

Hubungan Pengetahuan, Gaya Hidup dan Peran Bidan terhadap Konseling Gizi Pranikah di Praktik Mandiri Bidan S di Bangka Belitung Tahun 2022

Sumiati¹, Rita Ayu Yolandia², Shinta Mona Lisca³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

Email: sumiati76@gmail.com¹

Abstrak

Latar belakang: Status gizi calon pengantin wanita perlu diketahui salah satunya untuk persiapan kehamilan. Angka kejadian wanita hamil KEK berdasarkan kelompok umur, angka yang paling tinggi terjadi pada umur 15-19 tahun (38.5%), yang kedua tertinggi adalah kelompok umur 20-24 tahun (30.1%).

Tujuan: Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan, Gaya Hidup dan Peran Bidan terhadap Konseling Gizi Pranikah di Praktik Mandiri Bidan S di Bangka Belitung Tahun 2022.

Metode: Penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan penelitian deskriptif analitik dan menggunakan desain *Cross-Sectional*, dimana penelitian dilakukan pada saat pengambilan data antara variabel independen dengan variabel dependen yang dilakukan secara bersama-sama pada waktu yang sama, sampel pada penelitian ini 50 responden, telah dilakukan uji Validitas dan keseluruhan instrumen yang digunakan adalah Valid. Uji statistic menggunakan *chi-square*.

Hasil: Hasil penelitian hubungan pengetahuan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan diperoleh nilai *P-value* = 0,010. Hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan diperoleh nilai *P-value* = 0,038. Hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan diperoleh nilai *P-value* = 0,005.

Kesimpulan: Terdapat hubungan pengetahuan, gaya hidup dan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di Praktik Mandiri Bidan S di Bangka Belitung Tahun 2022.

Kata kunci: gaya hidup, gizi pranikah, pengetahuan, peran bidan

Editor: YY

Hak Cipta:

©2023 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat di distribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan dibawah Lisensi Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 Internasional.

Pendahuluan

Status gizi calon pengantin wanita perlu diketahui salah satunya untuk persiapan kehamilan. Status gizi dapat ditentukan dengan pengukuran indeks massa tubuh (IMT). Untuk calon pengantin wanita, ditambah dengan pengukuran lingkaran lengan atas. IMT merupakan proporsi standar berat badan (BB) terhadap tinggi badan (TB). Jika $IMT < 17,0$, calon pengantin disebut sangat kurus dengan kekurangan berat badan tingkat berat atau kurang energi kronik (KEK) tingkat berat. Jika $IMT 17-18,5$, calon pengantin disebut kurus dengan kekurangan berat badan tingkat ringan atau KEK tingkat ringan. Sementara, pengukuran lingkaran lengan atas bertujuan untuk mengetahui adanya risiko KEK. Ambang batas lingkaran lengan atas pada wanita usia subur (WUS) dengan KEK di Indonesia adalah 23,5 cm. Apabila lingkaran lengan atas kurang dari angka tersebut, artinya calon pengantin wanita berisiko mengalami KEK.¹

Berdasarkan data dari *Global Nutrition Report* yang bersumber dari WHO tahun 2014, angka kejadian anemia pada wanita usia subur tahun 2011 dari seluruh negara di dunia adalah 29%.² Hasil Riskesdas pada tahun 2018 melaporkan bahwa angka kejadian wanita hamil yang mengalami KEK di Indonesia adalah sebesar 24.2%, sedangkan angka kejadian wanita hamil yang mengalami KEK di Sumatera Barat adalah sebesar lebih dari 17%. Angka kejadian wanita hamil KEK berdasarkan kelompok umur, angka yang paling tinggi terjadi pada umur 15-19 tahun (38.5%), yang kedua tertinggi adalah kelompok umur 20-24 tahun (30.1%). Pengukuran yang tepat untuk mengetahui kelompok risiko KEK adalah dengan dilakukannya pengukuran Lingkar Lengan Atas (LLA). Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi wanita usia subur secara nasional adalah sebesar 20,8%. Sedangkan untuk Provinsi Kalimantan Barat prevalensi KEK pada WUS adalah sebesar 19,5% dan data catin yang mendaftar di KUA kota ketapang pada tahun 2021 dari bulan januari-juni sebanyak 328 pasangan.³

Fauziyah menyatakan bahwa wanita pranikah yang diberikan pendidikan kesehatan gizi prakonsepsi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik dalam mengonsumsi makanan sehat. Penelitian lain juga membuktikan bahwa wanita pranikah yang diberikan pendidikan konseling gizi prakonsepsi mengalami peningkatan pengetahuan dari 23,7 menjadi 27,0 dengan nilai tertinggi 30,07 Wanita usia subur sebagai calon ibu merupakan kelompok rawan yang harus diperhatikan status kesehatannya, terutama status gizinya. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi ibunya sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Kesehatan prakonsepsi sangat penting diperhatikan termasuk status gizinya, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena akan berkaitan erat dengan *outcome* kehamilan.⁴

Untuk mencegah kondisi tersebut, calon pengantin dianjurkan untuk melakukan berbagai persiapan gizi sebelum memasuki jenjang pernikahan, yaitu Calon pengantin wajib konsumsi gizi seimbang, Setiap calon pengantin wanita dianjurkan mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) yang mengandung zat besi dan asam folat seminggu sekali, Untuk mendapatkan asupan gizi seimbang ke dalam tubuh, calon pengantin perlu mengonsumsi 5 kelompok pangan yang berbeda setiap hari atau setiap kali makan (makanan pokok, lauk pauk, sayuran, buah, dan minuman), Biasakan minum air putih 8 gelas per hari, Batasi konsumsi garam, gula, dan lemak atau minyak.⁵ Persiapan gizi yang baik untuk calon pengantin, khususnya calon pengantin wanita sebagai calon ibu, sangat bermanfaat untuk menunjang dirinya saat mengandung anak nanti. Gizi Ibu yang baik akan membuat kebutuhan janin terpenuhi sehingga calon anak tersebut tidak mengalami gizi buruk. Hal ini berguna untuk mencegah stunting dan kekurangan gizi lainnya pada anak di kemudian hari. Perilaku gizi merupakan faktor yang sangat penting. Seseorang yang berperilaku sehat jika makanan yang di konsumsi memberikan gizi seimbang. Semakin beragam bahan makanan yang dikonsumsi, semakin besar asupan gizi. Kesadaran untuk mengonsumsi makanan yang sehat inilah yang sampai kini belum dimiliki wanita usia subur.⁵

Menjelang pernikahan perhatian terhadap citra tubuh dapat mengalami peningkatan. Beberapa wanita melakukan berbagai cara terkait kecantikan pranikah, di antaranya menurunkan berat badan, diet, dan berolahraga. Citra tubuh sangat dipengaruhi oleh lingkungan. Rasa percaya diri ataupun rasa minder merupakan hasil dari citra tubuh/ Biasanya mereka akan mengubah kebiasaan makan untuk mencapai keinginannya tersebut.⁶

Maraknya persepsi citra tubuh dan perubahan perilaku makan diduga dapat memengaruhi status gizi seseorang karena berkaitan dengan tingkat kecukupan gizi. Hal ini

ditunjukkan pada penelitian yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dan status gizi. Remaja putri dengan citra tubuh negatif biasanya disertai oleh status gizi yang tidak normal. Selain citra tubuh dan perilaku diet, kadar hemoglobin catin wanita juga menjadi faktor yang perlu diperhatikan. Rendahnya kadar hemoglobin menjadi negatif lebih besar kemungkinannya terkena anemia. Penelitian lainnya turut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dan status anemia.⁷ Sebuah penelitian menunjukkan hasil bahwa persentase kejadian anemia pada WUS yang belum menikah lebih besar (14,3%) dibandingkan dengan WUS yang sudah menikah (6%). Persentase kejadian anemia juga paling tinggi dialami oleh mereka yang status gizinya rendah (IMT <18,5 kg/m²). Selain itu, tingkat kecukupan gizi juga berhubungan dengan kejadian anemia. Hasil penelitian menunjukkan kejadian anemia terjadi pada mereka yang defisit konsumsi zat gizi.⁸

Pemenuhan kebutuhan gizi pada WUS pranikah ataupun ibu hamil, berkaitan erat dengan tinggi rendahnya pengetahuan tentang gizi. Berdasarkan kerangka konsep dari UNICEF tentang masalah gizi terdapat penyebab langsung yaitu: asupan dan infeksi penyakit, kemudian penyebab tidak langsung yaitu: ketersediaan pangan RT, perawatan/pola asuh anak dan ibu hamil dan pelayanan kesehatan, sedangkan yang menjadi masalah utama di masyarakat dari masalah gizi yaitu: kurangnya pendidikan/pengetahuan, ketersediaan pangan di masyarakat, sempitnya lapangan kerja, kemiskinan, dan yang menjadi masalah dasar dari masalah gizi yaitu: krisis ekonomi, politik dan sosial.⁶

Ibu hamil yang mengalami gizi kurang akan beresiko memiliki anak stunting sebesar 7 kali, anak underweight 11 kali dan anak wasting 12 kali dibandingkan dengan ibu hamil dengan status gizi baik. Ibu hamil yang mengalami KEK beresiko mengalami *intrauterine growth retardation* atau pertumbuhan janin terhambat, dan bayi yang dilahirkan akan mengalami BBLR. Pada masa yang akan datang anak yang dilahirkan dengan BBLR akan mengalami masalah gizi kurang, penurunan perkembangan fungsi motorik dan mental. Tingkat pengetahuan gizi ibu adalah kemampuan seorang ibu dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi. tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman, faktor pendidikan, lingkungan, sosial, sarana dan prasarana maupun derajat penyuluhan yang diperoleh. Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang hubungan konsumsi makanan dengan kesehatan tubuh. Ibu hamil dengan pengetahuan gizi baik diharapkan dapat memilih asupan makanan yang bernilai gizi baik dan seimbang bagi dirinya sendiri, janin dan keluarga. Pengetahuan gizi yang baik dapat membantu seseorang belajar bagaimana menyimpan, mengolah serta menggunakan bahan makanan yang berkualitas untuk dikonsumsi.⁹

Penelitian ini menggunakan metode konseling dalam edukasi gizi berdasarkan program UNICEF Indonesia tentang Gizi Ibu dan Anak agar memasukan konseling pada ibu hamil dalam “Paket Intervensi Gizi Efektif”, namun pada penelitian ini menggunakan metode konseling pada Wanita Usia Subur Pranikah yang bertujuan mempersiapkan status gizi yang baik sebelum menikah tentunya sebelum kehamilan. Alat bantu yang digunakan dalam pendidikan gizi melalui konseling pada penelitian ini adalah media peraga yaitu lembar balik. Media lembar balik digunakan karena media ini menarik dengan disertai gambar dan penjelasan melalui kalimat-kalimat informasi gizi, mudah untuk digunakan, biaya produksi murah, serta cukup satu media untuk semua orang.¹⁰

Konseling adalah suatu bentuk pendekatan yang digunakan dalam asuhan gizi untuk menolong individu dan keluarga memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya serta permasalahan yang dihadapi. Konseling yang efektif adalah bagaimana terjalannya komunikasi dua arah antara klien dan konselor tentang segala sesuatu yang memungkinkan terjadinya perubahan perilaku makan klien dan diperlukan hubungan timbal balik yang saling membantu antara konselor dengan klien melalui kesepakatan untuk bekerja sama, melakukan komunikasi, dan terlibat dalam proses yang berkesinambungan dalam upaya memberikan pengetahuan, ketrampilan, penggalian potensi, serta sumber daya. Hal ini dapat dicapai kalau konselor dapat menumbuhkan kepercayaan diri klien sehingga mampu dan mau melakukan perilaku baru untuk mencapai status gizi yang optimal.¹¹

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti didapatkan 10 PUS dimana 3 orang mengatakan tidak ada pengetahuan mengenai gizi pranikah, 4 mengatakan gaya hidup mereka ya seperti biasa tidak ada yang spesial walau mereka sudah mau menikah, 3 lagi mengatakan bidan memberikan konseling mengenai gizi pranikah tetapi sesuai jadwal yang ada. Dampak jika tidak diberikan konseling gizi pranikah akan menyebabkan hal buruk pada saat hamil. Ibu hamil yang mengalami gizi kurang akan beresiko memiliki anak stunting sebesar 7 kali, anak *underweight* 11 kali dan anak wasting 12 kali dibandingkan dengan ibu hamil dengan status gizi baik. Ibu hamil yang mengalami KEK beresiko mengalami *intrauterine growth retardation* atau pertumbuhan janin terhambat, dan bayi yang dilahirkan akan mengalami BBLR. Pada masa yang akan datang anak yang dilahirkan dengan BBLR akan mengalami masalah gizi kurang, penurunan perkembangan fungsi motorik dan mental.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Hubungan Pengetahuan, Gaya Hidup dan Peran Bidan terhadap Konseling Gizi Pranikah di Tempat Praktik Mandiri Bidan S di bangka Tahun 2022”. Penelitian bertujuan untuk mengetahui Hubungan pengetahuan, gaya hidup dan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di Praktik Mandiri Bidan Sumiati Riyan tahun 2022.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu suatu rancangan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, gaya hidup dan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah, dimana variabel bebas dan terikat diukur dalam waktu yang bersamaan. Populasi sampel ialah semua responden berjumlah 50 responden. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah lembar observasi, dan kuesioner terhadap Ibu hamil akan diolah untuk memperoleh data tentang hubungan paritas, pengetahuan, dan jarak ke fasilitas kesehatan terhadap pemeriksaan kehamilan (ANC) K4. Pengolahan data dilakukan setelah pengumpulan data dan selanjutnya data akan di atur dengan menggunakan SPSS versi 25.0.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Variabel Konseling Gizi Pranikah

Konseling Gizi Pranikah	Frekuensi	Persentase	Total
Mendapatkan	21	42	100 %
Tidak Mendapatkan	29	58	100 %

Pengetahuan			
Baik	20	39,1	100 %
Kurang	30	60,9	100 %
Gaya Hidup			
Baik	19	62	100 %
Tidak Baik	31	38	100 %
Peran Bidan			
Berperan	23	46	100 %
Tidak Berperan	27	54	100 %

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan dapat disimpulkan bahwa dari 50 responden yang tidak mendapat konseling gizi pranikah sebanyak 29 reponden (58.0%). Di PMB Sumiati Riyan terdapat sebagian besar responden pengetahuannya kurang sebanyak 30 responden (60.9%). Di PMB Sumiati Riyan sebagian besar gaya hidup tidak baik yaitu sebanyak 31 responden (62.0%) dari 50 responden. Di PMB Sumiati Riyan disimpulkan dari 50 responden sebagian besar bidan tidak berperan yaitu sebanyak 27 responden (54.0%).

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan, gaya hidup dan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di praktik mandiri bidan sumiati riyan tahun 2022.

Variabel	Konseling Gizi Pranikah				Total		p-value	OR (95%CI)
	Mendapatkan		Tidak Mendapatkan		N	%		
	N	%	N	%				
Pengetahuan								
Baik	12	57.1 %	8	40.0 %	20	100 %	0,010	3.500
Kurang Baik	9	30.0 %	21	70.0 %	30	100 %		(1.067-11.476)
Gaya Hidup								
Baik	12	63.2 %	7	36.8 %	19	100%	0,038	6.239
Tidak Baik	9	29.0 %	22	71.0 %	31	100%		(1.071-12.802)
Peran Bidan								
Berperan	15	65.2 %	8	34.8 %	23	100%	0,005	6.563
Tidak Berperan	6	22.2 %	21	77.8 %	27	100%		(1.882-22.877)

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 30 responden, yang tidak mendapatkan konseling gizi pranikah dengan pengetahuannya yang kurang sebanyak 21 responden (70.0%), dan mendapat konseling gizi sebanyak 9 responden (30.0%). Sedangkan dari 20 responden konseling gizi pranikah yang tidak mendapatkan konseling dengan pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 8 responden (40.0%), dan tidak mendapatkan konseling sebanyak 12 responden (57.1%). Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,010 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan terhadap konseling gizi pranikah di PMB S di Bangka tahun 2022. Nilai *P-value* didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 3.500 artinya pengetahuan ibu yang baik memiliki peluang 3 kali untuk mendapatkan konseling gizi dengan baik dibandingkan dengan responden dengan pengetahuan yang tidak baik.

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 31 responden konseling gizi pranikah dengan gaya hidup yang tidak baik yaitu sebanyak 22 responden (71.0%) yang mendapatkan konseling, dan tidak mendapatkan konseling gizi pranikah sebanyak 9 responden (29.0%). Sedangkan dari 19 responden, yang tidak mendapatkan konseling gizi pranikah dengan gaya hidup baik sebanyak 7 responden (36.8%), dan yang mendapatkan konseling gizi pranikah yaitu sebanyak 12 responden (63.2%). Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,038 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Nilai *P-value* didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 6.239 artinya gaya hidup ibu yang baik memiliki peluang 6 kali untuk mendapatkan konseling gizi dengan baik dibandingkan dengan responden dengan gaya hidup yang tidak baik.

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 27 responden yang tidak mendapatkan konseling gizi pranikah dengan tidak berperannya bidan sebanyak 21 responden (77.8%), dan yang mendapatkan konseling gizi pranikah sebanyak 6 responden (22.2%). Sedangkan dari 23 responden yang tidak mendapatkan konseling gizi pranikah dengan adanya peran bidan 8 responden (34.8%), dan yang mendapatkan konseling gizi pranikah sebanyak 15 responden (65.2%). Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,005 dimana nilai *P-value* < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Nilai *P-value* didapatkan dari *Continuity Correction* karena berdasarkan hasil pengolahan program SPSS didapatkan keterangan dari tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* kurang dari 5, dan memiliki nilai *Odds Ratio* sebesar 6.563 artinya bidan yang berperan memiliki peluang 6 kali untuk mendapatkan konseling gizi dengan baik dibandingkan dengan responden dengan bidan yang tidak berperan.

Pembahasan

Pengetahuan dengan Konseling Gizi Pranikah

Berdasarkan hasil analisa bivariat hubungan pengetahuan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022 diperoleh hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,010 dimana nilai *P-value* < α (0,05) yang berarti H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan pengetahuan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan, peran konseling gizi prakonsepsi selama satu minggu dengan tiga kali pengulangan materi mampu meningkatkan pengetahuan sampel secara signifikan. Berdasarkan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan hasil bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian intervensi berupa konseling. Hasil analisis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan sampel sebelum dan sesudah diberikan konseling. Dengan nilai signifikan diperoleh $p = 0,001$. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah (2012) bahwa pemberian intervensi berupa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan wanita pranikah mengenai gizi prakonsepsi, dengan hasil yang signifikan $p=0,001$.⁴ Penelitian ini juga menghasilkan kesimpulan yang sama dengan Azzahra (2015) bahwa metode konseling dapat meningkatkan pengetahuan ibu terhadap pemberian MP-ASI.¹²

Menurut peneliti Pengetahuan mengenai gizi berperan penting dalam pemenuhan kecukupan gizi seseorang. Tingkat pengetahuan akan mendorong seseorang memiliki kemampuan

yang optimal berupa pengetahuan dan sikap. Kurangnya pengetahuan terhadap gizi akan mempengaruhi seseorang dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi. Pendidikan gizi mendorong seseorang berupa pengetahuan, dan perubahan sikap. Apabila secara dini mereka telah memiliki pengetahuan tentang tanda bahaya kehamilan, maka diharapkan kewaspadaan mereka pada saat hamil dapat ditingkatkan

Hubungan Gaya Hidup dengan Konseling Gizi Pranikah

Berdasarkan hasil analisa bivariat hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Diperoleh Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,038 dimana nilai *P-value* < α (0,05) yang berarti H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Konseling gizi pranikah adalah membantu pasangan calon pengantin untuk menganalisis kemungkinan masalah dan tantangan yang akan muncul dalam rumah tangga dan membekali mereka kecakapan dalam memecahkan masalah. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nuzulia, 2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah dengan perolehan *P-value* yaitu sebesar 0,003.¹³ Penelitian ini juga didukung oleh (Rahmawati, 2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah dengan perolehan *P-value* sebesar 0,000. Artinya semakin baik.¹⁴

Menurut peneliti untuk mencapai gaya hidup yang sehat diperlukan pertahanan yang baik dengan menghindari kelebihan dan kekurangan yang menyebabkan ketidakseimbangan yang menurunkan kekebalan dan semua yang mendatangkan penyakit. Untuk mendapatkan kesehatan yang prima, jalan terbaik adalah dengan merubah gaya hidup yang terlihat dan aktifitasnya dalam menjaga kesehatan.

Hubungan Peran Bidan dengan Konseling Gizi Pranikah

Berdasarkan hasil analisa bivariat hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Diperoleh Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,005 dimana nilai *P-value* < α (0,05) yang berarti H_0 ditolak yang artinya terdapat hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022. Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian Aprilina (2018) di Desa Pengalusan Kecamatan Mrebet Kabupaten Purbalingga yang menunjukkan bahwa ada hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah (*P-value* = 0,000).¹⁵ Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sadli (2019) di wilayah kerja UPT Puskesmas Pulasaren Kota Cirebon yang menunjukkan bahwa ada hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah (*p-value* = 0,000).¹⁶

Bidan berperan penting dalam kehidupan masyarakat Indonesia. Khususnya bidan berperan untuk menjaga gizi di kehidupan pertama bayi sehingga dapat menekan angka kematian ibu dan bayi. Peran bidan di pra pernikahan juga untuk melakukan pemeriksaan kesehatan agar bisa mengetahui kondisi kesehatan masing-masing. Menurut peneliti peran bidan terhadap konseling gizi pranikah sangat penting, karena bidan membekali pentingnya menjaga gizi pada 1.000 hari pertama kehidupan bayi untuk menekan angka kematian ibu dan bayi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil univariat bahwa distribusi frekuensi konseling gizi pranikah yang tidak mendapatkan konseling gizi pranikah sebanyak 29 responden

(58.0%), pengetahuan yang kurang sebanyak 30 responden (60.9%), sebagian besar gaya hidup tidak baik yaitu sebanyak 31 responden (62.0%), bidan tidak berperan yaitu sebanyak 27 responden (54.0%). Ada hubungan pengetahuan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022 dengan Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,010. Ada hubungan gaya hidup terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022 dan Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,038. Ada hubungan peran bidan terhadap konseling gizi pranikah di PMB Sumiati Riyan tahun 2022 dan Hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai *P-value* = 0,005

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi membantu proses penelitian ini

Pendanaan

Sumber pendanaan diperoleh dari peneliti

Daftar Pustaka

1. Riskiyah R. Peranan Zinc Pada Penanganan Kasus Penyakit Diare Yang Dialami Bayi Maupun Balita. *J Islam Med.* 2017;1(1):22–9.
2. Cesare M Di, Ghosh S. Lapolan nutrisi global 2021. Laporan nutrisi global. 2021. 118 p.
3. Riskesdas. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. 1–100 p.
4. Fauziyah A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Nutrisi Prakonsepsi terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Praktik Konsumsi Makanan Sehat Pranikah. Jakarta Univ Indones. 2012;
5. Astuti DT, Putri R, Lisca SM. Pengaruh Penyuluhan, Pemeriksaan Kesehatan Reproduksi, Dan Pemberian Tablet Tambah Darah Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Kesadaran Kesehatan Reproduksi Bagi Calon Pengantin Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kecamatan Cinere Tahun 2022. *Sentri J Ris Ilm.* 2023;2(4):1163–73.
6. Paratmanitya Y, Hadi H, Susetyowati S. Citra tubuh, asupan makan, dan status gizi wanita usia subur pranikah. *J Gizi Klin Indones.* 2012;8(3):126–34.
7. Yusintha AN, Adriyanto A. Hubungan antara perilaku makan dan citra tubuh dengan status gizi remaja putri usia 15-18 tahun. *Amerta Nutr.* 2018;
8. Badjree KA, Muniroh L. Hubungan body image, asosiasi emosional, dan pola konsumsi dengan status anemia pramugari. *Media Gizi Indones.* 2017;12(2):141–8.
9. Alfariis R, Nurmalasari Y, Nabilla S, Dokter PP, Kedokteran F, Malahayati U. Status gizi ibu hamil dapat menyebabkan kejadian stunting pada balita. *J Kebidanan Malahayati.* 2019;5(3):271–8.
10. Indonesia PAG. Penuntun konseling gizi. Jakarta abadi Publ Print. 2010;
11. Indonesia PAG. Konseling Gizi" Proses Komunikasi, Tata Laksana serta Aplikasi Konseling Gizi pada Berbagai Diet. Jakarta Timur: Penebar Plus; 2014.
12. Azzahra MF, Muniroh L. Pengaruh konseling terhadap pengetahuan dan sikap pemberian MP-ASI. *Media Gizi Indones.* 2015;10(1):20–5.
13. Wijhati ER, Pratiwi MLE, Nuzuliana R. Strategi Literasi Kesehatan Reproduksi Remaja Di Pusat Informasi Dan Konseling Remaja Man 1 Yogyakarta. *Media Ilmu Kesehat.* 2021;9(1):32–9.
14. Rahmawati A. Asuhan Kebidanan Terhadap Ny. S Dengan Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Kehamilan Di Pmb Nani Wijawati Natar Lampung Selatan. Poltekkes Tanjungkarang; 2020.
15. Aprilina HD, Rahmawati R. Hubungan faktor budaya dan tingkat pengetahuan ibu dengan pemberian MPASI dini. *JHeS (Journal Heal Stud* 2018 Sep. 2018;2(2):43–50.
16. Sadli M. Hubungan Sosial Budaya dan Peran Petugas Kesehatan dengan Perilaku Pemberian MP-ASI Dini pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *J Kebidanan.* 2019;15–23.