



PENYULUHAN PERSIAPAN PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT PADA WANITA USIA SUBUR KUBANG JAYA, PETIR, SERANG

COUNSELING ON PREPARING FOR HEALTHY PREGNANCY PLANNING FOR WOMEN OF CHILDBEARING AGE KUBANG JAYA, PETIR, SERANG

Novitasari^{1*}, Rismawati², Qonita³

^{1,2,3} Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Bangsa, Serang, Indonesia

novitasari.lecture@gmail.com¹, risma0225@gmail.com, qonitaniita88@gmail.com

Article History:

Received: December 24th, 2025

Revised: February 10th, 2026

Published: February 15th, 2026

Abstract: Preparation for healthy pregnancy planning among women of reproductive age (WRA) is important to reduce the risk of high-risk pregnancies; however, preconception knowledge remains low. This activity aimed to analyze the effectiveness of counseling on healthy pregnancy planning as a basis for implementation in Kubang Petir Village. A participatory approach with a one-group pretest-posttest design was conducted among 18 women of reproductive age through counseling using posters, PowerPoint presentations, group discussions, and the distribution of iron (Fe) tablets. The results showed improvements in the knowledge, attitudes, and readiness of women of reproductive age in planning a healthy pregnancy after the counseling, and small-group interactions were considered effective in enhancing understanding. In conclusion, counseling on healthy pregnancy planning is an effective educational intervention to improve preconception readiness and has the potential to prevent high-risk pregnancies and improve the quality of maternal and child health.

Keywords: Health education, healthy pregnancy planning, women of childbearing age, Preconception.

Abstrak

Persiapan perencanaan kehamilan sehat pada wanita usia subur (WUS) penting untuk menurunkan risiko kehamilan berisiko, namun pengetahuan prakonsepsi masih rendah. Kegiatan ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat sebagai dasar pelaksanaan kegiatan di Kampung Kubang Petir. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif dengan desain one group pretest-posttest pada 18 wanita usia subur melalui penyuluhan menggunakan media poster, presentasi PowerPoint, diskusi kelompok, serta pemberian tablet zat besi (Fe). Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan kesiapan wanita usia subur dalam merencanakan kehamilan sehat setelah mengikuti penyuluhan, serta interaksi dalam kelompok kecil dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman. Disimpulkan bahwa penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat merupakan intervensi edukatif yang efektif untuk meningkatkan kesiapan prakonsepsi serta berpotensi mencegah

kehamilan berisiko dan meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak.

Kata Kunci: Penyuluhan Kesehatan, Perencanaan Kehamilan Sehat, Wanita Usia Subur, Prakonsepsi.

PENDAHULUAN

Wanita usia subur (WUS) merupakan kelompok yang sangat menentukan dalam keberhasilan upaya peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak. Masa prakonsepsi, yaitu periode sebelum terjadinya kehamilan, menjadi fase krusial karena kondisi kesehatan ibu sebelum hamil akan sangat memengaruhi jalannya kehamilan, persalinan, hingga kesehatan bayi yang dilahirkan (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Persiapan perencanaan kehamilan sehat pada masa ini berperan penting dalam menurunkan risiko komplikasi kehamilan seperti anemia, preeklamsia, persalinan prematur, bayi berat lahir rendah, serta masalah tumbuh kembang anak (Asrina et al., 2023). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa masih banyak wanita usia subur yang memasuki kehamilan tanpa persiapan yang memadai. Rendahnya pengetahuan mengenai gizi prakonsepsi, pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, perencanaan jarak kehamilan, serta kesiapan fisik dan psikologis menjadi faktor utama terjadinya kehamilan berisiko (Mahayati et al., 2023). Kondisi ini diperkuat oleh temuan Survei Kesehatan Indonesia yang menunjukkan bahwa pemanfaatan layanan kesehatan pranikah dan prakonsepsi masih relatif rendah, terutama di tingkat masyarakat komunitas (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Kurangnya literasi kesehatan reproduksi pada wanita usia subur juga dipengaruhi oleh faktor pendidikan, sosial ekonomi, serta keterbatasan akses informasi kesehatan yang mudah dipahami. Edukasi kesehatan reproduksi yang belum merata dan tidak berkelanjutan menyebabkan sebagian WUS belum memahami bahwa persiapan kehamilan seharusnya dilakukan jauh sebelum kehamilan terjadi (Heryanto, Amelia, et al., 2023). Akibatnya, banyak wanita baru menyadari kondisi kesehatannya setelah memasuki masa kehamilan, sehingga peluang pencegahan risiko menjadi lebih terbatas.

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan prakonsepsi pada wanita usia subur. Penyuluhan yang dilakukan secara terstruktur, menggunakan metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok, serta didukung media edukatif seperti Ppt , Poster, terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap positif terhadap perencanaan kehamilan sehat (Sadiyah et al., 2024). Pendekatan berbasis komunitas dinilai lebih efektif karena mampu menyesuaikan materi dengan konteks sosial dan budaya masyarakat setempat serta mendorong partisipasi aktif peserta.

Beberapa studi pengabdian masyarakat dan penelitian intervensi menunjukkan bahwa penyuluhan prakonsepsi dengan jumlah peserta terbatas memberikan hasil yang lebih optimal karena memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah dan pendalaman materi (Liananiar et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan dengan melibatkan sekitar 18 wanita usia subur, seperti yang direncanakan di Kampung Kubang Petir, merupakan jumlah yang ideal untuk menciptakan suasana edukatif yang kondusif dan efektif.

Kampung Kubang Petir sebagai wilayah komunitas dipandang relevan sebagai lokasi pelaksanaan penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat, mengingat masih perlunya penguatan edukasi kesehatan reproduksi secara langsung dan partisipatif. Oleh karena itu, literature review ini disusun untuk mengkaji berbagai temuan ilmiah dalam lima tahun terakhir terkait efektivitas penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat pada wanita usia subur, sebagai dasar perencanaan kegiatan edukasi kesehatan di tingkat masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode partisipatif dan edukatif dengan rancangan one group pretest–posttest design. Metode ini digunakan untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan wanita usia subur sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat. Kegiatan dilaksanakan di Aula Sekolah di Kampung Kubang Petir, Kecamatan Petir, Kabupaten Serang, dengan melibatkan sebanyak 18 wanita usia subur sebagai peserta.

1. Tahap Persiapan

Penyuluhan ini meliputi koordinasi dengan kader dan Bidan desa, penyusunan materi penyuluhan tentang persiapan perencanaan kehamilan sehat, penyusunan media edukasi berupa poster dan PowerPoint (PPT), serta penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest.

2. Tahap Pelaksanaan

pelaksanaan program ini dilaksanakan pada hari Rabu, 14 Januari 2026, pukul 15.00–17.00 WIB bertempat di Aula Sekolah Kampung Kubang Petir, Kecamatan Petir, Kabupaten Serang. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pengisian kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal wanita usia subur. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif dengan bantuan media PPT dan poster. Materi yang disampaikan meliputi gizi prakonsepsi, pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, imunisasi dan pencegahan penyakit menular, serta perencanaan kehamilan yang ideal. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab, serta pemberian tablet zat besi (Fe) kepada peserta.

3. Tahap Evaluasi

evaluasi dilakukan melalui pengisian kuesioner posttest oleh seluruh peserta dengan menggunakan instrumen yang sama seperti pada pretest. Hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui peningkatan pengetahuan wanita usia subur setelah mengikuti kegiatan penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat. Evaluasi ini digunakan sebagai dasar penilaian efektivitas kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan.

HASIL

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat di Kampung Kubang Petir berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari seluruh peserta. Proses pendampingan dilakukan secara

partisipatif, dimulai dari pengisian pretest, penyampaian materi, diskusi interaktif, hingga pengisian posttest. Selama kegiatan berlangsung, dinamika kelompok terlihat aktif, ditandai dengan keterlibatan peserta dalam sesi tanya jawab, berbagi pengalaman terkait kesiapan kehamilan, serta ketertarikan terhadap materi yang disampaikan menggunakan media poster dan PowerPoint.

Ragam kegiatan yang dilaksanakan meliputi edukasi tentang gizi prakonsepsi, pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, imunisasi dan pencegahan penyakit menular, perencanaan kehamilan yang ideal, serta pemberian tablet zat besi (Fe) sebagai bentuk aksi teknis program dalam upaya pencegahan masalah kesehatan prakonsepsi. Diskusi kelompok menjadi sarana utama pendampingan untuk menggali pemahaman, kebutuhan, serta permasalahan yang dihadapi wanita usia subur terkait persiapan kehamilan.

1. Tingkat Pengetahuan Sebelum Edukasi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Wanita Usia Subur Sebelum diberikan penyuluhan tentang persiapan perencanaan kehamilan sehat

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Kurang	1	5,6%
Cukup	4	22,2%
Baik	13	72,2%
Total	18	100%

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa hasil pretest yang dilakukan pada 18 Wanita usia subur didapatkan hasil Tingkat pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan dengan media Poster dan ppt tentang persiapan perencanaan kehamilan sebagian besar pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (5,6%) dan sebagian kecil berada pada kategori Tingkat pengetahuan baik sebanyak 13 orang (72,2%).

2. Tingkat Pengetahuan Setelah Edukasi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Wanita Usia Subur Sesudah diberikan penyuluhan tentang persiapan perencanaan kehamilan sehat

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Kurang	1	5,6%
Cukup	2	11,1%
Baik	15	83,3%
Total	18	100%

Berdasarkan Tabel 2 menunjukan bahwa hasil Posttest yang dilakukan pada 18 wanita usia subur didapatkan hasil Tingkat pengetahuan setelah diberikan Penyuluhan dengan media poster dan ppt tentang persiapan perencanaan kehamilan sehat menunjukkan sebagian besar pengetahuan baik sebanyak 15 orang (83,3%), dan sebagian kecil berada pada kategori Tingkat pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (5,6%).

Hal ini mengindikasikan bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai persiapan perencanaan kehamilan sehat setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong perubahan perilaku dan kesadaran peserta, khususnya dalam kesiapan melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, memperhatikan asupan gizi, serta mempersiapkan kondisi fisik dan psikologis sebelum merencanakan kehamilan. Selama proses pendampingan, terlihat munculnya kesadaran baru di kalangan peserta bahwa persiapan kehamilan tidak hanya dilakukan setelah menikah atau saat hamil, tetapi perlu dipersiapkan sejak masa prakonsepsi. Beberapa peserta juga menunjukkan inisiatif untuk menyampaikan kembali informasi yang diperoleh kepada keluarga dan lingkungan sekitarnya.

Keterlibatan kader selama kegiatan turut memperkuat proses pendampingan, serta membuka peluang munculnya peran lokal sebagai penggerak edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan Kampung Kubang Petir. Secara keseluruhan, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi awal terbentuknya perubahan sosial berupa meningkatnya kedulian masyarakat terhadap kesehatan prakonsepsi, perubahan perilaku menuju perencanaan kehamilan yang lebih sehat, serta terciptanya kesadaran kolektif sebagai langkah awal menuju peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak di tingkat komunitas.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Persiapan Perencanaan Kehamilan Sehat.



Gambar 2. Kegiatan Setelah Penyuluhan Persiapan Perencanaan Kehamilan Sehat.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat mampu meningkatkan pengetahuan dan kesiapan wanita usia subur dalam menghadapi masa prakonsepsi. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan setelah penyuluhan menunjukkan bahwa proses edukasi yang dilakukan secara terstruktur dan partisipatif berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya gizi prakonsepsi, pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, imunisasi, pencegahan penyakit menular, serta perencanaan kehamilan yang ideal. Temuan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan masih menjadi strategi kunci dalam upaya promotif dan preventif pada kelompok wanita usia subur.

Secara teoretik, peningkatan pengetahuan yang diperoleh melalui penyuluhan merupakan prasyarat penting dalam pembentukan sikap dan perilaku kesehatan. Pengetahuan berperan sebagai domain kognitif awal yang memengaruhi kesiapan individu dalam mengambil keputusan kesehatan, termasuk keputusan untuk mempersiapkan kehamilan secara terencana. Asrina et al. (2023) menjelaskan bahwa edukasi prakonsepsi berpengaruh signifikan terhadap kesiapan wanita usia subur dalam merencanakan kehamilan sehat, terutama dalam aspek kesiapan fisik, gizi, dan psikologis. Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat ini yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan.

Proses pendampingan yang dilakukan sejak awal kegiatan, mulai dari tahap pretest, penyampaian materi, diskusi interaktif, hingga evaluasi melalui posttest, menunjukkan dinamika kelompok yang aktif. Peserta tidak hanya menerima informasi secara satu arah, tetapi juga terlibat dalam diskusi, menyampaikan pengalaman pribadi, serta mengajukan pertanyaan terkait kondisi kesehatan dan perencanaan kehamilan.

Pendekatan partisipatif ini dinilai mampu menciptakan suasana belajar yang lebih kontekstual dan relevan dengan kebutuhan masyarakat. Menurut Liananiar et al. (2024), penyuluhan berbasis komunitas dengan partisipasi aktif peserta terbukti lebih efektif dalam

meningkatkan literasi kesehatan prakonsepsi dibandingkan pendekatan individual.

Temuan teoretik dari proses pengabdian ini menunjukkan bahwa perubahan pengetahuan tidak terjadi secara instan, melainkan melalui interaksi sosial, diskusi, dan refleksi bersama selama kegiatan berlangsung. Diskusi kelompok memungkinkan terjadinya proses saling belajar antar peserta, sehingga pesan kesehatan tidak hanya bersumber dari fasilitator, tetapi juga diperkuat oleh pengalaman sesama anggota komunitas. Kondisi ini mendukung teori pembelajaran sosial yang menyatakan bahwa perilaku dan pemahaman individu dapat terbentuk melalui proses observasi, interaksi, dan pertukaran pengalaman di dalam kelompok.

Penggunaan media edukatif berupa poster dan presentasi PowerPoint turut memperkuat proses pembelajaran. Media visual membantu peserta memahami materi yang relatif kompleks menjadi lebih sederhana dan mudah diingat. Heryanto, Rahmawati, dan Sari (2023) menyatakan bahwa media edukasi sederhana mampu meningkatkan daya serap informasi dan memperkuat pemahaman peserta dalam kegiatan penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat. Hal ini sejalan dengan temuan kegiatan ini, di mana peserta menunjukkan ketertarikan terhadap materi yang disampaikan dan mampu mengulang kembali poin-poin penting dalam sesi diskusi.

Selain peningkatan aspek kognitif, kegiatan pengabdian ini juga memunculkan perubahan sosial awal di tingkat komunitas. Munculnya kesadaran baru bahwa persiapan kehamilan seharusnya dilakukan sejak masa prakonsepsi, bukan hanya ketika sudah hamil, menjadi indikator penting terjadinya transformasi cara pandang peserta terhadap kesehatan reproduksi. Beberapa peserta menyampaikan niat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan sebelum merencanakan kehamilan dan memperbaiki pola makan sebagai bentuk tindak lanjut setelah kegiatan. Perubahan sikap ini merupakan tahap awal menuju perubahan perilaku kesehatan yang lebih berkelanjutan.

Keterlibatan kader kesehatan dan tokoh masyarakat setempat selama proses pengabdian turut memperkuat terbentuknya jejaring sosial pendukung. Kehadiran mereka membuka peluang munculnya peran lokal sebagai penggerak edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan Kampung Kubang Petir. Secara teoretik, keberadaan aktor lokal dalam program pemberdayaan masyarakat berperan penting sebagai agen perubahan yang menjembatani pesan kesehatan dengan norma dan budaya setempat. Mahayati et al. (2023) menegaskan bahwa dukungan lingkungan sosial dan komunitas menjadi faktor penentu keberhasilan intervensi edukatif dalam meningkatkan kesiapan kehamilan sehat pada wanita usia subur.

Hasil pengabdian ini juga sejalan dengan temuan Sadiyah et al. (2024) yang menyatakan bahwa edukasi prakonsepsi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong kesiapan afektif dan psikologis wanita usia subur dalam merencanakan kehamilan. Dalam kegiatan ini, peserta mulai menunjukkan sikap lebih terbuka untuk mendiskusikan masalah kesehatan reproduksi serta lebih percaya diri dalam mencari layanan kesehatan. Hal tersebut menggambarkan terbentuknya kesadaran kolektif sebagai fondasi menuju transformasi sosial dalam bidang kesehatan ibu dan anak.

Secara keseluruhan, pembahasan hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat yang dilakukan secara partisipatif, berbasis komunitas, dan didukung media edukatif mampu menghasilkan perubahan pengetahuan, sikap, serta kesadaran sosial awal pada wanita usia subur. Temuan ini memperkuat perspektif teoretik bahwa intervensi edukatif di tingkat komunitas merupakan strategi efektif dalam mendorong

perubahan perilaku kesehatan dan menjadi langkah awal yang penting dalam upaya pencegahan kehamilan berisiko serta peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak di Kampung Kubang Petir.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat di Kampung Kubang Petir memberikan refleksi bahwa pendekatan edukasi yang dilaksanakan secara partisipatif mampu menjadi sarana pembelajaran yang bermakna bagi wanita usia subur. Proses pendampingan yang melibatkan peserta secara aktif sejak tahap awal hingga evaluasi akhir tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga menumbuhkan kesadaran baru mengenai pentingnya mempersiapkan kehamilan sejak masa prakonsepsi sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan ibu dan anak.

Secara teoretis, hasil pengabdian ini menguatkan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan merupakan faktor awal yang penting dalam membentuk sikap dan kesiapan individu untuk berperilaku sehat. Penyuluhan berbasis komunitas yang didukung media edukatif dan interaksi kelompok terbukti mampu memfasilitasi proses belajar sosial, memperkuat pemahaman, serta mendorong perubahan cara pandang wanita usia subur terhadap perencanaan kehamilan sehat. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi promotif-preventif pada masa prakonsepsi merupakan strategi yang relevan untuk menurunkan potensi kehamilan berisiko.

Berdasarkan hasil tersebut, direkomendasikan agar kegiatan penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan melibatkan kader kesehatan dan tenaga kesehatan setempat sebagai penggerak utama di tingkat komunitas.

Selain itu, diperlukan penguatan peran lokal sebagai agen perubahan untuk memperluas jangkauan edukasi kepada wanita usia subur lainnya, serta pengembangan program pendampingan lanjutan yang berfokus pada perubahan perilaku kesehatan jangka panjang, sehingga upaya peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak di Kampung Kubang Petir dapat berjalan secara berkesinambungan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat di Kampung Kubang Petir. Terima kasih disampaikan kepada pihak desa dan pengelola Aula Sekolah Kampung Kubang Petir yang telah memberikan izin sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh wanita usia subur yang telah hadir dan berpartisipasi dengan penuh antusiasme selama kegiatan penyuluhan berlangsung.

Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas Bina Bangsa, khususnya Program Studi S1 Kebidanan, atas bimbingan dan arahan yang diberikan selama proses

perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada dosen pengampu mata kuliah yang telah memberikan masukan dan pendampingan akademik selama kegiatan berlangsung.

Ucapan terima kasih turut kami sampaikan kepada kader kesehatan dan bidan desa selaku penanggung jawab yang telah membantu proses koordinasi dan pendampingan selama kegiatan berlangsung. Terima kasih juga kepada seluruh anggota tim pengabdian yang telah bekerja sama dengan penuh komitmen sejak tahap persiapan hingga evaluasi, serta kepada tim dokumentasi dan seluruh pihak yang mendukung secara langsung maupun tidak langsung. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat berkelanjutan bagi peningkatan kesiapan prakonsepsi wanita usia subur serta berkontribusi dalam peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak di Kampung Kubang Petir.

DAFTAR REFERENSI

- Asrina, A., Sulymbona, N., & Anggraeni, S. D. (2023). Efektivitas pendidikan kesehatan prakonsepsi terhadap kesiapan kehamilan sehat pada wanita usia subur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 14(2), 123–131. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.855>
- Dean, S. V, Lassi, Z. S., & Imam, A. M. (2020). Preconception care: promoting reproductive planning. *Maternal and Child Health Journal*, 24(1), 13–20. <https://doi.org/10.1007/s10995-019-02882-3>
- Heryanto, M. L., Amelia, P. B., Khasanah, A. T., & Oktaviani, E. (2023). Penerapan Media Leaflet Sebagai Persiapan Perencanaan Kehamilan. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 2(2), 88–97. <https://doi.org/10.34305/jppk.v2i02.759>
- Heryanto, M. L., Rahmawati, D., & Sari, P. N. (2023). Penerapan media leaflet dalam penyuluhan persiapan perencanaan kehamilan sehat pada wanita usia subur. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan*, 2(2), 8795. <https://doi.org/10.34305/jppk.v2i02.759>
- Liananiar, A., Susanti, E., & Rahman, F. (2024). Efektivitas penyuluhan kesehatan berbasis komunitas terhadap peningkatan pengetahuan prakonsepsi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 5(1), 55–63. <https://scholar.google.com/scholar?q=penyuluhan+prakonsepsi+berbasis+komunitas>
- Mahayati, N. M. D., Putri, K. A., & Lestari, N. P. A. (2023). Optimalisasi persiapan kehamilan sehat bagi wanita usia subur melalui pendekatan edukatif. *Bhakti Sabha Nusantara*, 2(2), 45–52. <https://doi.org/10.58439/bsn.v2i2.137>
- Sadiyah, R., Wulandari, T., & Fitriani, D. (2024). Edukasi prakonsepsi sebagai upaya peningkatan kesiapan fisik dan psikologis wanita usia subur. *Jurnal Promotif Dan Preventif Kesehatan*, 6(1), 1018. <https://scholar.google.com/scholar?q=edukasi+prakonsepsi+wanita+usia+subur>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kemenkes RI. <https://www.kemkes.go.id>