Jurnal Pendidikan Keperawatan dan Kebidanan (JPKK)
Volume 5 Nomor 5 Bulan Oktober Tahun 2026
Journal homepage: https://itkesmu-sidrap.e-journal.id/JPKK/login
ISSN : 2776-7299

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI WANITA USIA SUBUR PADA MASA PRAKONSEPSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MANISA

Determinants of Nutritional Status Among Women of Reproductive Age in the Preconception Period at Manisa Primary Health Care

Nurlinda N
Program studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Institut Teknologi Kesehatan dan Sains (ITKES) Muhammadiyah Sidrap
, Program Studi, Fakultas, Universitas)

Email: nurlindanurlinda317@gmail.com
0852-4226-1330

ABSTRAK

Latar Belakang: Status gizi pada masa prakonsepsi berperan penting terhadap kesehatan ibu dan hasil kehamilan. Permasalahan gizi pada wanita usia subur (WUS) masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Tujuan: Mengetahui faktor yang berhubungan dengan status gizi wanita usia subur pada masa prakonsepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 44 WUS yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling.Analisis data dilakukan dengan uji Chi-Square. Hasil: Penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan pendapatan keluarga dengan status gizi WUS pada masa prakonsepsi ($p<0,05$). Kesimpulan: Pengetahuan dan pendapatan keluarga merupakan faktor yang berhubungan dengan status gizi wanita usia subur pada masa prakonsepsi. Intervensi edukasi gizi prakonsepsi perlu diperkuat di pelayanan kesehatan primer.

Kata kunci: Pengetahuan, Sikap, Pendapata Keluarga, Status Gizi, Wanita Usia Subur

ABSTRACT

Background: Nutritional status during the preconception period plays a crucial role in maternal health and pregnancy outcomes. Nutritional problems among women of reproductive age remain a public health concern. Objective: To determine factors associated with the nutritional status of women of reproductive age during the preconception period in the Manisa Primary Health Care area. Methods: This study employed an analytical descriptive design with a cross-sectional approach. A total of 44 respondents were selected using purposive sampling. Data were analyzed using the Chi-Square test. Results: The findings showed a significant association between knowledge level and family income with the nutritional status of women during the preconception period ($p<0.05$). Conclusion: Knowledge and family income are associated with the nutritional status of women of reproductive age during the preconception period. Strengthening preconception nutrition education is recommended.

Keywords: Knowledge, Attitude, Family Income, Preconception Nutritional Status, Women of Reproductive Age

PENDAHULUAN

Masa prakonsepsi merupakan periode penting dalam siklus kehidupan wanita karena menentukan kesiapan biologis dan nutrisi sebelum kehamilan. Status gizi yang optimal pada masa ini berperan dalam mencegah komplikasi kehamilan serta meningkatkan kesehatan ibu dan bayi. Berbagai faktor seperti pengetahuan dan kondisi sosial ekonomi dapat memengaruhi status gizi wanita usia subur. Wanita usia subur sebagai calon ibu merupakan kelompok yang rawan harus diperhatikan status kesehatannya terutama status gizinya. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh ibunya sejak sebelum hamil dan selama masa kehamilannya (Fachruddin, 2023).

Hal-hal yang sangat memengaruhi kesehatan prakonsepsi ini diantaranya adalah tingkat pengetahuan (Jagannatha, 2020). Banyaknya permasalahan yang muncul pada ibu dan bayi menunjukkan pentingnya pemahaman pengetahuan tentang kehamilan untuk wanita yang akan mengalami periode kehamilan setelah menikah (Fifit, 2022). Pengetahuan yang baik akan menstimulasi perubahan sikap seseorang sehingga menjadikannya praktik sehari-hari (Dewi, 2021).

Hasil penelitian (Syamsari, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi wanita prakonsepsi (p=0,050). Sesuai dengan hasil penelitian (Diningsih, 2021) menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan tentang gizi terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK) pada ibu hamil (p=0,000).

Berdasarkan uraian di atas, status gizi merupakan salah satu faktor penting untuk meningkatkan derajat kesehatan WUS, terutama untuk mempersiapkan kehamilan pada WUS dalam masa prakonsepsi.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, yaitu suatu rancangan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang diukur secara bersamaan pada satu waktu tertentu. Pendekatan ini dipilih karena dinilai efektif dalam menggambarkan kondisi status gizi wanita usia subur serta faktor-faktor yang berhubungan dengannya pada masa prakonsepsi tanpa melakukan intervensi terhadap responden.

Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa pada tahun 2025, dengan pertimbangan bahwa wilayah tersebut memiliki cakupan pelayanan kesehatan ibu dan perempuan usia subur yang cukup representatif serta masih ditemukannya permasalahan gizi pada kelompok wanita usia subur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh wanita usia subur (WUS) yang berada di wilayah kerja Puskesmas Manisa. Pemilihan populasi ini didasarkan pada peran strategis wanita usia subur dalam mempersiapkan kondisi kesehatan sebelum kehamilan, khususnya dari aspek status gizi.

Sampel penelitian berjumlah 44 responden, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu penarikan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Kriteria inklusi meliputi wanita usia subur yang berada pada masa prakonsepsi, bersedia menjadi responden, serta dapat berkomunikasi dengan baik, sedangkan kriteria eksklusi meliputi wanita yang sedang hamil atau memiliki kondisi kesehatan tertentu yang dapat memengaruhi status gizi secara signifikan. Teknik purposive sampling digunakan agar sampel yang terpilih benar-benar sesuai dengan tujuan penelitian dan mampu memberikan gambaran yang akurat mengenai variabel yang diteliti.

Pengukuran status gizi responden dilakukan dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), yang diperoleh dari hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan responden. Nilai IMT kemudian dikategorikan ke dalam status gizi kurang, normal, dan lebih sesuai dengan standar yang berlaku. Selain itu, data mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi, seperti pengetahuan, sikap, dan pendapatan keluarga, dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat

digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel penelitian, sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Uji statistik yang digunakan dalam analisis bivariat adalah uji Chi-Square, dengan tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai p < 0,05. Hasil analisis tersebut digunakan sebagai dasar untuk menarik kesimpulan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi wanita usia subur pada masa prakonsepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa.

HASIL

Data primer dalam penelitian ini diperoleh dengan cara membagikan kuesioner kepada responden. Kuesioner yang terkumpul dan diisi akan diperiksa kembali untuk menghindari dan memperbaiki kesalahan yang mungkin terjadi pada saat pengisian. Setelah pemeriksaan kuesioner dilakukan, langkah selanjutnya adalah entry data, pengolahan data, dan dianalisa dengan menggunakan program computer.

Uji statistik ini terdiri dari uji analisis univariat dan analisis bivariat. Uji analisis univariat dilakukan terhadap variabel-variabel dari hasil penelitian. Analisis ini menghasilkan distrinbusi dan presentasi dari tiap-tiap variabel sedangkan analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara varibel bebas dan varibel terkait.

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisa data yang telah dilakukan kemudian disajikan sebagai berikut:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	23	52.3
Cukup	4	9.1
Kurang	17	38.6
Total	44	100

Sumber: *Data Primer , 2025*

Berdasarkan tabel 1 dari 44 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dalam kategori pengetahuan baik dengan jumlah 23 responden (52,3%), dalam kategori pengetahuan cukup dengan jumlah 4 responden (9,1%), dan dalam kategori pengetahuan kurang dengan jumlah 17 responden (38,6%).

Tabel 2.
Hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi WUS pada masa prakonsepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa.

Pengetahuan	Status Gizi WUS								*ρ-Value*	α
	Kurang		Normal		Lebih		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	5	11.4	18	40.9	0	0	23	52.3		
Cukup	0	0	4	9.1	0	0	4	9.1	0.000	0.05
Kurang	11	25	3	6.7	3	6.8	17	38.6		

ISSN: 2776-7299

Total	16	36.4	25	56.8	3	6.8	44	100

Sumber: *Data Primer, 2025*

Berdasarkan tabel 5.8 dari 44 responden dapat diketahui bahwa sebagian besar dalam kategori pengetahuan baik dan status gizi normal sebanyak 18 responden (40,9%), serta pengetahuan baik dan status gizi kurang sebanyak 5 responden (11,4%). Pada kategori pengetahuan cukup, seluruhnya memiliki status gizi normal sebanyak 4 responden (9,1%). Sedangkan kategori pengetahuan kurang dan status gizi lebih sebanyak 3 responden (6,8%), serta pengetahuan kurang dan status gizi kurang sebanyak 11 responden (25%). Berdasarkan hasil uji *chi-square* diperoleh *p-value* = 0,000 (p < 0,05), sehingga Ha diterima dan H0 ditolak. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan status gizi wanita usia subur pada masa prakonsepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden dalam kategori pengetahuan baik dengan jumlah 23 responden (52,3%), dalam kategori pengetahuan cukup dengan jumlah 4 responden (9,1%), dan dalam kategori pengetahuan kurang dengan jumlah 17 responden (38,6%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas wanita usia subur di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai gizi seimbang dan prakonsepsi. Berdasarkan hasil uji *chi-square* diperoleh *p-value* = 0,000 (p < 0,05), sehingga Ha diterima dan H0 ditolak. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan status gizi wanita usia subur pada masa prakonsepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati & Hanifah (2024). Penelitian tersebut menemukan bahwa wanita usia subur dengan pengetahuan gizi baik cenderung memiliki status gizi yang lebih optimal pada masa prakonsepsi. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan gizi dapat berperan penting dalam memperbaiki status gizi sebelum kehamilan.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lukiana & Sugiatini (2022) juga mendukung temuan ini. Penelitian mereka menunjukkan bahwa edukasi gizi prakonsepsi secara signifikan meningkatkan pemahaman wanita usia subur mengenai gizi seimbang, sehingga berdampak positif pada tercapainya status gizi yang normal.

Secara teori dijelaskan bahwa menurut Depkes RI (2019), pengetahuan gizi merupakan faktor utama yang memengaruhi perilaku konsumsi makanan sehat, yang pada gilirannya menentukan status gizi individu. Wanita dengan pengetahuan gizi yang baik akan lebih mampu memilih makanan bergizi dan menerapkan pola makan seimbang sebelum kehamilan.

Peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan yang baik pada wanita usia subur akan mendorong mereka untuk mengonsumsi makanan bergizi, menerapkan pola hidup sehat, dan secara keseluruhan berkontribusi pada tercapainya status gizi normal pada masa prakonsepsi. Sebaliknya, pengetahuan yang kurang dapat menjadi faktor risiko terhadap status gizi yang kurang optimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan dengan

status gizi Wanita Usia Subur (WUS) pada masa prakonsepsi di Wilayah Kerja Puskesmas Manisa. Nilai p-value sebesar 0,000 (p < 0,05) menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berperan penting dalam menentukan kondisi status gizi WUS. Wanita usia subur dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki status gizi yang lebih optimal dibandingkan dengan mereka yang memiliki pengetahuan rendah. Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan gizi sebelum kehamilan merupakan faktor kunci dalam upaya pencegahan masalah gizi dan peningkatan kesiapan kesehatan reproduksi pada masa prakonsepsi.

DAFTAR RUJUKAN

Akbar, H., Qasim, M., & Hidayani, W. R. (2021). *Teori kesehatan reproduksi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Aritonang, R. (2020). *Analisis status gizi wanita usia subur berdasarkan kelompok umur di Indonesia*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Astari, D. P., & Nurlaela, L. (2020). Peran gizi ibu dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *8*(2), 112–119.

Augustine, F., & Sulandjari, S. (2021). Pentingnya asupan gizi seimbang pada masa prakonsepsi untuk mencegah stunting. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Indonesia*, *13*(1), 25–32.

Auliana, N., Damayanti, R., & Widyawati, M. N. (2016). Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, *12*(2), 157–164.

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Bimantara, M. D., Adriani, M., & Suminar, D. R. (2019). Hubungan citra tubuh dengan status gizi pada siswi di SMA Negeri 9 Surabaya. *Amerta Nutrition*, *3*(2), 85–88. https://doi.org/10.20473/amnt.v3i2.2019.85-88

Diningsih, R. F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil. *Binawan StudentJournal (BSJ)*, *3*(3). https://journal.binawan.ac.id/index.php/bsj/article/view/327

Doloksaribu A. M., L. G. and S. (2019). Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Batang Kuis. *Wahana Inovasi*, *8*(1), 63–73.

Ernawati. (2018). *Gizi dalam daur kehidupan*. Deepublish.

Fachruddin, I. I. (2023). Pengukuran Indeks Massa Tubuh Pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(2). https://journal.unimerz.com/index.php/piramida/article/view/204

Fifit, K. I. S. (2022). *Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah BT - Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo* (Vol. 1, Issue 2). https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/227

Fitria, R., & Rahmawati, S. (2021). *Hubungan Pendapatan Keluarga dengan Status Gizi Wanita Usia Subur Pra-kehamilan*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 4(1), 23-30.

Hardinsyah, Sunarti, S., Briawan, D., & Damayanti, R. (2012). *Gizi untuk kesehatan reproduksi remaja dan dewasa*. PT RajaGrafindo Persada.

Hidayati, A., & Hanifah, R. (2024). *The*

Effect of Balanced Nutrition Education on Nutrition Fulfillment Behavior in an Effort to Prevent Stunting in Preconception Women. International Journal of Nursing and Midwifery Studies, 5(2), 45-52.

Jagannatha, G. N. P. (2020). Tingkat Pengetahuan Kesehatan Prakonsepsi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Medika Udayana*, *9*(11). https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/67040

Lukiana, D., & Sugiatini, R. (2022). *The Influence of Preconceptional Nutrition Counseling on Knowledge and Attitude of Women of Reproductive Age*. Journal of Midwifery and Health, 7(1), 12-20.

Majestika, S. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. UNY Press. file:///C:/Users/HP/Downloads/STATUS_GIZI_ANAK_DAN_FAKTOR_Y ANG_MEMPENG (1).pdf

Muharramah, A. (2023). Penilaian status gizi. *Malikussaleh Journal of Nursing*, *2*(2), 182–187. https://doi.org/10.55080/mjn.v2i2.365

Nasrayanti, Wahyuni M, S., Fitri Jaya, Ishak Kenre, & Hamdiyah. (2025). HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI PRA KONSEPSI DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK PADA WANITA USIA SUBUR. *Jurnal Mitrasehat*, *15*(2), 913-919. https://doi.org/10.51171/jms.v15i2.536

Nurlinda. (2021). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Animasi Pencegahan Stunting terhadap Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin. *Jurnal Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, *4*(3). https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/1606

Puspita, G., Suprihatin, S., & Indrayani, T. (2022). Pengaruh penyuluhan Media Audiovisual terhadap tingkat Pendidikan Ibu Hamil tentang Anemia di Rumah Sakit Izza Cikampek Jawa Barat. *Journal for Quality in Women's Health*, *5*(1), 129–135. https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.142