



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 4 Tahun 2025 Page 12294-12306

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Usia, Pengalaman Hamil Sebelumnya Dengan Perilaku Perawatan Prakonsepsi Pada Wanita Usia Subur Di Kabupaten Kudus

Dwi Elysia Dinata^{1✉}, Noor Hidayah², Tri Suwanto³

Universitas Muhammadiyah Kudus

Email: dwielysiadinata@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Perawatan prakonsepsi merupakan langkah penting untuk mempersiapkan kehamilan yang sehat serta mencegah risiko komplikasi pada ibu dan janin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan usia dan pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku perawatan prakonsepsi pada wanita usia subur di Kabupaten Kudus. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel terdiri dari 100 wanita usia subur yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dari 19 puskesmas. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20–34 tahun (97%), memiliki pengalaman hamil sebelumnya (70%), dan memiliki perilaku perawatan prakonsepsi yang baik (71%). Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia ($p=0,201$) maupun pengalaman hamil sebelumnya ($p=0,290$) dengan perilaku perawatan prakonsepsi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah usia dan pengalaman hamil sebelumnya bukanlah faktor utama yang memengaruhi perilaku perawatan prakonsepsi. Faktor pengetahuan justru menjadi variabel paling berpengaruh. Disarankan agar edukasi mengenai perawatan prakonsepsi diperkuat oleh tenaga kesehatan untuk meningkatkan kesiapan kehamilan pada wanita usia subur.

Kata Kunci: *Usia, Pengalaman Hamil, Perilaku Prakonsepsi*

Abstract

Preconception care is an important step in preparing for a healthy pregnancy and preventing complications for both mother and fetus. This study aims to determine the relationship between age and previous pregnancy experience with preconception care behavior among women of reproductive age in Kudus Regency. This research used a quantitative method with a cross-sectional approach. The sample consisted of 100 women of reproductive age selected using purposive sampling from 19 public health centers. The research instrument was a validated and reliable questionnaire. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test. The results showed that most respondents were aged 20–34 years (97%), had previous pregnancy experience (70%), and demonstrated good preconception care behavior (71%). However, there was no significant relationship between age ($p=0.201$) or previous pregnancy experience ($p=0.290$) and preconception care behavior. The study concludes that age and previous pregnancy experience are not the main factors influencing preconception care behavior. Knowledge is found to be the most influential factor. It is recommended that health workers enhance education on preconception care to improve pregnancy readiness among women of reproductive age.

Keywords: *Age, Pregnancy Experience, Preconception Behavior*

PENDAHULUAN

Perilaku perawatan prakonsepsi terjadi sebelum kehamilan dengan rentang waktu dari tiga bulan hingga satu tahun sebelum konsepsi, perilaku ibu prakonsepsi merupakan segala sesuatu yang dilakukan oleh wanita usia subur budaya melayu sebelum terjadinya kehamilan yang dapat mempengaruhi status kesehatan kehamilannya (N. W. E. P. Dewi & Raswati Teja, 2022)

Kondisi dan perilaku kesehatan selama masa pra konsepsi berperan penting dalam menentukan hasil kehamilan. Persiapan kehamilan dan perawatan prakonsepsi memungkinkan wanita usia subur atau pasangan untuk mencari informasi, melakukan pemeriksaan, dan melakukan perawatan atau intervensi terhadap kesehatan biomedis, perilaku dan sosial sebelum konsepsi terjadi untuk mengidentifikasi dan menangani faktor risiko yang terjadi selama masa kehamilan. Banyak bukti ilmiah menunjukkan bahwa intervensi pada masa pra konsepsi secara signifikan meningkatkan angka kehamilan sehat (Amalia & Fathony, 2024)

Setiap tahunnya, 41% dari 208 juta kehamilan di dunia tidak direncanakan dan 4 diantaranya dari 10 wanita di dunia melaporkan bahwa kehamilannya tidak direncanakan.(Marsidi, 2021) Studi melaporkan peningkatan risiko masalah kesehatan mental pada wanita yang mengalami kehamilan tidak direncanakan. Di antara wanita dengan kehamilan yang tidak direncanakan, terdapat kemungkinan lebih tinggi mengalami

kesehatan psikologis yang buruk dan peningkatan risiko Depresi (Asrina et al., 2023)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sodonghilir menunjukkan dari 372 ibu hamil pada tahun 2022, 128 orang (34.4%) diantaranya adalah ibu hamil resiko tinggi, seperti hamil usia <20 tahun 33 orang, >35 tahun 49 orang. Jarak kehamilan <2 tahun 49 orang, anak >4 sebanyak 22 orang. Tinggi badan <140 cm sebanyak 3 orang. Selanjutnya ibu hamil yang mengalami KEK sebanyak 18 orang, anemia 34 orang, hipertensi 6 orang, diabetes melitus 1 orang. Salah satu bidan di Puskesmas Sodonghilir menyampaikan salah satu permasalahan bahwa banyaknya kehamilan berisiko ini disebabkan kurangnya pengetahuan mengenai kehamilan yang sehat. Hal ini terjadi sebab ibu hamil kurang mendapatkan informasi mengenai persiapan kehamilan sehat dan kehamilan berisiko karena kesulitan dalam mendapatkan konseling dengan waktu yang lebih lama karena media promosi kurang maksimal (Asrina et al., 2023)

Faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku perawatan prakonsepsi menurut (Aliyu, 2019) adalah usia wanita (AOR: 3,567; 95% CI: 1,082, 11,758). Menurut (Asresu & Girmay, 2019) adalah pengalaman hamil sebelumnya tentang hasil kelahiran yang buruk (AOR: 5,10; 95% CI: 2,31, 11,24).

Kematian ibu selama kehamilan, persalinan atau nifas merupakan tragedi yang berdampak bencana bagi keluarga dan merupakan indikator penting kualitas suatu sistem kesehatan. World Health Organization (WHO) telah mendefinisikan Maternal Mortality Ratio (MMR) sebagai jumlah kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Kematian ibu adalah kematian seorang wanita saat hamil atau dalam 42 hari setelah penghentian kehamilan, terlepas dari apakah penyebabnya terkait atau diperburuk oleh kehamilan.

Menurut definisi WHO, kematian ibu tidak termasuk kematian karena kecelakaan atau insidental. Setiap hari sekitar 830 wanita meninggal karena sebab yang dapat dicegah terkait dengan kehamilan dan persalinan. Tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia yaitu 305 per 100.000 kelahiran hidup (SUPAS, 2015), tingginya Angka Kematian Bayi (AKB) 24 per 1000 kelahiran hidup (SDKI, 2017) dan kematian neonatal 15 per 1000 kelahiran hidup. Angka Kematian Ibu di Jawa Tengah 98,6 per 100.000 kelahiran hidup, Angka Kematian Bayi 7,7 per 1000 kelahiran hidup, jumlah ibu hamil Kurang Energi Kronis (KEK) di Jawa Tengah sebanyak 39.823 ibu hamil (6,91%), jumlah kasus Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) sebanyak 23.722 kasus (Isti Hartini, 2022)

Kabupaten Kudus merupakan Kabupaten di Jawa Tengah yang memiliki kasus kehamilan resiko tinggi melampaui target minimal nasional 20% (DKK Kudus, 2021). Hal ini di tunjukkan dari data trend kehamilan resiko tinggi dalam tiga tahun berturut – turut sebagai berikut ; tahun 2019, 2020 dan 2021 sejumlah 24,51%, 28,83% dan 24,93% dari total

kehamilan (Hidayah et al., 2023)

Jumlah kasus kehamilan resiko tinggi di Jawa Tengah dengan komplikasi kehamilan sebanyak 175.235, yang tertinggi kasus kehamilan resiko yaitu di Kabupaten Batang sebanyak 74.283.344 kasus, sedangkan di Kabupaten Kudus yang mengalami komplikasi kehamilan sebanyak 27.223.868 kasus. Kabupaten Kudus sendiri menempati peringkat ke 23 dari 35 Kabupaten Jawa Tengah.

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh usia, pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku prakonsepsi yang dimiliki oleh wanita yang merencanakan kehamilan di Kabupaten Kudus. Sedangkan secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk: (1) Untuk mengetahui apakah ada hubungan signifikan antara usia Wanita dan perilaku prakonsepsi. (2) Untuk mengetahui bagaimana pengalaman hamil sebelumnya mempengaruhi perilaku prakonsepsi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara usia dan pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku perawatan prakonsepsi. Data dikumpulkan satu waktu melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji chi-square untuk melihat hubungan antar variabel.

Penelitian dilakukan di seluruh wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus yang terdiri dari 19 puskesmas. Lokasi ini dipilih dengan pertimbangan untuk memperoleh data yang representatif terkait variabel yang diteliti, yakni usia, pengalaman hamil sebelumnya, dan perilaku prakonsepsi.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita usia subur (15–39 tahun) di Kabupaten Kudus pada tahun 2022, dengan total populasi sebesar 184.368 orang (DKK Kudus, 2022). Mengacu pada pendapat Suriani et al. (2023), populasi merupakan seluruh elemen yang memiliki karakteristik tertentu dalam penelitian. Sementara itu, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus Slovin, berguna untuk menentukan jumlah sampel yang proporsional dari populasi besar dengan tingkat kesalahan tertentu. Dengan tingkat kelonggaran (e) sebesar 0,1, maka diperoleh jumlah sampel sebanyak 100 responden. Sampel ini kemudian didistribusikan secara acak proporsional ke 19 puskesmas di wilayah tersebut.

Teknik pengumpulan data melibatkan dua jenis data, yaitu primer dan sekunder. Data primer diperoleh langsung dari responden melalui pengisian kuesioner. Kuesioner ini mencakup variabel usia (dalam tahun), pengalaman hamil sebelumnya (menuliskan jumlah

anak yang dimiliki oleh wanita usia subur), serta perilaku prakonsepsi yang dijabarkan melalui 13 item pernyataan berdasarkan indikator dari berbagai aspek, seperti perencanaan keluarga, riwayat genetik, penggunaan obat dan zat, gaya hidup, stres, paparan lingkungan, status imunisasi, riwayat penyakit, dan konteks sosial budaya. Kuesioner ini juga telah diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu pada 30 responden di luar sampel utama.

Sementara itu, data sekunder, berasal dari literatur dan sumber tertulis lain yang relevan dengan topik penelitian, seperti jurnal ilmiah, buku, dan dokumen resmi.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan dua tahap. Analisis univariat, menurut Wicaksana dan Rachman (2018), digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel melalui distribusi frekuensi dan persentase. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu variabel bebas (usia, pengalaman hamil sebelumnya) dan variabel terikat (perilaku prakonsepsi). Uji yang digunakan adalah uji Chi-Square, dengan bantuan program SPSS, untuk menguji signifikansi statistik dari hubungan antar variabel.

Uji Chi-Square digunakan jika frekuensi harapan tiap sel tidak kurang dari 5. Bila sampel > 40 , digunakan Chi-Square dengan koreksi Yates. Jika sampel antara 20–40, digunakan Chi-Square dengan atau tanpa koreksi tergantung frekuensi. Bila sampel < 20 atau frekuensi terlalu kecil, digunakan uji Fisher. Interpretasi hasil dilakukan berdasarkan nilai p-value, di mana jika nilai $p < 0,05$ maka terdapat hubungan yang signifikan antar variabel, dan jika $p > 0,05$ maka tidak terdapat hubungan yang signifikan.

Dengan pendekatan dan metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran akurat mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku prakonsepsi wanita usia subur di Kabupaten Kudus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus. Pada bulan juli 2024 sampai dengan bulan juni 2025. Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus memiliki 19 Puskesmas, dengan 10 Puskesmas melayani rawat inap dan 9 puskesmas non rawat inap. Trend angka resiko tinggi kehamilan di Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus dari tahun 2019 sampai tahun 2023 terus mengalami peningkatan.

Gambaran Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan dasar menengah, yaitu sebanyak 87 dari 100 responden atau sebesar 87,0%. Sementara itu, hanya 13 responden atau 13,0% yang memiliki pendidikan terakhir pada jenjang perguruan tinggi. Hal ini mencerminkan bahwa mayoritas wanita usia subur yang merencanakan kehamilan di wilayah Kabupaten Kudus pada tahun 2025 memiliki latar belakang pendidikan yang belum mencapai jenjang pendidikan tinggi.

Dari segi lama pernikahan, mayoritas responden telah menikah lebih dari lima tahun, yakni sebanyak 83 orang atau 83,0%. Sisanya, sebanyak 17 responden atau 17,0%, baru menikah dalam kurun waktu lima tahun terakhir. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan penelitian memiliki pengalaman dalam pernikahan yang cukup lama, yang berpotensi memengaruhi kesiapan serta pengetahuan mereka dalam merencanakan kehamilan secara prakonsepsi.

Terkait dengan sumber awal informasi tentang kesehatan prakonsepsi, mayoritas responden, yaitu 85 orang atau 85,0%, menyatakan bahwa mereka pertama kali memperoleh informasi dari petugas kesehatan. Hanya 15 orang atau 15,0% yang menyebutkan sumber informasi awalnya berasal dari non-petugas kesehatan, seperti keluarga, teman, atau media lainnya. Temuan ini mengindikasikan bahwa peran petugas kesehatan masih sangat dominan dalam menyampaikan edukasi mengenai prakonsepsi kepada masyarakat, khususnya perempuan usia subur.

Hasil Analisis Univariat

Usia Responden Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia Berdasarkan Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus Tahun 2025 (n = 100)

Usia	Frekuensi (f)	Persen (%)
≥ 35 tahun	3	3,0
20-34 tahun	97	97,0
Jumlah	100	100,0

Tabel 1 menunjukkan hampir wanita usia subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus hampir seluruhnya berumur 20-34 tahun yaitu sebanyak 97 orang (97,0%).

Pengalaman Hamil Sebelumnya Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus

Tabel 2. Pengalaman Hamil Sebelumnya Wanita Usia Subur di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus Tahun 2025 (n = 100)

Pengalaman Hamil Sebelumnya	Frekuensi	Persen
	(f)	(%)
Nullipara	30	30,0
Primipara -Multipara	70	70,0
Jumlah	100	100,0

Tabel 2 menunjukkan wanita usia subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus sebagian besar primipara -multipara yaitu sebanyak 70 orang (70,0%).

Perilaku Prakonsepsi Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus

Tabel 3. Perilaku Prakonsepsi Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus Tahun 2025 (n = 100)

Perilaku Prakonsepsi	Frekuensi	Persen
	(f)	(%)
Kurang	29	29,0
Baik	71	71,0
Jumlah	100	100,0

Tabel 3 menunjukkan wanita usia subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus sebagian besar mempunyai perilaku prakonsepsi yang baik yaitu sebanyak 71 orang (71,0%).

Hasil Analisis Bivariat

Tabulasi Silang Antara Usia dengan Perilaku Prakonsepsi Responden Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus

Tabel 4. Usia dengan Perilaku Prakonsepsi pada Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus Tahun 2025 (n = 100)

Usia	Perilaku Prakonsepsi						<i>p value</i>	(COR)
	kurang		baik		total			
	f	%	%	f	%			
≥ 35 tahun	2	66,7	1	33,3	3	100,0	0,201	2,395
20-34 tahun	27	27,8	70	72,2	97	100,0		(1,012-5,671)
Jumlah	29	29,0	71	71,0	100	100,0		

Uji *chi square*, α : = 0,05

Tabel 4. menunjukkan responden yang memiliki usia ≥ 35 tahun sejumlah 3 orang, sebagian besar memiliki perilaku prakonsepsi kurang sejumlah 2 orang (66,7%) dibanding yang memiliki perilaku baik sejumlah 1 (33,3%), sedangkan responden yang memiliki usia

20-34 tahun sejumlah 97 orang, sebagian besar memiliki perilaku prakonsepsi baik sejumlah 70 orang (72,2%) dibanding yang memiliki perilaku prakonsepsi kurang baik sejumlah 27 orang (27,8%). Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan untuk usia dan perilaku prakonsepsi dengan *p value* sebesar $0,201 \geq 0,05$. *COR (Crude Odd Ratio)* / faktor resiko yang belum disesuaikan menunjukkan nilai 2,395 (95% CI 1,012-5,671) maknanya usia ≥ 35 tahun beresiko memiliki perilaku prakonsepsi kurang sebesar 2,395 kali daripada yang berusia 20-34 tahun namun nilai ini tidak relevan atau tidak signifikan. Pengalaman Hamil Sebelumnya dengan Perilaku Prakonsepsi Wanita Usia Subur Tahun di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus

Tabel 5. Pengalaman Hamil Sebelumnya dengan Perilaku Prakonsepsi pada Wanita Usia Subur di Wilayah Puskesmas Kabupaten Kudus (n = 100)

Pengalaman Hamil Sebelumnya	Perilaku Prakonsepsi						<i>p value</i>	<i>(COR)</i>
	kurang		baik		total			
	f	%	%	f	%			
Nulliparitas	6	20,0	24	80,0	30	100,0	0,290	0,609
Primi - multiparitas	23	32,9	47	67,1	70	100,0		(0,276-1,341)
Jumlah	29	29,0	71	71,0	100	100,0		

Uji *chi square*, α : = 0,05

Tabel 5 menunjukkan responden yang belum mempunyai pengalaman hamil (nulliparaitas) sejumlah 30 orang sebagian besar memiliki perilaku prakonsepsi baik sejumlah 24 orang (80,0%) lebih banyak dibanding yang memiliki perilaku prakonsepsi kurang sejumlah 6 orang (20,0%). Sedangkan responden yang memiliki pengalaman hamil 2-4 kali (primi-multiparitas) sejumlah 70 orang, sebagian besar memiliki perilaku prakonsepsi baik 47 orang (67,1%) lebih banyak dibanding yang memiliki perilaku prakonsepsi kurang sejumlah 23 (32,9%). Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan untuk pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku prakonsepsi dengan *p value* sebesar $0,290 \geq 0,05$. *COR (Crude Odd Ratio)* / faktor resiko yang belum disesuaikan menunjukkan nilai 0,609 (95% CI 0,276-1,341) maknanya ibu nulliparitas beresiko memiliki perilaku prakonsepsi kurang sebesar 0,609 kali daripada yang primi-multiparitas namun nilai ini tidak relevan atau tidak signifikan.

Pembahasan

Hasil Univariat

Usia Responden Wanita Usia Subur di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah wanita usia subur berusia 20–34 tahun sebanyak 97 orang (97%), sedangkan yang berusia ≥ 35 tahun hanya 3 orang (3%). Hal ini mencerminkan bahwa kelompok usia 20–34 tahun merupakan fase usia reproduktif aktif di mana sebagian besar wanita mulai merencanakan kehamilan.

Menurut Oktavia (2024), kelompok usia 20–34 tahun termasuk dalam kategori usia produktif yang secara fisiologis ideal untuk kehamilan karena risiko komplikasi kehamilan relatif lebih rendah. Dukungan informasi dan layanan kesehatan yang sesuai pada kelompok usia ini sangat penting dalam mendorong perilaku prakonsepsi yang sehat.

Pengalaman Hamil Sebelumnya Wanita Usia Subur Usia 20-39 Tahun di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus

Sebagian besar responden (70%) termasuk dalam kategori primipara dan multipara, sedangkan sisanya (30%) belum pernah hamil (nullipara). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar wanita sudah memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya yang berpotensi memengaruhi kesiapan dan pengetahuan tentang prakonsepsi.

Menurut Ayudia (2022), pengalaman kehamilan dapat meningkatkan kesiapan seorang wanita dalam menghadapi kehamilan berikutnya, terutama jika pengalaman sebelumnya melibatkan tantangan atau komplikasi. Namun, pengalaman ini tidak secara otomatis menjamin adanya perilaku prakonsepsi yang baik, karena masih bergantung pada pengetahuan, sikap, dan akses terhadap informasi Kesehatan .

Hasil Bivariat

Hubungan Usia dengan Perilaku Prakonsepsi Wanita Usia Subur Usia 20-39 Tahun di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara usia dengan perilaku prakonsepsi pada wanita usia subur 20-39 tahun di Puskesmas wilayah Kabupaten Kudus, dengan nilai Chi-square sebesar 0,662 dan p-value 0,201 yang lebih besar dari 0,05. Dalam penelitian ini, ibu dengan usia rata-rata 26,9 tahun yang termasuk kelompok usia non risiko tinggi lebih sering menggunakan alat kontrasepsi, rutin minum air putih, serta menjalani vaksinasi yang diwajibkan pemerintah. Temuan ini sejalan dengan penelitian di Medan dan Cirebon yang juga melaporkan bahwa usia tidak berhubungan dengan perilaku wanita usia subur, meskipun bertolak belakang dengan hasil di Lampung yang menemukan adanya hubungan tersebut. Hal ini memperkuat asumsi bahwa usia bukanlah faktor utama yang menentukan perilaku prakonsepsi.

Menurut beberapa ahli, umur merupakan faktor predisposisi yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan karena menunjukkan kematangan dan tahapan perkembangan individu. Wanita usia subur merupakan kelompok aktif secara reproduktif dan berpotensi mengalami kehamilan, sehingga usia berpengaruh terutama terkait kesuburan dan perilaku prakonsepsi. Namun, keberhasilan perilaku ini sangat bergantung pada pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan yang baik, yang didapat dari sumber informasi yang kredibel seperti tenaga kesehatan, akan mendorong perilaku prakonsepsi yang positif. Sebaliknya, usia tanpa dukungan informasi yang memadai tidak serta-merta menghasilkan perilaku yang baik.

Data menunjukkan bahwa wanita usia subur berusia ≥ 35 tahun yang berperilaku prakonsepsi kurang baik berjumlah dua orang atau 66,7%. Mereka cenderung tidak menghindari pola makan tinggi gula, tidak melakukan pemeriksaan ke dokter bersama pasangan, dan tidak memeriksakan kesehatan gigi. Sebagian besar wanita dengan perilaku prakonsepsi kurang baik telah menikah selama lebih dari 5 tahun, meskipun sebagian besar responden yang memiliki perilaku kurang baik justru menikah kurang dari 5 tahun (75,9%). Hal ini mengindikasikan bahwa lamanya masa pernikahan berperan penting dalam mendorong kesadaran akan pentingnya pemeriksaan dan konseling prakonsepsi untuk memastikan kehamilan yang sehat. Pasangan yang telah menikah lama berpotensi mengalami masalah kesehatan yang memengaruhi kehamilan, sehingga perilaku prakonsepsi menjadi semakin krusial.

Sebaliknya, wanita usia subur ≥ 35 tahun yang berperilaku prakonsepsi baik hanya satu orang (33,3%), yang sudah menggunakan alat kontrasepsi, rutin minum air putih, dan mengikuti vaksinasi pemerintah. Faktor penting yang memengaruhi perilaku ini adalah sumber informasi; mayoritas wanita yang berperilaku baik memperoleh informasi dari petugas kesehatan (80,3%), lebih banyak dibandingkan dari sumber non-petugas kesehatan (19,7%). Sumber informasi yang tepat dan relevan secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan kesehatan reproduksi dan persiapan kehamilan, sehingga berkontribusi positif terhadap perilaku prakonsepsi.

Di kelompok usia 20-34 tahun, sebanyak 70 orang (72,2%) menunjukkan perilaku prakonsepsi baik. Responden dengan usia rata-rata 26,9 tahun ini juga sudah menggunakan alat kontrasepsi, sering minum air putih, dan menjalani vaksinasi wajib. Faktor pengetahuan menjadi kunci di sini; sebagian besar wanita dengan perilaku baik memiliki pengetahuan yang memadai (85,9%) dibandingkan yang kurang (22,5%). Pengetahuan yang luas tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum hamil, nutrisi yang tepat, dan menghindari zat berbahaya mendorong perilaku yang mendukung kehamilan sehat.

Sebaliknya, 27 orang (27,8%) di usia yang sama menunjukkan perilaku prakonsepsi kurang baik. Mereka cenderung tidak menghindari konsumsi gula berlebih, tidak melakukan pemeriksaan dokter bersama pasangan, dan tidak memeriksakan gigi. Sikap yang kurang mendukung menjadi faktor utama yang memengaruhi perilaku ini; mayoritas responden dengan perilaku kurang baik memiliki sikap negatif (62,1%) dibandingkan yang bersikap positif (37,9%). Sikap positif terhadap prakonsepsi, seperti kesadaran akan pentingnya persiapan kehamilan, mendorong tindakan preventif seperti pemeriksaan kesehatan dan konsultasi medis. Sebaliknya, sikap negatif menyebabkan kurangnya persiapan yang dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan selama kehamilan.

Penulis menyimpulkan bahwa perilaku prakonsepsi sangat dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sikap, dan sumber informasi yang diterima, sementara usia bukanlah faktor utama. Perilaku prakonsepsi yang baik membutuhkan dukungan informasi yang tepat dan sikap positif, terutama bagi wanita yang telah lama menikah atau berada di usia reproduktif yang lebih matang, guna memastikan kehamilan yang sehat dan lancar.

Hubungan Pengalaman Hamil Sebelumnya dengan Perilaku Prakonsepsi Wanita Usia Subur Usia 20-39 Tahun di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku prakonsepsi pada wanita usia subur 20-39 tahun di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus, dengan nilai Chi-square sebesar 1,119 dan p-value 0,290 yang lebih besar dari 0,05. Meskipun banyak wanita yang telah memiliki pengalaman hamil sebelumnya, mereka cenderung tidak menghindari pola makan tinggi gula, tidak didampingi suami saat pemeriksaan ke dokter, serta tidak melakukan pemeriksaan gigi minimal enam bulan sekali.

Temuan ini sesuai dengan penelitian di Medan yang juga melaporkan bahwa paritas tidak berhubungan dengan perilaku wanita usia subur, tetapi berbeda dengan hasil penelitian di Mesuji dan Depok yang menemukan hubungan signifikan antara pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku prakonsepsi. Hal ini menegaskan bahwa pengalaman hamil bukanlah faktor utama yang memengaruhi perilaku prakonsepsi.

Pengalaman hamil sebelumnya, atau paritas, merupakan jumlah kehamilan yang telah mencapai usia kandungan minimal 24 minggu. Pengalaman ini dapat memengaruhi perilaku prakonsepsi seseorang; pengalaman positif biasanya meningkatkan kesadaran dan kesiapan untuk kehamilan berikutnya, sementara pengalaman negatif seperti keguguran atau persalinan prematur dapat membuat wanita lebih berhati-hati dan lebih taat menjalani pemeriksaan kesehatan serta menjalani gaya hidup sehat. Namun, rasa takut dan

kecemasan dari pengalaman buruk juga bisa memengaruhi sikap dan perilaku tersebut secara berbeda.

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa dari 30 wanita nullipara (belum pernah hamil) di wilayah tersebut, sebagian besar (80%) menunjukkan perilaku prakonsepsi baik, sedangkan sisanya 20% memiliki perilaku kurang baik. Sedangkan pada 70 wanita primiparita (pernah hamil satu kali atau lebih), sebagian besar juga memiliki perilaku prakonsepsi baik sebanyak 67,1%, dan 32,9% lainnya menunjukkan perilaku kurang baik. Dengan demikian, meskipun pengalaman hamil sebelumnya dapat berpengaruh, faktor lain seperti pengetahuan, sikap, dan sumber informasi mungkin lebih menentukan perilaku prakonsepsi pada wanita usia subur.

SIMPULAN

Tidak ada hubungan yang bermakna usia dengan perilaku prakonsepsi pada wanita usia subur usia 20-39 tahun di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus, dengan p -value sebesar $0,201 > 0,05$ (α). Tidak ada hubungan yang bermakna pengalaman hamil sebelumnya dengan perilaku prakonsepsi pada wanita usia subur usia 20-39 tahun di Puskesmas Wilayah Kabupaten Kudus, dengan p -value sebesar $0,290 > 0,05$ (α). variabel yang paling berpengaruh terhadap perilaku prakonsepsi adalah pengetahuan dengan p value sebesar 0,000. Diperoleh pula nilai OR sebesar 7,639. Artinya ibu yang mempunyai pengetahuan kategori kurang beresiko 7,639 kali mempunyai perilaku prakonsepsi kategori kurang dibandingkan yang mempunyai pengetahuan kategori baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyu, S. A. (2019). *Pemanfaatan perawatan prakonsepsi dan faktor-faktor terkait pada wanita kelompok usia reproduksi di kota Debre Birhan , Provinsi Sumatera Utara*. 0, 1–10.
- Amalia, R., & Fathony, Z. (2024). Sehat Pada Wanita Usia Subur Di Masjid Al-Jihad Banjarmasin. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 8(3), 2658–2664.
- Asresu, T. T., & Girmay, B. (2019). *Pemanfaatan ibu dan faktor terkait dalam perawatan prakonsepsi di Ethiopia utara : studi cross sectional berbasis komunitas*. 1, 1–7.
- 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. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.855>
- Ayudia, F. (2022). *Prakonsepsi Sehat Bayi Lahir Sehat*. CV. Bintang Semesta Media.
- Isti Hartini. (2022). Pengaruh Penggunaan E-Modul Prakonsepsi Terhadap Perilaku

- Persiapan Kehamilan Sehat Pada Wanita Usia Subur Di Kabupaten Wonosobo Tahun 2022. *Journal of Health (JoH)*, 9(2), 63–72. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n2.474>
- Marsidi, S. R. (2021). Identification of Stress, Anxiety, and Depression Levels of Students in Preparation for the Exit Exam Competency Test. *Journal of Vocational Health Studies*, 5(2), 87. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v5.i2.2021.87-93>
- Oktavia, L. D. (2024). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Deepublish,.
- Wicaksana & Rachman. (2018). *Jenis Penelitian. Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 3(1), 10–27. <https://Medium.Com/@arifwicaksanaa/Pengertian-Use-CaseA7e576e1b6bf>.
- 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. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v13i1.1906>