbataas.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan promotif-preventif berbasis siklus kehidupan (life course approach) dengan edukasi dan konseling. Sasaran kegiatan adalah 74 calon pengantin yang terdaftar dan memperoleh pelayanan kesehatan pra nikah di UPT Puskesmas Wagir, Kabupaten Malang. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 5–17 Januari 2026 dan meliputi edukasi kesehatan serta konseling individual dan kelompok kecil yang disesuaikan dengan hasil skrining risiko kesehatan. Materi edukasi mencakup pengertian dan dampak BBLR, faktor risiko pra-kehamilan seperti anemia, kekurangan energi kronis, obesitas, diabetes melitus, serta pentingnya menjaga status gizi dan perilaku hidup sehat sebelum kehamilan. Media yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi leaflet, poster edukasi, dan bahan presentasi sederhana. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran tingkat pengetahuan calon pengantin sebelum dan sesudah edukasi, serta observasi dan diskusi selama kegiatan berlangsung. Data dianalisis secara deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dan konseling pra-nikah dilaksanakan secara terintegrasi dengan layanan kesehatan pra-nikah rutin di UPT Puskesmas Wagir. Edukasi diberikan berdasarkan hasil skrining individu sehingga pesan kesehatan yang disampaikan lebih spesifik dan sesuai dengan kondisi masing-masing peserta.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman di antara calon pasangan mengenai faktor risiko prakonsepsi yang terkait dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Peserta menunjukkan peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga status gizi yang memadai, mencegah anemia, dan mengelola kondisi kronis sebelum kehamilan. Selain itu, komunikasi antara petugas kesehatan dan peserta menjadi lebih efektif karena pendekatan personal dan interaktif yang digunakan selama sesi konseling. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis skrining kesehatan individu efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta secara signifikan.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Kesehatan

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Edukasi n (%)	Sesudah Edukasi n (%)
Kurang	36 (76,6%)	0 (0%)
Baik	11 (23,4%)	47 (100%)
Total	47 (100%)	47 (100%)

Tabel menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan skrining calon pengantin. Sebelum edukasi, sebagian besar responden (76,6%) memiliki pengetahuan kurang tentang penyebab berat bayi lahir rendah, sedangkan setelah edukasi seluruh responden (100%) memiliki pengetahuan yang baik.

Peningkatan pengetahuan calon pengantin setelah edukasi menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis skrining kesehatan individu efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai faktor risiko BBLR. Hasil ini sejalan dengan penelitian¹², yang menunjukkan bahwa intervensi edukatif pada fase prakonsepsi dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko yang memengaruhi luaran kehamilan, termasuk kejadian BBLR.

Keberhasilan program didukung oleh beberapa faktor, yaitu integrasi kegiatan dengan pelayanan kesehatan pra-nikah yang telah berjalan rutin di puskesmas, penggunaan media edukasi yang sederhana dan mudah dipahami, serta pelaksanaan konseling

individual berdasarkan hasil skrining kesehatan masing-masing peserta,¹³. Pendekatan personal memungkinkan peserta memperoleh informasi yang lebih relevan dengan kondisi kesehatannya sehingga meningkatkan motivasi untuk melakukan perubahan perilaku.

Luaran kegiatan tidak hanya berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga meningkatnya kesadaran calon pengantin mengenai pentingnya menjaga status gizi, mencegah anemia, mengendalikan berat badan, serta melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum kehamilan. Kesadaran ini merupakan modal penting dalam upaya pencegahan BBLR sejak fase prakonsepsi,¹⁴.

Meskipun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan. Evaluasi yang dilakukan masih berfokus pada peningkatan pengetahuan jangka pendek dan belum dapat mengukur perubahan perilaku maupun dampaknya terhadap kejadian BBLR di masa mendatang,¹⁵. Selain itu, jumlah peserta yang mengikuti evaluasi lengkap masih terbatas sehingga diperlukan kegiatan tindak lanjut dengan periode pemantauan yang lebih panjang.



Gambar 1. pemeriksaan dan Edukasi Catin

KESIMPULAN

Edukasi pra-nikah berbasis skrining kesehatan individu pada calon pengantin di UPT Puskesmas Wagir efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai faktor risiko

prakonsepsi yang berhubungan dengan kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Kegiatan ini menunjukkan bahwa calon pengantin merupakan kelompok sasaran strategis dalam upaya pencegahan BBLR melalui peningkatan kesiapan kesehatan sebelum kehamilan. Oleh karena itu, integrasi edukasi dan konseling berbasis hasil skrining dalam pelayanan kesehatan pra-nikah perlu terus diperkuat sebagai bagian dari strategi promotif dan preventif di layanan kesehatan primer.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada UPT Puskesmas Wagir, Kabupaten Malang, atas dukungan dan fasilitas yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada tenaga kesehatan serta seluruh calon pengantin yang telah berpartisipasi aktif.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas STRADA Indonesia atas dukungan institusional sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ambreen, S., Yazdani, N., Alvi, A. S., Farrukh, M. & Hoodbhoy, Z. Hubungan status gizi ibu dan bayi baru lahir kecil untuk usia kehamilan di komunitas pinggiran kota Karachi , Pakistan : temuan dari studi PRISMA. 3, 1–8 (2024).
2. Mayunita, A. Analysis of risk factors for low birth weight (LBW) in the work area of the Setu II Bekasi Health Center. 5, 62–71 (2024).
3. Ramadityo, D. Kenali faktor-faktor penyebab berat badan lahir rendah. Ayo Sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia <https://ayosehat.kemkes.go.id/kenali-faktor-faktor-penyebab-berat-badan-lahir-rendah> (2022).
4. Kemenkes. Upaya pencegahan bayi lahir prematur. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia <https://kemkes.go.id/id/upaya-pencegahan-bayi-lahir-prematur> (2023).
5. Jalaludin, J. & Abd, K. H. Heliyon. 10, (2024).
6. Nur, M., Rajab, A., Haruna, N., Darmawansyih, R. R. & Sewang, A. Pengendalian kasus berat badan lahir rendah (bblr) dengan pendekatan asset based community development (abcd) Di Puskesmas Tamangapa Kota Makassar : Program Studi Pendidikan Dokter UIN Alauddin Makassar. 3, 168–177 (2022).
7. Winancy. Determinan berat badan lahir rendah. (CV Jejak, anggota IKAPI PT Qiawa Akademisi Books, 2025).
8. Retno Suharno, S. P. Pendampingan keluarga bagi calon pengantin (CATIN). (Jakarta, 2021).
9. Andriani, M., & Wirjatmadi, B. Pengantar gizi masyarakat. Kencana pranada media grup. (2013).
10. BKKBN (2021). Pendampingan keluarga bagi calon pengantin. pusediklatKKb https://lms-elearning.bkkbn.go.id/pluginfile.php/18041/mod_resource/content/1/6.Bahan_Tayang_-_Pendampingan_keluarga_Bagi_Calon_Pengantin.pdf (2021).
11. Mei, N., Dengan, K. E. K., Pada, A., Pengantin, C. & Puskesmas, D. I. SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. 2, 1442–1450 (2023).
12. Nirmaya, Z. A. et al. Pengetahuan ibu tentang bayi berat badan lahir rendah di wilayah kerja puskesmas semanding. 73–84 (2023).
13. Nurjannah, S. N., & Heriana, C. Studi epidemiologi pelayanan kesehatan ibu dan anak (kia) dan kesehatan reproduksi: analisis data profil kesehatan Desa Ciberung Kecamatan Selajambe Kab. Kuningan. 1, 25 (2020).
14. Xi, C., Luo, M., Wang, T., Wang, Y. & Wang, S. Akses terbuka hubungan antara

- faktor gaya hidup ibu dan berat badan lahir rendah pada kelahiran prematur dan cukup bulan : studi kasus-kontrol Machine Translated by Google. 1–9 (2020).
15. Damayanti Lubis, Y. Asuhan kebidanan kesehatan reproduksi pada nn. R dengan premenstrual syndrome type a di Pmb Nurliani Desa Pudun Jae Tahun 2020. 2020 (2020).