

PERAN BIDAN DALAM KONSELING PRAKONSEPSI UNTUK MENCEGAH KEHAMILAN BERISIKO

Arum Dwi Anjani^{1*}, Devy Lestari Nurul Aulia², Nasywa Putri Octafera³

Universitas Batam^{1,2,3}

*Corresponding Author : arum.dwianjani05@univbatam.ac.id

ABSTRAK

Kehamilan yang aman dan sehat merupakan harapan setiap pasangan suami istri. Namun, di lapangan masih ditemukan banyak kasus kehamilan yang terjadi tanpa perencanaan matang, sehingga meningkatkan risiko bagi ibu dan janin. Kehamilan berisiko dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti kelahiran prematur, perdarahan, preeklamsia, bahkan peningkatan angka kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, upaya pencegahan kehamilan berisiko menjadi sangat penting, salah satunya melalui konseling prakonsepsi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran bidan dalam konseling prakonsepsi guna mencegah kehamilan berisiko. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik library research, yaitu mengkaji berbagai literatur yang relevan dengan topik penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bidan memiliki peran strategis dalam konseling prakonsepsi, yang mencakup dukungan psikologis dan emosional, perencanaan keluarga, pengelolaan faktor risiko, pemberian imunisasi dan suplemen, edukasi kesehatan gizi, serta penilaian kesehatan reproduksi. Melalui konseling ini, pasangan dapat memahami pentingnya pola hidup sehat sebelum kehamilan serta mengurangi faktor risiko yang dapat memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Kesimpulannya, bidan berperan penting dalam memberikan edukasi dan pendampingan bagi pasangan usia subur untuk meningkatkan kesiapan mereka dalam menghadapi kehamilan yang sehat. Diperlukan dukungan lebih lanjut dari berbagai pihak untuk meningkatkan kualitas dan akses layanan konseling prakonsepsi. Penelitian lanjutan direkomendasikan dengan pendekatan studi kasus atau penelitian lapangan guna memperoleh data yang lebih mendalam dan kontekstual.

Kata kunci : bidan, kehamilan berisiko, konseling, prakonsepsi

ABSTRACT

A safe and healthy pregnancy is the hope of every married couple. However, in the field, there are still many cases of pregnancy that occur without careful planning, increasing the risk for the mother and fetus. High-risk pregnancies can cause various serious complications, such as premature birth, bleeding, preeclampsia, and even increased maternal and infant mortality rates. Therefore, efforts to prevent high-risk pregnancies are very important, one of which is through preconception counseling. This study aims to analyze the role of midwives in preconception counseling to prevent high-risk pregnancies. The research method used is a qualitative approach with library research techniques, namely reviewing various literature relevant to the research topic. The results of the study indicate that midwives have a strategic role in preconception counseling, which includes psychological and emotional support, family planning, risk factor management, immunization and supplementation, nutritional health education, and reproductive health assessment. Through this counseling, couples can understand the importance of a healthy lifestyle before pregnancy and reduce risk factors that can affect the health of the mother and fetus. In conclusion, midwives play an important role in providing education and assistance to fertile couples to increase their readiness to face a healthy pregnancy. Further support is needed from various parties to improve the quality and access to preconception counseling services. Further research is recommended using a case study approach or field research to obtain more in-depth and contextual data.

Keywords : midwife, high risk pregnancy, counseling, preconception

PENDAHULUAN

Kehamilan yang aman serta sehat adalah salah satu harapan yang dimiliki oleh pasangan suami istri (Isnaniar, dkk., 2020). Fakta di lapangan memaparkan bahwa kejadian kehamilan

dapat terjadi tanpa melibatkan suatu perencanaan yang matang sehingga hal tersebut tentu dapat menciptakan risiko bagi janin ataupun ibu (Nurfitriani, 2020). Kehamilan berisiko ataupun suatu kehamilan yang tidak direncanakan tentu menciptakan dampak yang serius, peningkatan angka kematian bayi dan ibu, dan timbulnya beberapa komplikasi, misalnya kelahiran premature, perdarahan, ataupun preeklamsia (Bayuana, dkk., 2023). Berdasarkan permasalahan tersebut sangat penting untuk dilakukan pencegahan kehamilan berisiko melalui beberapa cara, misalnya konseling prakonsepsi (Mariza & Sunarsih, 2024).

Konseling prakonsepsi adalah serangkaian informasi dan edukasi yang diberikan kepada pasangan usia subur sebelum kehamilan terjadi (Ayunda, dkk., 2023). Tujuan utama konseling ini adalah untuk mempersiapkan fisik dan mental calon ibu agar siap menghadapi kehamilan yang sehat (Rahmanindar, dkk., 2021). Melalui konseling ini, calon ibu dapat mengetahui pentingnya menjaga kesehatan tubuh, menjalani pola hidup sehat, serta mengenali faktor risiko yang dapat membahayakan kehamilan, seperti penyakit kronis, infeksi, atau penggunaan obat-obatan tertentu (Budiarti, dkk., 2018). Edukasi terkait dengan konseling prakonsepsi tersebut dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan seperti bidan yang dapat berinteraksi langsung terhadap pasangan suami istri atau masyarakat dalam ruang lingkup yang lebih luas (Stellata, dkk., 2023).

Menurut studi literatur memaparkan terkait dengan beberapa tanggung jawab bidan diantaranya memberikan rekomendasi terkait peningkatan peluang kehamilan yang sehat, menyarankan mengenai nutrisi yang baik, memfasilitasi pemeriksaan kesehatan, serta pemberian edukasi terkait kesehatan reproduksi (Mandowa 2022). Namun, meskipun konseling prakonsepsi penting, kenyataannya masih banyak pasangan usia subur yang belum mendapatkan layanan ini secara optimal (Widayani & Ulfah, 2021). Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor misalnya kurangnya fasilitas pendukung dalam menjalankan program tersebut keterbatasan waktu tenaga kesehatan, serta minimnya pemahaman masyarakat terkait pentingnya prakonsepsi (Handayani & Moedjiherwati, 2024).

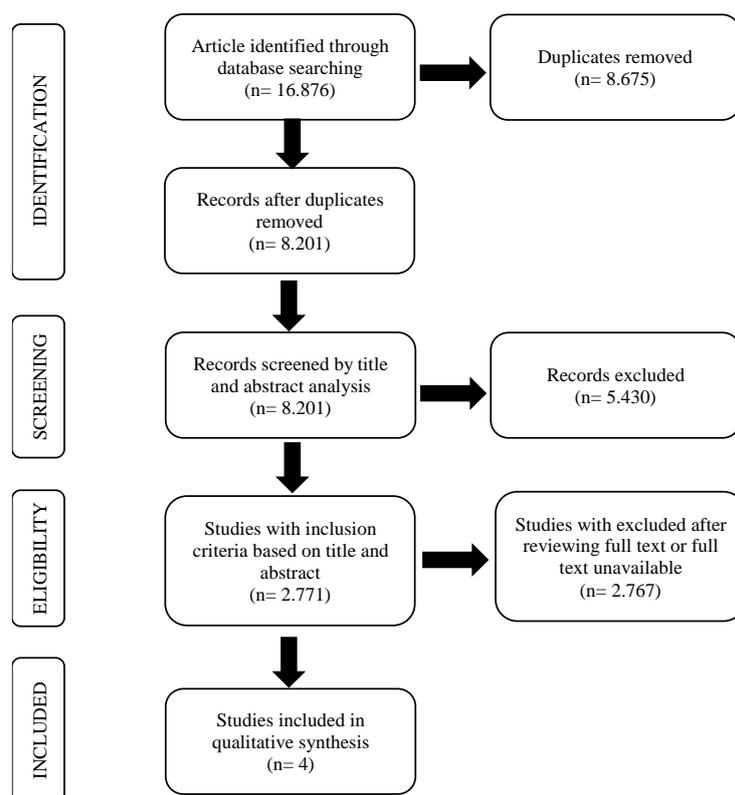
Penelitian terdahulu Yulivantina, dkk. (2022) memaparkan peran bidan dalam mencegah kehamilan berisiko melalui kegiatan konseling prakonsepsi ialah dapat melalui pemberian imunisasi dan suplemen. Fakta di lapangan memaparkan pada kejadian kasus tertentu sebagai seorang bidan dapat memberikan saran kepada pasangan untuk melakukan imunisasi serta suplemen yang dikonsumsi secara berkala. Adapun contoh suplemen yang dimaksudkan tersebut ialah seperti asam folat pada masa kehamilan yang bertujuan agar anak atau janin dalam kandungan terhindar dari kejadian cacat lahir ataupun kejadian komplikasi lainnya. Selanjutnya peran bidan juga dapat bertindak sebagai pemberi nasihat tentang kesehatan gizi. Melalui kegiatan konseling prakonsepsi tersebut dapat diberikan informasi terkait dengan pentingnya pola makan sehat. Melalui edukasi yang diberikan oleh bidan tersebut dapat dilakukan melalui pemberian rekomendasi dalam mendukung kondisi tubuh yang optimal serta meningkatkan kualitas sperma ataupun sel telur melalui pemberian rekomendasi gizi seimbang (Prafiti et al, 2023)

Berdasarkan hal tersebut penulis mengambil judul “Peran Bidan dalam Konseling Prakonsepsi untuk Mencegah Kehamilan Berisiko”. Adapun penelitian ini bertujuan dalam menganalisis peran bidan dalam konseling prakonsepsi untuk mencegah kehamilan berisiko. Keterbatasan dalam penulisan ini hanya melalui library research atau literature review yang diperoleh melalui sumber yang valid dan relevan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan library research atau studi kepustakaan. Desain penelitian yang digunakan adalah literature review, yang bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis berbagai literatur yang membahas peran bidan dalam

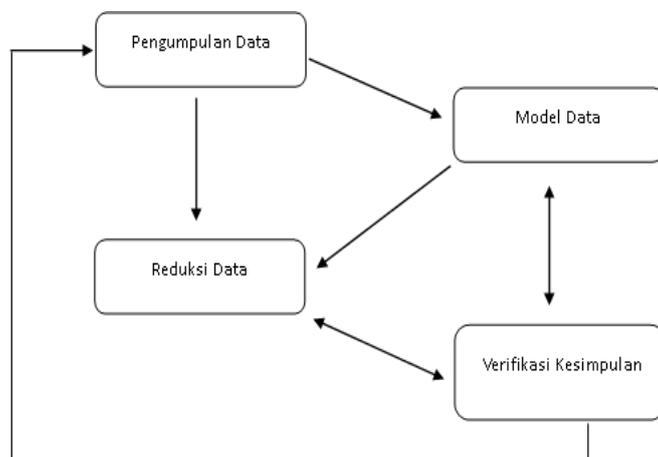
konseling prakonsepsi untuk mencegah kehamilan berisiko. Diagram alir PRISMA menunjukkan proses seleksi literatur dalam penelitian ini secara sistematis. Dimulai dengan identifikasi, sebanyak 16.876 artikel dikumpulkan melalui pencarian database, lalu dilakukan penyaringan duplikasi yang mengeliminasi 8.675 artikel, menyisakan 8.201 artikel. Pada tahap screening, seleksi berdasarkan judul dan abstrak mengurangi jumlah artikel menjadi 2.771 setelah 5.430 dieliminasi karena tidak relevan. Selanjutnya, tahap kelayakan dilakukan dengan evaluasi teks lengkap, di mana 2.767 artikel dikeluarkan karena teks tidak tersedia atau tidak memenuhi kriteria inklusi. Akhirnya, hanya 4 studi yang digunakan dalam sintesis kualitatif. Proses seleksi ini memastikan hanya literatur yang relevan dan berkualitas tinggi yang dipertimbangkan, Gambar 1 dibawah ini memaparkan terkait dengan diagram PRISMA melalui kegiatan analisis *library research*, yaitu:



Gambar 1. Diagram Alir PRISMA

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan yang sistematis untuk memastikan validitas dan reliabilitas hasil kajian. Proses dimulai dengan pengumpulan data, di mana informasi yang relevan dari berbagai sumber dikumpulkan untuk dianalisis. Setelah itu, dilakukan reduksi data, yaitu proses menyaring dan menyederhanakan data dengan menghilangkan informasi yang tidak relevan agar hanya data yang sesuai dengan tujuan penelitian yang digunakan. Selanjutnya, data yang telah direduksi kemudian diproses dalam model data, yang merupakan tahap pengorganisasian informasi agar lebih terstruktur dan mudah diinterpretasikan. Setelah model data terbentuk, langkah berikutnya adalah verifikasi kesimpulan, yaitu proses pengujian ulang terhadap hasil analisis untuk memastikan bahwa temuan yang diperoleh sesuai dengan tujuan penelitian dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik. Pendekatan ini memungkinkan penelitian untuk menghasilkan kesimpulan yang akurat dan berbasis bukti, serta memastikan bahwa interpretasi data dilakukan secara sistematis dan transparan. Dengan menerapkan teknik analisis data ini, penelitian dapat menghindari bias dan meningkatkan kredibilitas temuan, sehingga memberikan kontribusi

yang lebih berarti dalam bidang kebidanan, khususnya dalam memahami peran bidan dalam konseling prakonsepsi untuk mencegah kehamilan berisiko. teknik analisis data seperti yang disajikan gambar 2 berikut.



Gambar 2. Teknik Analisis Data

HASIL

Hasil temuan data yang dilakukan tersajikan pada tabel 1 dengan rincian sebagai berikut;

Tabel 1. Hasil Analisis

No.	Judul	Tujuan	Hasil Analisis	Referensi
1.	“Asuhan Kebidanan pada Pranikah dan Prakonsepsi”	Mempunyai tujuan dalam menjabarkan evaluasi terkait asuhan kebidanan yang difokuskan terhadap kajian pencegahan kehamilan berisiko melalui konseling prakonsepsi oleh bidan.	Dalam pencegahan kehamilan berisiko, dibutuhkan konseling prakonsepsi yang dapat dilakukan oleh bidan. Menurut studi literatur terdapat beberapa peran bidan yang dimaksudkan, seperti dukungan psikologis serta emosional dan konseling terkait perencanaan keluarga. Pada aspek dukungan psikologis serta emosional dapat diartikan sebagai sebagai seorang bidan dapat memberikan dukungan dari segi psikologis, hal tersebut bertujuan agar dalam menghadapi suatu kehamilan bagi pasangan lebih siap mentalnya. Kemudian pada aspek perencanaan keluarga memiliki makna kegiatan konseling yang dilakukan oleh bidan bersama dengan pasangan dapat dilakukan untuk menggali berbagai macam informasi, misalnya penggunaan alat kontrasepsi bagi mereka yang ingin menunda kehamilan. Melalui konseling yang dilakukan tersebut dapat menghindari kejadian kehamilan berisiko serta perencanaan kehamilan dimasa depan yang sehat.	Nursifa, dkk. (2024).
2.	“Efektivitas Pendidikan Kesehatan Prakonsepsi Menggunakan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Pasangan Usia	Tujuan dari penulisan memberikan penjabaran tentang pengetahuan kehamilan berisiko melalui	Kegiatan konseling yang dilakukan oleh bidan dalam mencegah kehamilan berisiko dapat dilakukan dengan menggunakan media, seperti buku saku. Penggunaan media dalam kegiatan konseling tersebut dapat menghindari miskonsepsi pada pasangan, sehingga transfer pengetahuan dapat berjalan dengan lancar. Berdasarkan studi literatur memaparkan terkait dengan pencegahan kehamilan melalui kegiatan	Asrina, dkk. (2023).

	Subur Tentang Kehamilan Beresiko”	penggunaan media buku saku terkait pendidikan kesehatan prakonsepsi.	konseling prakonsepsi dapat dilakukan melalui mengelola faktor risiko. Faktor risiko yang dimaksudkan tersebut contohnya penggunaan obat-obatan, alkohol, dan kebiasaan merokok. Beberapa tindakan tersebut perlu dihindari melalui kegiatan konseling yang dilakukan oleh bidan. Selain itu, bidan juga dapat membantu pasangan dalam pengelolaan stress serta aspek emosional yang bisa memberikan pengaruh pada kesehatan reproduksi.	
3.	“Urgensi Preconception Care Sebagai Persiapan Kesehatan Sebelum Hamil: Sistematis Review”	Bertujuan dalam memaparkan serta menjabarkan terkait dengan persiapan kesehatan sebelum hamil untuk menghindari kasus kehamilan beresiko melalui peran bidan sebagai edukator prakonsepsi.	Menurut studi literatur memaparkan terkait dengan peran bidan dalam mencegah kehamilan beresiko melalui kegiatan konseling prakonsepsi ialah dapat melalui pemberian imunisasi dan suplemen. Fakta di lapangan memaparkan pada kejadian kasus tertentu sebagai seorang bidan dapat memberikan saran kepada pasangan untuk melakukan imunisasi serta suplemen yang dikonsumsi secara berkala. Adapun contoh suplemen yang dimaksudkan tersebut ialah seperti asam folat pada masa kehamilan yang bertujuan agar anak atau janin dalam kandungan terhindar dari kejadian cacat lahir ataupun kejadian komplikasi lainnya. Selanjutnya peran bidan juga dapat bertindak sebagai pemberi nasihat tentang kesehatan gizi. Melalui kegiatan konseling prakonsepsi tersebut dapat diberikan informasi terkait dengan pentingnya pola makan sehat. Melalui edukasi yang diberikan oleh bidan tersebut dapat dilakukan melalui pemberian rekomendasi dalam mendukung kondisi tubuh yang optimal serta meningkatkan kualitas sperma ataupun sel telur melalui pemberian rekomendasi gizi seimbang.	Yulivanti-na, dkk. (2022).
4.	“Modul Asuhan Kebidanan Pranikah dan Prakonsepsi untuk Mahasiswa Profesi Bidan”	Tujuan pengembangan modul tersebut ialah memberikan hasil penjabaran dan analisa asuhan kebidanan yang ditinjau dari aspek prakonsepsi dan pranikah.	Selanjutnya penilaian terkait dengan kesehatan reproduksi juga merupakan peran bidan dalam konseling prakonsepsi dalam mencegah kehamilan beresiko. Dalam hal ini bidan akan melakukan pemeriksaan dari masing-masing pasangan baik ditinjau dari riwayat medis ataupun kesehatan fisik pasangan. Pemeriksaan yang dilakukan tersebut bertujuan dalam mengetahui faktor risiko yang mungkin memberikan pengaruh pada proses terjadinya kehamilan, misalnya gangguan kesuburan, riwayat kehamilan bermasalah, serta penyakit kronis. Peran bidan selanjutnya ialah bertindak sebagai edukator dalam kegiatan edukasi dan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan tersebut bertujuan dalam mengetahui risiko kehamilan, faktor yang mempengaruhi keberhasilan kehamilan, tanda-tanda hamil, serta kesehatan reproduksi, sehingga berdasarkan hal tersebut sangat penting dalam mengetahui terkait pentingnya persiapan kehamilan yang sehat.	Yulviana, dkk. (2022).

Berdasarkan hasil analisis tabel pada tabel 1, peran bidan dalam konseling prakonsepsi sangat strategis dalam mencegah kehamilan beresiko. Beberapa aspek utama yang dibahas

meliputi dukungan psikologis dan emosional, di mana bidan memberikan pendampingan kepada pasangan agar lebih siap menghadapi kehamilan dari segi mental dan emosional (Nursifa, dkk., 2024). Selain itu, perencanaan keluarga menjadi bagian penting dari konseling, termasuk edukasi tentang alat kontrasepsi bagi pasangan yang ingin menunda kehamilan (Nursifa, dkk., 2024). Pengelolaan faktor risiko juga menjadi perhatian, seperti menghindari konsumsi alkohol, obat-obatan, dan kebiasaan merokok yang dapat berdampak pada kehamilan (Asrina, dkk., 2023). Lebih lanjut, bidan memiliki peran dalam pemberian imunisasi dan suplemen, seperti asam folat untuk mencegah cacat lahir pada janin (Yulivantina, dkk., 2022). Edukasi kesehatan gizi juga diberikan agar calon ibu memahami pentingnya pola makan sehat untuk mendukung kesehatan reproduksi (Prafirtri, dkk., 2023). Selain itu, bidan bertanggung jawab dalam penilaian kesehatan reproduksi, termasuk pemeriksaan riwayat medis dan fisik pasangan untuk mendeteksi risiko yang dapat mempengaruhi kehamilan (Yulviana, dkk., 2022). Secara keseluruhan, konseling prakonsepsi yang dilakukan bidan berkontribusi besar dalam meningkatkan kesiapan pasangan menghadapi kehamilan yang sehat.

PEMBAHASAN

Kehamilan yang aman serta sehat adalah salah satu harapan yang dimiliki oleh pasangan suami istri (Isnaniar, dkk., 2020). Dalam pencegahan kehamilan beresiko, dibutuhkan konseling prakonsepsi yang dapat dilakukan oleh bidan. Menurut studi literatur terdapat beberapa peran bidan yang dimaksudkan, seperti dukungan psikologis serta emosional dan konseling terkait perencanaan keluarga. Pada aspek dukungan psikologis serta emosional dapat diartikan sebagai sebagai seorang bidan dapat memberikan dukungan dari segi psikologis, hal tersebut bertujuan agar dalam menghadapi suatu kehamilan bagi pasangan lebih siap mentalnya. Kemudian pada aspek perencanaan keluarga memiliki makna kegiatan konseling yang dilakukan oleh bidan bersama dengan pasangan dapat dilakukan untuk menggali berbagai macam informasi, misalnya penggunaan alat kontrasepsi bagi mereka yang ingin menunda kehamilan. Melalui konseling yang dilakukan tersebut dapat menghindari kejadian kehamilan beresiko serta perencanaan kehamilan dimasa depan yang sehat (Nursifa, dkk., 2024).

Fakta di lapangan memaparkan bahwa kejadian kehamilan dapat terjadi tanpa melibatkan suatu perencanaan yang matang sehingga hal tersebut tentu dapat menciptakan risiko bagi janin ataupun ibu (Nurfutriani, 2020). Kegiatan konseling yang dilakukan oleh bidan dalam mencegah kehamilan beresiko dapat dilakukan dengan menggunakan media, seperti buku saku. Penggunaan media dalam kegiatan konseling tersebut dapat menghindari miskonsepsi pada pasangan, sehingga transfer pengetahuan dapat berjalan dengan lancar. Berdasarkan studi literatur memaparkan terkait dengan pencegahan kehamilan melalui kegiatan konseling prakonsepsi dapat dilakukan melalui mengelola faktor risiko. Faktor risiko yang dimaksudkan tersebut contohnya penggunaan obat-obatan, alkohol, dan kebiasaan merokok. Beberapa tindakan tersebut perlu dihindari melalui kegiatan konseling yang dilakukan oleh bidan. Selain itu, bidan juga dapat membantu pasangan dalam pengelolaan stress serta aspek emosional yang bisa memberikan pengaruh pada kesehatan reproduksi (Asrina, dkk., 2023).

Kehamilan berisiko ataupun suatu kehamilan yang tidak direncanakan tentu menciptakan dampak yang serius, peningkatan angka kematian bayi dan ibu, dan timbulnya beberapa komplikasi, misalnya kelahiran premature, perdarahan, ataupun preeklamsia (Bayuana, dkk., 2023). Berdasarkan permasalahan tersebut sangat penting untuk dilakukan pencegahan kehamilan berisiko melalui beberapa cara, misalnya konseling prakonsepsi (Mariza & Sunarsih, 2024). Menurut studi literatur memaparkan terkait dengan peran bidan dalam mencegah kehamilan berisiko melalui kegiatan konseling prakonsepsi ialah dapat melalui pemberian imunisasi dan suplemen. Fakta di lapangan memaparkan pada kejadian kasus tertentu sebagai seorang bidan dapat memberikan saran kepada pasangan untuk melakukan

imunisasi serta suplemen yang dikonsumsi secara berkala. Adapun contoh suplemen yang dimaksudkan tersebut ialah seperti asam folat pada masa kehamilan yang bertujuan agar anak atau janin dalam kandungan terhindar dari kejadian cacat lahir ataupun kejadian komplikasi lainnya. Selanjutnya peran bidan juga dapat bertindak sebagai pemberi nasihat tentang kesehatan gizi. Melalui kegiatan konseling prakonsepsi tersebut dapat diberikan informasi terkait dengan pentingnya pola makan sehat. Melalui edukasi yang diberikan oleh bidan tersebut dapat dilakukan melalui pemberian rekomendasi dalam mendukung kondisi tubuh yang optimal serta meningkatkan kualitas sperma ataupun sel telur melalui pemberian rekomendasi gizi seimbang (Yulivantina, dkk., 2022).

Menurut Yulviana, dkk. (2022) memaparkan penilaian terkait dengan kesehatan reproduksi juga merupakan peran bidan dalam konseling prakonsepsi dalam mencegah kehamilan beresiko. Dalam hal ini bidan akan melakukan pemeriksaan dari masing-masing pasangan baik ditinjau dari riwayat medis ataupun kesehatan fisik pasangan. Pemeriksaan yang dilakukan tersebut bertujuan dalam mengetahui faktor risiko yang mungkin memberikan pengaruh pada proses terjadinya kehamilan, misalnya gangguan kesuburan, riwayat kehamilan bermasalah, serta penyakit kronis. Peran bidan selanjutnya ialah bertindak sebagai edukator dalam kegiatan edukasi dan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan tersebut bertujuan dalam mengetahui risiko kehamilan, faktor yang mempengaruhi keberhasilan kehamilan, tanda-tanda hamil, serta kesehatan reproduksi, sehingga berdasarkan hal tersebut sangat penting dalam mengetahui terkait pentingnya persiapan kehamilan yang sehat.

Peran bidan dalam konseling prakonsepsi sangat penting untuk memastikan kesehatan optimal bagi calon ibu dan janin. Salah satu aspek krusial adalah skrining prakonsepsi, yang bertujuan mengidentifikasi faktor risiko sebelum kehamilan terjadi. Skrining ini mencakup pemeriksaan fisik, laboratorium, imunisasi, suplementasi gizi, konsultasi kesehatan, dan pelayanan psikologi. Dengan demikian, bidan dapat memberikan intervensi yang tepat untuk meminimalkan risiko selama kehamilan. (Yulivantina et al, 2021) Selain itu, edukasi kesehatan reproduksi merupakan bagian integral dari konseling prakonsepsi. Bidan memberikan informasi mengenai anatomi dan fisiologi sistem reproduksi, siklus menstruasi, serta tanda-tanda masa subur. Pemahaman ini membantu pasangan merencanakan kehamilan dengan lebih efektif dan mengurangi kecemasan terkait masalah kesuburan. Edukasi ini juga mencakup informasi tentang infeksi menular seksual (IMS) dan cara pencegahannya, yang penting untuk menjaga kesehatan reproduksi (Anggraini et al, 2023)

Konseling genetik juga menjadi bagian penting dalam layanan prakonsepsi. Bidan dapat mengidentifikasi riwayat keluarga terkait penyakit genetik yang dapat mempengaruhi kehamilan atau kesehatan anak di masa depan. Dengan informasi ini, pasangan dapat membuat keputusan yang tepat mengenai perencanaan keluarga dan mengambil langkah pencegahan yang diperlukan. Misalnya, jika terdapat riwayat penyakit genetik tertentu, pasangan dapat dirujuk ke spesialis genetik untuk evaluasi lebih lanjut (Niknik et al, 2024) Promosi gaya hidup sehat adalah aspek lain yang ditekankan dalam konseling prakonsepsi. Bidan memberikan edukasi mengenai pentingnya aktivitas fisik teratur, pola makan seimbang, manajemen stres, dan istirahat yang cukup. Gaya hidup sehat tidak hanya meningkatkan peluang kehamilan yang sukses tetapi juga berkontribusi pada kesehatan jangka panjang ibu dan anak. Misalnya, aktivitas fisik yang teratur dapat membantu menjaga berat badan ideal dan mengurangi risiko komplikasi selama kehamilan (Sumiati et al, 2023)

Perencanaan keuangan juga merupakan topik yang dapat dibahas dalam konseling prakonsepsi. Bidan dapat membantu pasangan memahami biaya yang terkait dengan kehamilan, persalinan, dan perawatan anak. Dengan perencanaan keuangan yang baik, pasangan dapat mengurangi stres finansial dan lebih fokus pada persiapan mental dan fisik untuk menyambut kelahiran anak. Hal ini juga mencakup perencanaan asuransi kesehatan untuk memastikan akses ke layanan medis yang diperlukan (Rohmawati et al, 2023)

Pemberdayaan perempuan dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan reproduksi juga menjadi fokus dalam konseling prakonsepsi. Bidan mendorong calon ibu untuk aktif terlibat dalam setiap keputusan yang berkaitan dengan kehamilan dan persalinan. Pemberdayaan ini meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian perempuan dalam menjaga kesehatannya, yang pada gilirannya berdampak positif pada kesejahteraan keluarga secara keseluruhan (Nurfulani et al, 2021)

KESIMPULAN

Kesimpulan yang diambil dari hasil penelitian tersebut ialah peran bidan dalam konseling prakonsepsi untuk mencegah kehamilan berisiko, dapat dilakukan melalui berbagai macam cara/strategi, diantaranya adalah dukungan psikologis dan emosional, perencanaan keluarga, pengelolaan faktor risiko, pemberian imunisasi dan suplemen, pemberian nasihat tentang kesehatan gizi, penilaian kesehatan reproduksi, serta dilakukannya edukasi dan penyuluhan. Melalui penulisan ini, saran ditujukan kepada penulis selanjutnya untuk melaksanakan kegiatan penelitian lapangan atau studi kasus yang dilakukan di lapangan, sehingga hasil penelitian yang dilakukan mengalami keterbaruan. Sebab, pada penulisan ini memiliki keterbatasan berupa kajian library research saja. Kemudian direkomendasikan kepada bidan untuk memberikan konseling kepada pasangan sesuai dengan pengetahuan serta edukasi kesehatan. Saran juga ditujukan kepada pembaca serta masyarakat dalam ruang lingkup yang lebih luas untuk menambah pengetahuan, khususnya terkait dengan topik yang telah dibahas pada penulisan jurnal ini, sehingga informasi yang diperoleh dapat lebih luas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyelesaian penelitian ini. Terimakasih kepada para pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan berharga sepanjang proses penelitian. Ucapan terimakasih juga saya sampaikan kepada rekan-rekan sejawat yang selalu memberikan semangat dan diskusi konstruktif. Tidak lupa, saya berterimakasih kepada keluarga tercinta yang selalu memberikan doa dan dukungan moral tanpa henti. Semua kontribusi dan dukungan yang diberikan telah menjadi pendorong utama dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. D., Suyati, S., Idayati, I., Manoppo, I. J., Yuliani, M., Rahmiati, B. F., ... & Nasution, N. (2023). Asuhan Prakonsepsi dan Perencanaan Keluarga. Yayasan Kita Menulis.
- Arif, J. R., Faiz, A., & Septiani, L. (2022). Penggunaan Media Quiziz Sebagai Sarana Pengembangan Berpikir Kritis Siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 201-210.
- Asrina, A., Sulymbona, N., & Anggraeni, S. D. (2023). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Prakonsepsi Menggunakan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Pasangan Usia Subur tentang Kehamilan Berisiko. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(02), 226-231.
- Ayunda, A. A. I., Andriani, F., Basyir, V., Rahmayelita, A., Rahmaditha, F., Ariva, J., ... & Sintawat, M. P. (2023). Pemberian KIE dengan Media Booklet Terkait Persiapan Kehamilan pada Wanita Calon Pengantin di Kota Padang. *JDISTIRA-Jurnal Pengabdian Inovasi dan Teknologi Kepada Masyarakat*, 3(1), 1-5.
- Bayuana, A., Anjani, A. D., Nurul, D. L., Selawati, S., Saiâ, N., Susianti, R., & Anggraini, R.

- (2023). Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir: Literature Review. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 26-36.
- Budiarti, V., Putri, R., & Amelia, C. R. (2018). Hubungan karakteristik ibu dan dukungan suami dengan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan. *Journal of Issues in Midwifery*, 2(1).
- Colizza, A., Gilardi, A., Greco, A., Cialente, F., Zoccali, F., Ralli, M., ... & de Vincentiis, M. (2022). Carcinosarcomas of the larynx: systematic review of the literature of a rare nosologic entity. *European Archives of Oto-Rhino-Laryngology*, 279(3), 1167-1173.
- Handayani, B., & Moedjiherwati, T. (2024). Studi Fenomenologi Gaya Hidup Sehat dan Strategi Pencegahan Stunting di Wilayah Perdesaan. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(4), 144-164.
- Isnaniar, I., Norlita, W., & Gusrita, S. (2020). Pengaruh peran suami terhadap tingkat kecemasan ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan di puskesmas harapan raya pekanbaru. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 11(1), 32-44.
- Mandowa, R. (2022). Intervensi Mobile Application Terhadap Peningkatkan Literasi Nutrisi Ibu Dengan Anak Stunting: A Systematic Review= Mobile Application Intervention On Improving Nutritional Literature Of Mothers With Stunting Children: A Systematic Review (Doctoral dissertation, Universitas Hasanuddin).
- Niknik Nursifa, S. S. T., Tenny Tarnoto, S., Keb, M., Andriana, S. S. T., Keb, M., Suryani, A. I., ... & Mufti, I. R. (2024). Asuhan Kebidanan pada Pranikah dan Prakonsepsi. Kaizen Media Publishing.
- Nurfitriani, E. (2020). Efektivitas pelaksanaan program KB pada pasangan muslim di bawah umur dalam mewujudkan keluarga sakinah mawaddah wa rahmah di Kabupaten Lombok Tengah (Doctoral dissertation, UIN Mataram).
- Nurfulaini, N., Mumthi'ah Al Kautsar, A., & Alza, N. (2021). Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Prakonsepsi Dengan Kekurangan Energi Kronis. *Jurnal Midwifery*, 3(1), 42-51.
- Nursifa, N., Tarnoto, T., Andriana, Suryani, A. I., & Budiadi, H. N. (2024). Asuhan Kebidanan pada Pranikah dan Prakonsepsi. Bandung: Kaizen Media Publishing.
- Prafitri, L. D., Zuhana, N., Budiarto, E., & Widyastuti, W. (2023). Edukasi Layanan Konvergensi Stunting pada Ibu Hamil. Penerbit Nem.
- Rahmanindar, N., Izah, N., Astuti, P. T., Hidayah, S. N., & Zulfiana, E. (2021, November). The Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Pranikah Sebagai Upaya Kehamilan Sehat Untuk Mencegah Stunting. In *Journal of social responsibility projects by higher education forum* (Vol. 2, No. 2, pp. 83-86).
- Rohmawati, H., Rahma, K. D., Alfika, A., Yeni, P. A., & Gina, S. (2023). Pendidikan Kesehatan Pada Wanita Subur Dalam Perencanaan Kehamilan di Kelurahan Bujel Kota Kediri. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 2425-2430.
- Stellata, A. G., Keb, S. T., Fitriani, R., SiT, S., Kusumawati, Y., Ambarsari, N. W. N., ... & Vivi Silawati, S. S. T. (2023). Kesehatan Perempuan dan Perencanaan Keluarga. Kaizen Media Publishing.
- Sumiati, S., Yolandia, R. A., & Lisca, S. M. (2023). Hubungan Pengetahuan, Gaya Hidup dan Peran Bidan terhadap Konseling Gizi Pranikah di Praktik Mandiri Bidan S di Bangka Belitung Tahun 2022. *Indonesia Journal of Midwifery Sciences*, 2(3), 291-298.
- Widayani, W., & Ulfah, K. (2021). Pengetahuan, Sikap, Dan Efikasi Diri Wanita Usia Subur Terkait Kesehatan Prakonsepsi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 13(1), 270-282.
- Yulivantina, E. V., Gunarmi, & Maimunah. S. (2022, June). *Urgensi Preconception Care* Sebagai Persiapan Kesehatan Sebelum Hamil: Sistematik Review. In *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional* (pp. 31-39).