
LAPORAN

KULIAH PRAKTIKI : ASUHAN PRAKONSEPSI DAN PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT



22 DESEMBER 2025

SEMESTER GANJIL 2025/2026

PROGRAM STUDI KEBIDANAN



**UNIVERSITAS
FORT DE KOCK
BUKITINGGI**

VISI DAN MISI

PROGRAM STUDI

VISI

**“Mewujudkan Bidan Professional
Dengan Keunggulan Berjiwa
Entrepreneur Dan Mampu Bersaing
Di Era Global Tahun 2033”**

TEMA

“Skrining Calon Pengantin”

NARASUMBER

Rovi Merita, Amd.Keb

JADWAL

Waktu : Senin, 22 Desember 2025

Pukul : 13.00 s/d selesai

PROFIL NARASUMBER

Curriculum Vitae



Nama	Rovi Merita, A.Md. Keb
Tempat/ Tgl Lahir	Pilubang / 04 September 1984
NIP	198409042017042009
Pangkat / Golongan	Penata Muda Tk I / IIIa
Jabatan	Bidan Mahir
Instansi	UPTD Puskesmas Guguk Panjang - BKT
Pendidikan	2002 : SPK Yarsi BKT 2005 : D3 Kebidanan Mercubaktijaya - Pdg 2006 : Bidan PTT / 2017 PNS
Pelatihan Yang Pernah diikuti	Pelayanan Kontrasepsi Bagi Dokter dan Bidan Di Fasilitas Kesehatan (2022) Skrining Deteksi Dini Kanker Payudara dan Kanker Mulut Rahim (2022) Pelayanan ANC, INC, PNC dan SHK (2025)
Dedikasi Kedinasan	Juara 1 Nakes Teladan Bidan (2023) Kota BKT

HAND OUT MATERI

ASKEB PRAKONSEPSI CATIN

By,
Rovi Merita, A.Md. Keb
198409042017042009



Curriculum Vitae



Nama	Rovi Merita, A.Md. Keb
Tempat/ Tgl Lahir	Pilubang / 04 September 1984
NIP	198409042017042009
Pangkat / Golongan	Penata Muda Tk I / IIIa
Jabatan	Bidan Mahir
Instansi	UPTD Puskesmas Guguk Panjang - BKT
Pendidikan	2002 : SPK Yarsi BKT 2005 : D3 Kebidanan Mercubaktijaya - Pdg 2006 : Bidan PTT / 2017 PNS
Pelatihan Yang Pernah diikuti	Pelayanan Kontrasepsi Bagi Dokter dan Bidan Di Fasilitas Kesehatan (2022) Skrining Deteksi Dini Kanker Payudara dan Kanker Mulut Rahim (2022) Pelayanan ANC, INC, PNC dan SHK (2025)
Dedikasi Kedinasan	Juara 1 Nakes Teladan Bidan (2023) Kota BKT

CATIN
RPJMN 2025-2029

LATAR BELAKANG



Kematian Ibu

1-2 ibu meninggal setiap 1jam
tertinggi ke 2 di ASEAN

Kematian Bayi Baru Lahir 8 Bayi Baru
Lahir meninggal setiap 1jam

Pernikahan Anak

No 2 tertinggi di ASEAN



Kematian Bayi Baru Lahir

pada ibu dibawah usia 20 tahun 3x lipat
dibandingkan ibu usia 20-29 tahun (SDKI, 2017)



Stunting

1dari 3 Anak mengalami stunting

Kematian Bayi

13-14Bayi meninggal setiap 1jam

Strategi Penyelamatan Ibu dan Bayi

1

Masa Sebelum Hamil

Edukasi gizi & kespro remaja putri, catin, dan PUS ttg perencanaan kehamilan sehat ; deteksi dini/ skrining & pelayanan kesehatan

2

Masa Kehamilan

Mencegah komplikasi dan melakukan deteksi dini & perawatan penyulit kehamilan dengan tepat

3

Masa Persalinan dan Bayi Baru Lahir

seluruh penolong persalinan memiliki pengetahuan, keterampilan dan peralatan yang memadai untuk melaksanakan persalinan yang bersih dan aman serta pelayanan komplikasi dan kegawatdaruratan ibu dan bayi

4

Masa Pasca Persalinan

Edukasi dan pelayanan esensial bagi ibu nifas dan bayi serta tatalaksana pra rujukan dan rujukan

Pelayanan Kesehatan Primer dan Rujukan

Pemenuhan Hak Dasar Setiap Perempuan Dan Anak



Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil

Dalam Mendukung Penurunan AKI, AKB, Stunting

Tujuan

Mempersiapkan pasangan dalam menjalani kehamilan dan persalinan yang sehat dan selamat serta memperoleh bayi yang sehat

70% catin akan **hamil** dalam 1 tahun pertama setelah pernikahan (angka infertilitas Indonesia 15-25%)

Banyaknya calon pengantin dan WUS dengan **masalah kesehatan** yang berisiko jika hamil

Masyarakat menganggap kehamilan kedua dan seterusnya lebih mudah dan tidak berisiko daripada kehamilan pertama



Penyakit Tidak Menular

1. Hipertensi

36,85% pd perempuan (Riskesdas, 2018)

2. Diabetes Melitus

1,78%pd perempuan (Riskesdas, 2018)

3. Jantung

1,6%pd perempuan (Riskesdas, 2018)

4. SLE

0,5% populasi, lbh banyak pada perempuan usia produktif (prof Handono Kalim, 2016)

Masalah Gizi (Riskesdas, 2018)

1. Kurang Energi Kronis

31,8%pada WUS(15-49tahun)

17,3%pada Ibu hamil

2. Anemia

30% pada Remaja 48,9% pada Ibu hamil

3. Obesitas

29%pada perempuan usia >18tahun 14,5%pada laki-laki usia >18tahun

Penyakit Menular

1. HIV/AIDS

12177kasus baru ODHA pada usia 25 - 49 tahun (Lap rutin Jan-Juni 2021)

2. TB (Riskesdas 2018)

0,4% pada perempuan
0,5% pada laki-laki

3. Hepatitis

0,39% pada perempuan (Riskesdas 2018)

Keluarga Berencana

1. 4 Terlalu (Riskesdas, 2013)

Terlalu muda & Terlalu tua
32,5%

Terlalu dekat 9%
Terlalu banyak 32,4%

2. Kehamilan tidak diinginkan

7%(SDKI 2017)

Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil

Dalam Mendukung Penurunan AKI, AKB, Stunting



Informasi Kesehatan Reproduksi

yang perlu diketahui oleh calon pengantin

- 1 Kesehatan, sistem, fungsi, & proses reproduksi
- 2 Hak Reproduksi
- 3 Persiapan pra nikah
- 4 Perencanaan kehamilan & KB
- 5 Pencegahan infertilitas
- 6 Kondisi kesehatan & penyakit yang perlu diwaspadai (termasuk IMS & HIV)
- 7 Pencegahan stunting dan 1000 HPK
- 8 Pencegahan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT)



Persiapan Pra Nikah

1

Pemeriksaan kesehatan

2

Skrining status imunisasi Tetanus

3

Pengukuran status gizi

4

Persiapan gizi

5

Menjaga kesehatan organ reproduksi



1

Pemeriksaan Kesehatan Pra Nikah

“Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan pada pasangan catin laki-laki dan perempuan sebelum melangsungkan pernikahan”

Apa manfaatnya?

- untuk mengetahui status kesehatan calon pengantin
- bila calon pengantin mempunyai masalah kesehatan dapat diobati/dikontrol
- mencegah penularan penyakit kepada pasangan
- mempersiapkan kehidupan rumah tangga yang sehat
- mempersiapkan kehamilan dan menghasilkan keturunan yang sehat dan berkualitas



Standar Layanan

yang didapatkan?



Anamnesis



Keluhan kesehatan

Riwayat penyakit

Faktor risiko kesehatan

Deteksi dini masalah kesehatan jiwa

Pemeriksaan Fisik



Tanda vital

Status gizi

Pemeriksaan fisik lengkap (sesuai indikasi medis)

Hb, Gol. darah + rhesus dan tes HCG

Sesuai indikasi:

Gula darah; HIV; IMS; Hepatitis; Talasemia; TORCH (untuk catin perempuan); IVA/*pap smear* (bagi catin perempuan yang sudah pernah menikah) dll

Pemeriksaan Penunjang



KIE & konseling kesehatan reproduksi

Pemberian tablet tambah darah (TTD)

Skruining & imunisasi Tetanus difteri (Td)

Pengobatan/terapi sesuai permasalahan kesehatan

Tatalaksana



3 bulan
sebelum
melangsungkan
pernikahan



Kenapa 3 bulan sebelum pernikahan?

1

Masalah yang ditemukan dapat diobati/dikontrol sebelum calon menikah

2

Calon punya cukup waktu untuk mempersiapkan fisik & mental dalam menempuh kehidupan berumah tangga



2

Skrining Status Imunisasi Tetanus



Tiap WUS (15-49 tahun) diharapkan sudah mendapat 5 kali imunisasi Tetanus lengkap (T5). Jika status T belum lengkap, maka catin perempuan harus melengkapi status imunisasi Tetanusnya di Puskesmas.

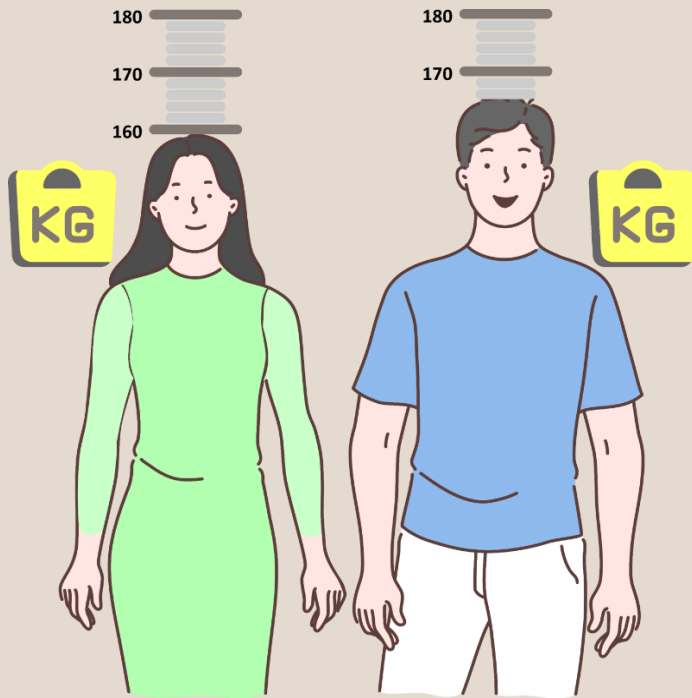
Imunisasi Tetanus **penting** untuk mencegah dan melindungi dari penyakit Tetanus baik **bagi diri sendiri** maupun **bayi yang akan dilahirkan kelak**

Status Imunisasi Tetanus pada Catin

Status Imunisasi	Interval Minimal Pemberian	Masa Perlindungan
T1	-	-
T2	4 minggu setelah T1	3 tahun
T3	6 bulan setelah T2	5 tahun
T4	1 tahun setelah T3	10 tahun
T5	1 tahun setelah T4	Lebih dari 25 tahun

3

Pengukuran Status Gizi



Status Gizi	Kategori	IMT
Sangat kurus	Kekurangan BB tingkat berat	< 17,0
Kurus	Kekurangan BB tingkat ringan	17 - < 18,5
Normal		18,5 – 25,0
Gemuk	Kelebihan BB tingkat ringan	> 25,0 – 27,0
Obesitas	Kelebihan BB tingkat berat	> 27,0

- ✓ deteksi dini masalah gizi
- ✓ menyiapkan calon ibu agar dapat menjalani kehamilan yang sehat

Cara menghitung IMT:

$$\text{IMT} = \frac{\text{BB (kg)}}{\text{TB (m)}^2}$$

Keterangan:

BB = Berat Badan (kg)

TB = Tinggi Badan (m)

Persiapan Gizi



Setiap catin perempuan dianjurkan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat seminggu sekali

Setiap pasangan catin dianjurkan:

- ▶ Mengonsumsi pangan beraneka ragam sesuai dengan gizi seimbang
- ▶ Membiasakan perilaku hidup bersih
- ▶ Melakukan aktivitas fisik
- ▶ Mempertahankan dan memantau berat badan normal

- Biasakan minum air putih min 8 gelas per hari
- Hindari minum teh atau kopi setelah makan
- Batasi mengonsumsi garam, gula, dan lemak/minyak

5

Menjaga Kesehatan Organ Reproduksi

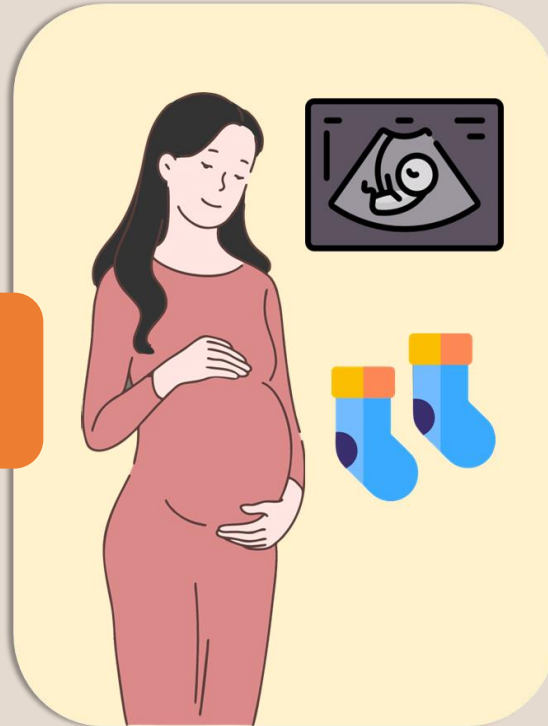
- Mengganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari.
- Gunakan pakaian dalam berbahan sintetis (katun) yang dapat menyerap keringat dan tidak terlalu ketat.
- Membersihkan organ reproduksi luar dari depan ke belakang dengan menggunakan air bersih dan dikeringkan menggunakan handuk atau tisu.
- Pakailah handuk yang bersih, kering, tidak lembab / bau.

- Khusus untuk perempuan:
 - Tidak boleh terlalu sering menggunakan cairan pembilas vagina.
 - Jangan memakai pembalut tipis dalam waktu lama.
 - Pergunakan pembalut ketika menstruasi dan diganti paling lama setiap 4 jam sekali atau setelah buang air.
 - Bagi perempuan yang sering keputihan, berbau dan berwarna harap memeriksakan diri ke petugas kesehatan.
- Bagi laki-laki dianjurkan untuk disunat.



Perencanaan Kehamilan & KB

KEHAMILAN IDEAL



Kehamilan ideal adalah kehamilan yang direncanakan, diinginkan, dan dijaga perkembangannya secara baik

KEHAMILAN TIDAK DIRENCANAKAN



- Pada *unmet need* ber-KB (wanita usia subur yang ingin menunda atau tidak ingin punya anak tetapi tidak menggunakan kontrasepsi)
- Akibat gagal KB
- Akibat hubungan seks pranikah

Kondisi Ideal untuk Hamil Sehat

► Layak Hamil



1. UMUR

Ideal : 20-35 tahun

Jika : Usia < 20 tahun : tunda kehamilan

Usia > 35 tahun :

- **Jumlah anak 1 orang** → **dibawah pengawasan khusus**

- **Jumlah anak ≥ 3 orang** → **dianjurkan tidak hamil lagi**



2. JUMLAH ANAK

Ideal : < 3 orang

Jika : ≥ 3 orang : dianjurkan tidak hamil lagi



3. JARAK KEHAMILAN

Ideal : ≥ 2 tahun

Jika : < 2 tahun : tunda kehamilan sampai usia anak 2 tahun



4. IMT dan tidak KEK

Ideal : 18,5 – 25,0 (normal)

Jika :

- < 18,5 (KEK): **tunda kehamilan sampai mencapai BB normal, diet tinggi kalori dan protein, minum obat cacing**
- > 25,0 – 27,0 (kelebihan BB tingkat ringan)
- > 27,0 (kelebihan BB tingkat berat /obesitas)



5. TIDAK MEMPUNYAI RIWAYAT OBSTETRIC YANG BURUK

pada kehamilan sebelumnya, seperti: kematian janin dalam Rahim, keguguran berulang, Preeklamsi, Perdarahan, eksio.



6. KONDISI KESEHATAN.

Ideal : Tidak mempunyai masalah kesehatan

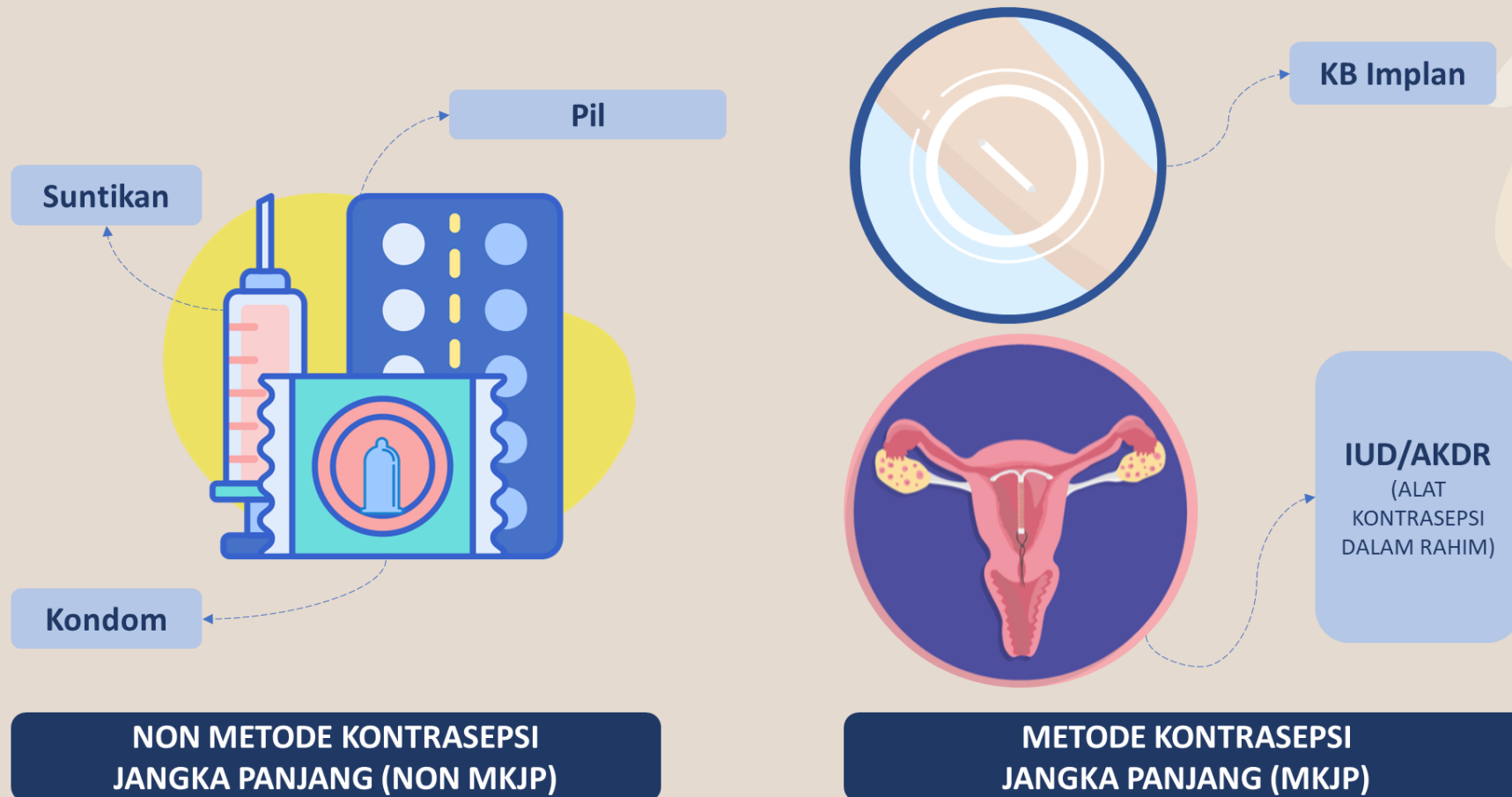
Jika mempunyai masalah kesehatan: tunda kehamilan dan anjuran ditatalaksana sampai sembuh atau terkontrol dibawah pengawasan

KONDISI KESEHATAN YANG DIPERHATIKAN

- **Hb**
- **Penyakit menular (HIV, Sifilis, Hepatitis, TB, malaria, kecacingan dll)**
- **Penyakit tidak menular (DM, Hipertensi, Jantung, auto imun, kanker, stroke, dll)**
- **Kesehatan Jiwa**
- **Penyakit genetik: Talasemia, Hemofilia**



Metode Kontrasepsi Untuk Menunda Kehamilan



Infertilitas

Pencegahan

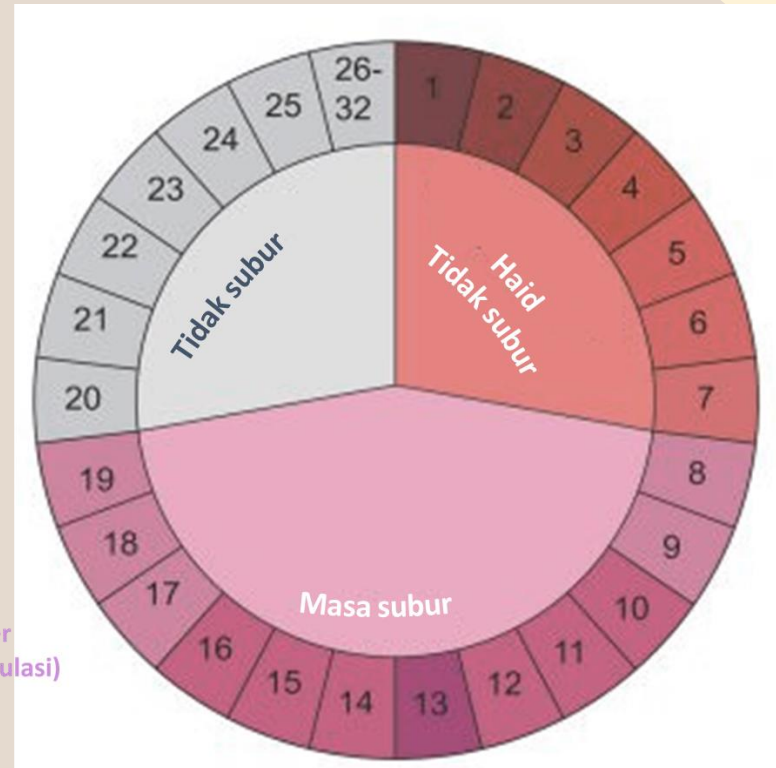
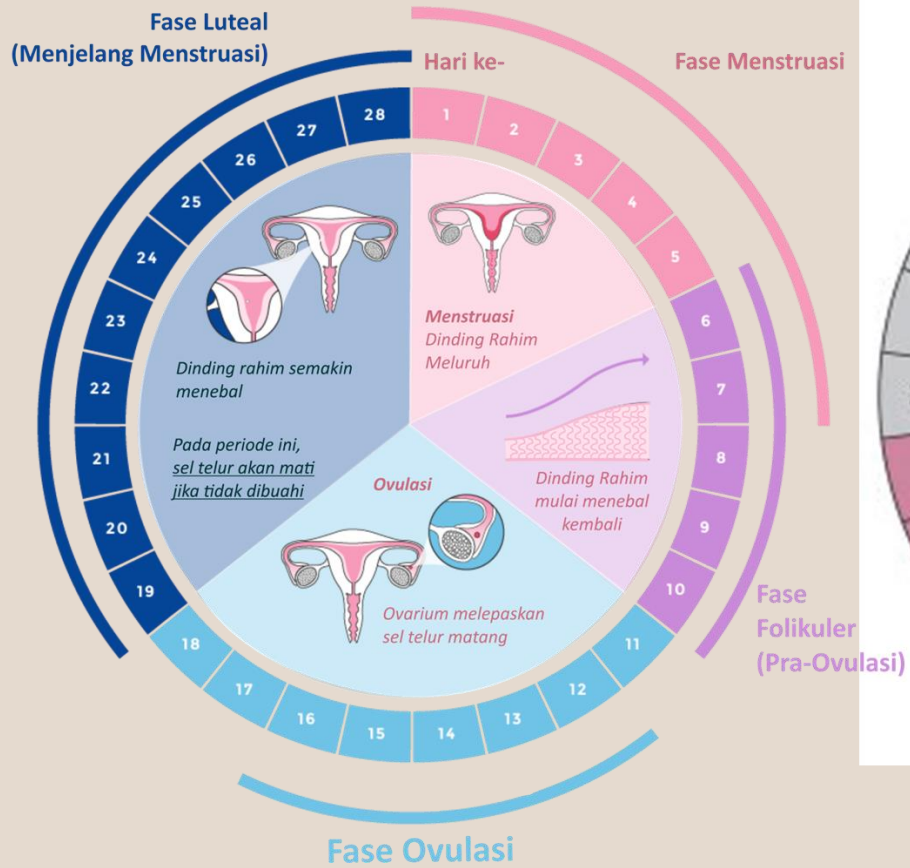
- Perencanaan kehamilan
- Perilaku hidup sehat
- Mengurangi pajanan terhadap lingkungan, pekerjaan, agen infeksi dan iatrogenik
- Menjaga kehamilan yang sehat untuk menghindari Infertilitas pada generasi berikutnya
- Berperilaku seks aman
- Segera mencari pertolongan medis jika ditemukan masalah kesuburan



Faktor Risiko:

- Usia
- Gaya hidup tidak sehat, stress dan olahraga berat
- Konsumsi obat-obatan tertentu
- Faktor medis
- Faktor biologis
- Lingkungan

Masa Subur



Perubahan lendir serviks

Dorongan seksual meningkat

Temperatur tubuh meningkat dan payudara lebih lunak



7

Stunting: kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak lebih pendek untuk usianya



**1 dari 3
Anak Indonesia
mengalami
stunting**

1000 HPK
Hari Pertama
Kehidupan

Periode Emas

sejak dalam kandungan
(270 hari) - anak berusia 2
tahun (730 hari)

- Calon ibu sehat & status gizi baik
- Pemeriksaan kehamilan secara teratur dan gizi seimbang
- Bayi mendapatkan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) & ASI eksklusif
- Bayi mendapatkan makanan pendamping ASI mulai usia 6 bulan
- Bayi dipantau pertumbuhan & perkembangannya
- Bayi mendapatkan imunisasi dasar lengkap & kapsul vitamin A

Pesan untuk Catin !



Konsumsi makanan bergizi seimbang

Batasi konsumsi Gula (4 sdm/hari), Garam (1 sdt/hari), & lemak (5 sdm/hari)



Hindari makanan instan, mengandung pewarna buatan/ pengawet

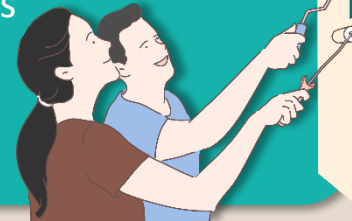


Cek kesehatan secara rutin & patuhi saran dari petugas kesehatan

Jaga kebersihan & kesehatan organ reproduksi



Perbanyak aktivitas fisik



Hindari stres



Menerapkan perilaku hidup bersih & sehat

- TIDAK**
- Berperilaku seks berisiko
 - Merokok
 - Mengonsumsi alkohol/ NAPZA

Pencegahan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)



Ke **Fasyankes** untuk mendapatkan pengobatan atau rujukan



Melapor ke **polisi** atau **P2TP2A/UPTD PPA**

- 1 Kekerasan Fisik
- 2 Kekerasan Psikis
- 3 Kekerasan Seksual
- 4 Penelantaran
- 5 Eksploitasi



Konsultasi Psikologis/Hukum



Cerita dengan teman

Pernikahan yang ideal adalah tanpa KDRT. Dapat diwujudkan ketika suami dan istri saling menghormati dan menghargai satu sama lain

Surat Keterangan Sehat

Sertifikat Layak Menikah



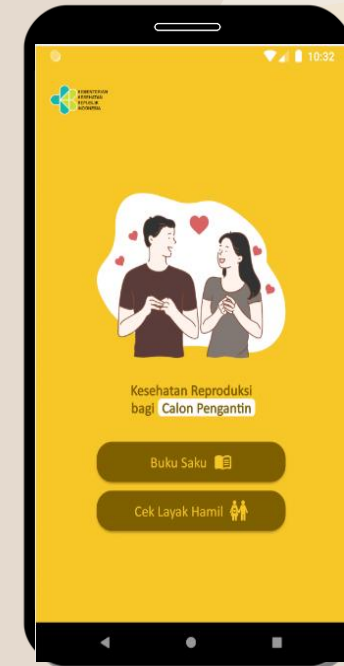


Aplikasi Kesehatan Reproduksi Catin

Aplikasi Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin Berbasis Android

- ✓ informasi kesehatan reproduksi yang dapat dibaca secara mandiri oleh calon pengantin
- ✓ Cek kondisi layak hamil secara mandiri
- ✓ Download aplikasi link
<https://youtu.be/q3XANu2OEik>

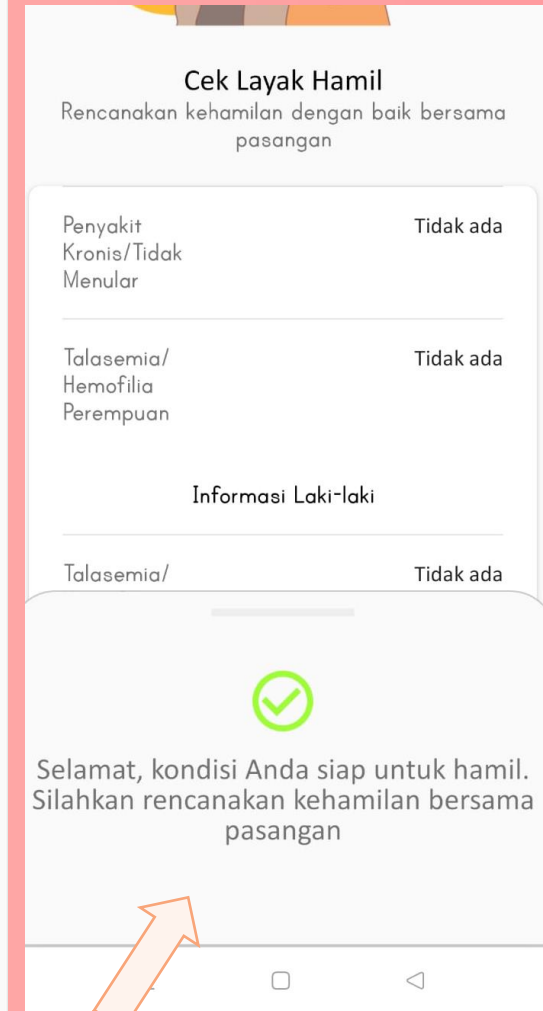
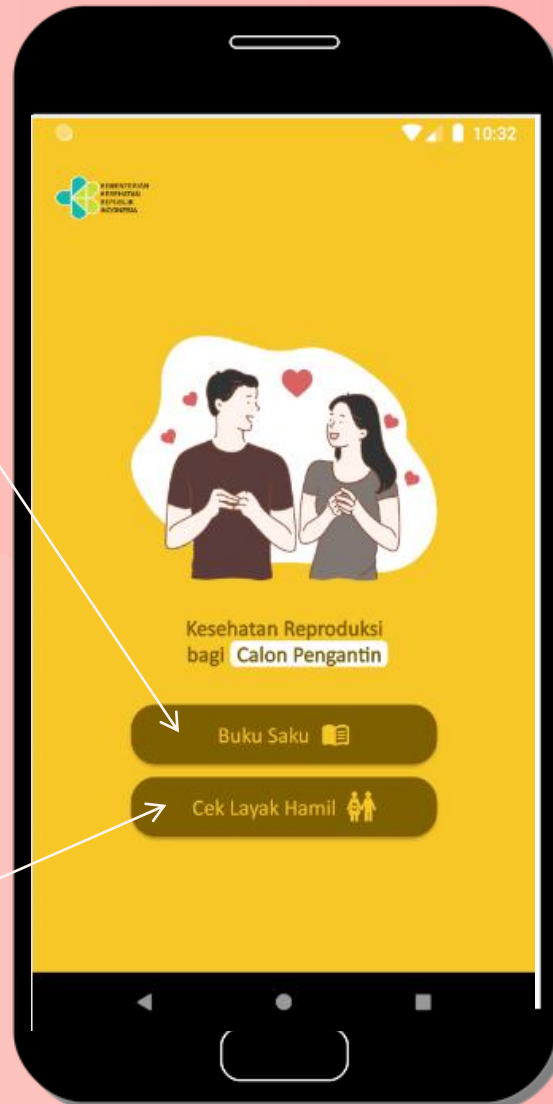
Aplikasi “Kescatin”



Aplikasi Kescatin

"Buku Saku"
untuk membaca
buku saku digital
dalam aplikasi
tentang kesehatan
reproduksi calon
pengantin

**"Cek Layak
Hamil"** fitur
aplikasi yang
menyediakan
kuesioner interaktif
cek kesiapan hamil



Pencatatan

Kondisi/penyakit Yang Perlu Diwaspadai

- Anemia dan Kekurangan Gizi**
Kurangya konsumsi makanan bergizi seimbang dapat mengakibatkan Anemia (kadar hemoglobin <12 mg/dl) dan kekurangan gizi. Kondisi ini dapat mengakibatkan perubahan, keguguran, BBLR, kelainan bawaan pada janin, dan stunting.
- HIV/AIDS**
Virus HIV dapat menular melalui darah dan cairan tubuh, seperti cairan sperma, cairan vagina, dan air susu ibu (ASI). Pasangan dengan HIV dapat memiliki bayi yang sehat dengan mengikuti program Pencegahan Penularan HIV dari Ibu ke Anak (PPIA).
- Infeksi Menular Seksual (IMS)**
Diturunkan melalui hubungan seksual. IMS dapat menyebabkan gangguan kesuburan, keguguran, dan kelainan pada bayi.
- Hepatitis B**
Penyakit yang menyerang organ hati dan disebabkan oleh virus Hepatitis B, yang diturunkan melalui darah dan cairan tubuh. Ibu hamil yang terinfeksi Hepatitis B berisiko menularkan kepada bayi yang dikandungnya.
- Diabetes Mellitus (DM)/Kencing Manis**
Penyakit yang ditandai dengan peningkatan kadar gula dalam darah. Ibu hamil dengan DM berisiko mengalami hipertonis dalam kehamilan, mempunyai bayi lahir besar, bayi kuning, bayi lahir prematur dan bayi berisiko mengidap diabetes saat dewasa.
- Malaria**
Disebabkan oleh parasit Plasmodium melalui gigitan nyamuk Anopheles betina. Malaria dalam kehamilan dapat menyebabkan Anemia, keguguran, risiko perdarahan, bayi lahir prematur dan BBLR.
- Penyakit Genetik**
Disebabkan oleh kelainan gen yang diturunkan. Jika salah satu atau kedua calon pengantin memiliki penyakit genetik (misalnya Tayssomia, Hemofilia, dll), maka anak yang dilahirkan berisiko menderita penyakit tersebut.

Khusus Calon Perempuan

Calon perempuan harus mengonsumsi makanan yang kaya zat besi seperti hati, daging sapi, sayuran berwarna hijau tua, kacang-kacangan, ikan, dan daging ayam. Selain itu, calon perempuan juga penting mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD). Jika Anemia, obat tambah darah normal (112 mg/dl).

Asupan Minum TTD Bagi Calon Perempuan

- TTD diminum secara teratur 1 tablet setiap minggu
- TTD diminum setelah makan, dengan air putih/jus buah
- TTD jangan diminum dengan teh, kopi, atau susu
- Jika Anemia, minum TTD sesuai anjuran dokter

Kotak Kontrol Minum TTD Pada Calon Perempuan

Bulan	Minggu 1	Minggu 2	Minggu 3	Minggu 4
Januari				
Februari				
Maret				
April				
Mei				
Juni				
Juli				
Agustus				
September				
Oktober				
November				
Desember				

Ayo periksa kesehatan sebelum menikah!
"Calon sehat modal keluarga sehat dan generasi berkualitas"

KARTU CALON PENGANTIN SEHAT

IDENTITAS CALON PENGANTIN (CATIN)

Nama : LIP

Umur :

Alamat : J.

RT/RW :

Desa/Kel :

Kecamatan :

Kab/Kota :

No. Telp/hp :

Nama Fasyankes :

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
2017

KCS hlmn 1

(KOP FASYANKES)

Yang terhormat,
Kepala ⁷¹
di

SURAT KETERANGAN PEMERIKSAAN KESEHATAN CALON PENGANTIN

Telah datang ke Puskesmas/RS/..... calon pengantin (catin) sebagai berikut:

- Catin laki-laki**
Nama :
Tanggal lahir : (Umur: tahun)
Alamat :
- Catin perempuan**
Nama :
Tanggal lahir : (Umur: tahun)
Alamat :

Terhadap catin tersebut di atas telah kami lakukan pelayanan kesehatan meliputi konseling dan pemeriksaan kesehatan.

Demikian surat keterangan kesehatan ini dibuat dengan sebenarnya dan untuk digunakan semestinya.

.....20....

(Petugas Pemeriksa)

Surat keterangan pemeriksaan kesehatan calon

KCS hlmn 2

Hasil Pemeriksaan

Item	Hasil Pemeriksaan	Tgl & Paraf Petugas
MT (kg/m ²)	T: N: S: P: /	
LLA (cm)	KEK** (+235) / Tidak	
Status T*	T1 / 2 / 3 / 4 / 5	
Tanda anemia*	Ada / Tidak	
Hb (g/dL)		
Gol. darah & Rhesus	A / B / O / AB (+ / -)	
Lain-lain:		

Tata Laksana

KE/Konseling
Imunisasi Tetanus (Td)*
TTD*
Penggobatan lain:

*Konseling oleh perawat **KEK = Kuning (orang sakit)

Saran hasil pemeriksaan kesehatan calon:
(berdasarkan hasil pemeriksaan)

[] Setelah menikah, dapat segera merencanakan kehamilan.
[] Memunda kehamilan sampai calon perempuan berusia minimal 20 tahun.
[] Memunda kehamilan setelah pengobatan/terapi sesuai anjuran dokter.

Saran lainnya:

Agar ibu dan bayi sehat, setiap kehamilan harus diinginkan, direncanakan, dan dijaga perkembangannya dengan baik

- Penting diketahui Calon harus mengetahui tentang kesehatan diri dan pasangan, yaitu:
 1. Kesehatan reproduksi
 2. Kondisi/penyakit yang dapat mengganggu kesehatan reproduksi, seperti: Anemia, kekurangan gizi, Infeksi Menular Seksual/IMS (termasuk HIV/AIDS), penyakit menular lainnya, penyakit tidak menular dan penyakit genetik
 3. Pelayanan kontrasepsi/KB
- Pernikahan yang ideal Kehidupan berkeluarga harus didasari rasa kasih sayang, saling menghargai, dan menghormati pasangan. Selama pernikahan, pasangan harus mengendahkan ego, mengambil keputusan bersama, dan saling menghormati keputusan pasangan. Pernikahan harus terbebas dari:
 1. Kekerasan fisik (misal: memukul, menambak, dll)
 2. Kekerasan psikis (misal: mengancam, membatasi, dll)
 3. Kekerasan seksual (misal: memaksa dan menuntut hubungan seksual, dll)
 4. Penelantaran rumah tangga (misal: tidak memelihara, dll)
 5. Eksploitasi (misal: memanfaatkan/memperbudak pasangan, dll)
- Menjaga kesehatan
 1. Melakukan aktivitas fisik teratur.
 2. Makan makanan yang bergizi seimbang.
 3. Cek kesehatan secara rutin.
 4. Hindari rokok, NAPZA, dan minuman beralkohol.

- Perencanaan kehamilan Setiap kehamilan harus direncanakan, diinginkan dan dijaga perkembangannya dengan baik. Setiap calon harus dalam kondisi sehat dan terhindar dari penyakit ketika mempersiapkan kehamilan. Perlu diperhatikan bahwa:
 - Usia calon perempuan <20 tahun: tunda kehamilan hingga berusia minimal 20 tahun.
 - Bila calon mempunyai gangguan kesehatan, maka harus mendapat pengobatan terlebih dahulu sebelum hamil.
- Hindari kehamilan "4 Terlalu"
 - Terlalu muda (<20 tahun)
 - Terlalu tua (>35 tahun)
 - Terlalu dekat jarak kehamilan (<2 tahun)
 - Terlalu banyak anak (>3 anak)
- Dampak hamil terlalu muda/terlalu tua
 - Kehamilan pada usia muda (<20 tahun) Kesulitan dalam persalinan, hipertensi dalam kehamilan (pre-eklampsia), keguguran, perdarahan, dan risiko panggul sempit.
 - Kehamilan pada usia tua (>35 tahun) Risiko hipertensi dalam kehamilan, Diabetes Mellitus, pre-eklampsia, Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), dan bayi lahir prematur.
- Pelayanan kontrasepsi/KB Kontrasepsi / KB berguna dalam merencanakan kehamilan dengan mengatur kapan waktu yang tepat untuk hamil, mengatur jarak dan jumlah anak.
- Pemeriksaan kesehatan Pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang (jika diperlukan), pemeriksaan status gizi, skrining dan imunisasi Tetanus, KIE/konseling, serta pengobatan/terapi dan rujukan sesuai indikasi.

Lembar balik dan buku Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin KCS

PENCATATAN PELAYANAN KESEHATAN REPRODUKSI

Catin

Rekam medik *elektronik*

Kohort pelayanan kesehatan
usia reproduksi

Kartu Calon Pengantin Sehat

Surat keterangan
Pemeriksaan Kesehatan Catin

PUS

Rekam medik elektronik

Kohort pelayanan kesehatan
usia reproduksi.

CKG

Satu Sehat

*Sampai jumpa
di Puskesmas
terdekat*



SALAM SEHAT

TERIMA KASIH



FOTO KEGIATAN







Standar Layanan yang didapatkan?

Anamnesis

- Sejarah seksualitas
- Riwayat penyakit
- Terdapat atau tidak ada keluhan
- Deteksi dini masalah kesehatan jiwa

Pemeriksaan Fisik

- Inspeksi
- Stetoskopi
- Pemeriksaan fisik lengkap (sesuai indikasi medis)

Pemeriksaan Penunjang

- Hb, Gula darah + rhesus dan tes HCG
- Sesuai indikasi: Gula darah, HIV, IMS, Hepatitis, Toxoplasma, TORCH (untuk catin perempuan), IVA/pap smear (bagi calon perempuan yang sudah pernah menikah) dll

Tatalaksana

- KIE & konseling kesehatan reproduksi
- Pemberian tablet tambah darah (TTD)
- Skoring & Imunisasi Tetanus difteri (Td)
- Pengobatan/terapi seksual permasalahan keselatan





UNDANGAN NARASUMBER



YAYASAN FORT DE KOCK BUKITTINGGI UNIVERSITAS FORT DE KOCK

Jl. Soekarno Hatta, Kelurahan Manggis Ganting Kec. Mandiangin Koto Selayan Telp. 0752-31877 Fax. 0752-31878 Bukittinggi
e-mail : informasi@fdk.ac.id Website : <http://fdk.ac.id>

No : 008/Bd.FDK/XII/2025
Lamp : 1 (satu) berkas
Perihal : Permohonan mengajar praktikum

Bukittinggi, 20 Desember 2025

Kepada Yth

Ibu Rovi Merita, Amd.Keb
di

Tempat

Dengan Hormat,

Bersama ini disampaikan kepada Ibu bahwa **Program Studi Sarjana Kebidanan** Universitas Fort De Kock Bukittinggi telah memasuki semester Ganjil Tahun Ajaran 2025/2026.

Sehubungan dengan hal tersebut mohon bantuan dan kesediaan Ibu, kiranya dapat membantu untuk mengampu materi **praktikum dalam mata kuliah Askeb Prakonsepsi dan Perencanaan Kehamilan Sehat dengan topik : Pemeriksaan Catin**. Kegiatan praktikum tersebut dilaksanakan pada hari Senin tanggal 22 Desember 2025 pukul 13.30 WIB s/d selesai di kampus Universitas Fort De Kock.

Demikianlah permohonan ini, atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Hormat Kami,
Kaprodi Kebidanan



Bdn. Vedjia Medhyna, S.ST, M.Keb

DAFTAR HADIR

DAFTAR HADIR PERKULIAHAN PRAKTIKUM DENGAN PRAKTIKI
PROGRAM STUDI KEBIDANAN (REGULER) UNIVERSITAS FORT DE KOCK
TAHUN AJARAN 2025/2026

SEMESTER / KELAS : VII
MATA KULIAH : ASUHAN PRAKONSEPSI DAN PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT
KODE MK/SKS : 2 SKS
NARASUMBER : Rovi Merita, Amd.Keb

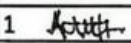





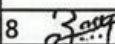

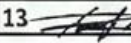



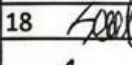

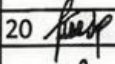




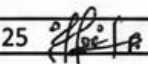
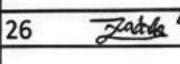
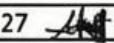
No	NAMA	NIM	TANDA TANGAN
1	Arpina Nurtiara	2215201001	1
2	Dinda Aprilia	2215201004	2
3	Dola Angria	2215201005	3
4	Fadila Titananda Rofa	2215201007	4
5	Ficka Juniyanti	2215201008	5
6	Fiona Nurul Natasha	2215201009	6
7	Gusni Mardania	2215201010	7
8	Hanifah Diatul Hakki	2215201013	8
9	Intan Sekar Kinase	2215201012	9
10	Jelyta	2215201013	10
11	Mitra Elita	2215201015	11
12	Nadiyahana	2215201016	12
13	Nurva Azizah	2215201018	13
14	Pebbi Dwi Rahayu	2215201019	14
15	Rahmi Aniza	2215201020	15
16	Rela Hati	2215201021	16
17	Reni Susanti	2215201023	17
18	Salsa Billa	2215201023	18
19	Santika Grahayu	2215201024	19
20	Silvia Annisa Lubis	2215201026	20
21	Sindi Adelia Putri	2215201027	21
22	Sintia Mika Pertiwi	2215201028	22
23	Syifa Faghira Ghaisani	2215201029	23
24	Tiara Mawaddah	2215201031	24
25	Ullia Putri Marbun	2215201032	25
26	Viyona Aulia Putri	2215201033	26
27	Dina Karmila	2215201036	27
28	Fadhillah Stefany	2215201037	28
30	Hilda Silfani	2215201084	29
30	Intan Wulandari	2415201184	30

Bukittinggi,
Koordinator Mata Kuliah

()

**DAFTAR HADIR PERKULIAHAN PRAKTIKUM DENGAN PRAKTISI
PROGRAM STUDI KEBIDANAN (REGULER)UNIVERSITAS FORT DE KOCK
TAHUN AJARAN 2025/2026**

SEMESTER / KELAS : III
MATA KULIAH : ASUHAN PRAKONSEPSI DAN PERENCANAAN KEHAMILAN SEHAT
KODE MK/SKS : 2 SKS
NARASUMBER : Rovi Merita, Amd.Keb

No	NAMA	NIM	TANDA TANGAN	
1	Anggi Nur Aini	2415201001	1	
2	Atikah Dihilah Afifah	2415201002		2 
3	Aurellia Tahira	2415201003	3	
4	Ayu Afifah	2415201004		4
5	Cantixa Salsabilla	2415201005	5	
6	Cindy Cenora	2415201006		6 
7	Difa Febriani	2415201007	7	
8	Elsa Fitri	2415201008		8 
9	Fauziah Rahmadani	2415201009	9	
10	Helza Azahra	2415201010		10 
11	Julia Robert	2415201011	11	
12	Maully Angelia Darma	2415201012		12
13	Nathalie Regina Putri	2415201013	13	
14	Nurhasanah	2415201014		14
15	Rahmatul Fitri	2415201015	15	
16	Rahmi Kumullah	2415201016		16 
17	Rizki Fadhilah	2415201017	17	
18	Selvia Asapitri	2415201018		18 
19	Soviyani Ernita	2415201018	19	
20	Suci Rahmayani	2415201020		20 
21	Syariah	2415201021	21	
22	Syifa Salwa Ivani	2415201022		22 
23	Wulandia Elvina	2415201023	23	
24	Yulia Azwinda	2415201024		24 
25	Yusil Nusma	2415201025	25	
26	Zahra Arini Putri	2415201026		26 
27	Nesa Rahmadhani	2415202027	27	

Bukittinggi,
Koordinator Mata Kuliah


()