

NASKAH PUBLIKASI

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI PRAKONSEPSI TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA PRANIKAH
DI KECAMATAN AIKMEL**



DIRA MELINA
NIM : 113419001

**PROGRAM STUDI S1 PENDIDIKAN BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) HAMZAR
LOMBOK TIMUR
2023**

PENGESAHAN NASKAH PUBLIKASI

Skripsi Nama Dira Melina NIM.113419001 dengan judul "*Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel*".

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh :

Pembimbing I

Tanggal



Eka Faizaturrahmi, S.ST.,M.Kes
NIDN. 0808108904

(26-9-2023)

Pembimbing II

Tanggal



Eka Mustika Yanti, S.ST,M. Psi.
NIDN.0817019102

(26-9-2023)

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Pendidikan Bidan
Ketua,



Eka Faizaturrahmi, S.ST.,M.Kes.
NIDN. 0808108904

**THE INFLUENCE OF PRECONCEPTIONAL NUTRITION
COUNSELING ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDE
OF PRE-MARRIAGE WOMEN IN AIKMEL DISTRICT**

*Dira Melina¹, Eka Faizaturrahmi²
Eka Mustika Yanti³, diramelina24@gmail.com*

ABSTRACT

Background : *The premarital period can be associated with the pre-conception period. Because after marriage women will immediately undergo the conception process. The preconception period is the period before conception period is the time span from three months to a year before conception and should ideally cover the time when the ovum and sperm mature which is around 100 days before conception.*

Objective : *To analyze the effect of preconception nutrition counseling on knowledge and attitudes of premarital women in Aikmel District.*

Method : *The pre-experimental research methods where the type of pre-experimental research is a study by conducting experiment that aim to determine the effect that arise as a result of intervention. This pre-experimental study was conducted on premarital women in Aikmel District involving 15 pre-married women and data analysis used the wilcoxon statistical test with a significance level of a 0,05.*

Results : *The results of bivariate analysis test results were obtained using the wilcoxon test and obtained with a significance value of p-value = 0,001 < a (0,05) then Ha is accepted and Ho is rejected, which mean there is a significance between pre-conceptual nutrition counseling on women's knowledge pre-marital Aikmel District.*

Suggestion : *It is expected that pre-marital women apply the knowledge they have obtained after conducting research, to always apply clean and healthy living habit, especially consuming protein, carbohydrates and iron for both themselves and the community in order to achieve optimal health during pregnancy.*

Keywords : *Preconception Nutrition Counseling, Knowledge, Attitude*

References : *Books 33 (2019-2022, Journal 14 (2019-2022)*

Pages : *Cover (I-XIV), Contents (1-73), Attachments (1-10)*

¹*Midwifery Student, , Hamzar Health Sciences Colloge*

²*Lecturer, Hamzar Health Sciences Colloge Midwifery Education Program, Bachelor's Degree*

³*Lecturer, Hamzar Health Sciences Colloge Midwifery Education Program, Bachelor's Degree*

**PENGARUH PENYULUHAN GIZI PRAKONSEPSI TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA PRANIKAH
DI KECAMATAN AIKMEL**

*Dira Melina¹, Eka Faizaturrahmi²
Eka Mustika Yanti³, diramelina24@gmail.com*

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah wanita akan segera menjalani proses konsepsi. Periode prakonsepsi adalah rentang waktu dari tiga bulan hingga satu tahun sebelum konsepsi dan idealnya harus mencakup waktu saat ovum dan sperma matur yaitu sekitar 100 hari sebelum konsepsi.

Tujuan : Menganalisis pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan dan sikap wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

Metode : Penelitian pre eksperimen, dimana jenis penelitian pre eksperimen merupakan suatu penelitian dengan melakukan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang timbul akibat adanya intervensi. Penelitian pre eksperimen ini dilakukan pada wanita pranikah yang berada di Kecamatan Aikmel dengan melibatkan 15 wanita pranikah dan analisa data menggunakan uji statistik wilcoxon dengan taraf signifikansi $\alpha < 0,05$.

Hasil : Hasil uji analisis bivariate didapatkan dengan menggunakan uji wilcoxon dan diperoleh dengan nilai signifikansi $p \text{ value} = 0,001 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

Saran : Diharapkan kepada wanita pranikah agar menerapkan ilmu yang diperolehnya setelah dilakukannya penelitian, untuk selalu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat terutama mengkonsumsi kanaan yang bernilai protein, karbohidrat dan zat besi baik bagi dirinya dan masyarakat agar tercapai kesehatan saat menjalani kehamilan yang maksimal.

Kata Kunci : *Penyuluhan Gizi Prakonsepsi, Pengetahuan, Sikap*

Pustaka : Buku 33 (2019-2022), Jurnal 14 (2019-2022)

Halaman : Sampul (I-XI), Isi (1-73), Lampiran (1=10)

¹Mahasiswa Pendidikan Bidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

² Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar Program Study SI pendidikan bidan Stikes Hamzar Lombok Timur

³Dosen, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar Program Study SI pendidikan bidan Stikes Hamzar Lombok Timur

PENDAHULUAN

Salah satu penentu kualitas sumberdaya manusia adalah terpenuhinya kecukupan gizi individu. Seseorang yang mengalami kekurangan gizi maka akan berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik, perkembangan kecerdasan, menurunnya daya tahan tubuh yang akan berakibat meningkatnya angka kesakitan dan kematian. Kecukupan gizi sangat diperlukan oleh setiap individu sejak masih dalam kandungan, bayi, anak-anak, masa remaja, dan dewasa sampai usia lanjut (Supriyono, 2018).

Kementerian Kesehatan RI (2018), mendefinisikan bahwa Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang berada dalam periode umur antara 15 sampai 49 tahun. Wanita pranikah merupakan bagian dari kelompok WUS perlu mempersiapkan kecukupan gizi tubuhnya, karena sebagai calon ibu gizi yang optimal pada wanita pranikah akan mempengaruhi tumbuh kembang janin, kondisi kesehatan bayi yang dilahirkan dan keselamatan selama proses melahirkan (Paratmanitya, 2019).

Masa pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah wanita akan segera menjalani proses konsepsi. Masa prakonsepsi merupakan masa sebelum kehamilan. Periode prakonsepsi adalah rentang waktu dari tiga bulan hingga satu tahun sebelum konsepsi dan idealnya harus mencakup waktu saat ovum dan sperma matur yaitu sekitar 100 hari sebelum konsepsi. Status gizi WUS atau wanita pranikah selamat jika sampai nambulan pada masa prakonsepsi akan menentukan kondisi bayi yang dilahirkan. Prasyarat gizi sempurna

padamasa prakonsepsi merupakan kunci kelahiran bayi normal dan sehat (Susilowati, 2019).

Adapun pentingnya menjaga kecukupan gizi bagi wanita pranikah sebelum kehamilan disebabkan karena gizi yang baik akan menunjang fungsi optimal alat-alat reproduksi seperti lancarnya proses pematangan telur, produksi sel telur dengan kualitas baik, dan proses pembuahan yang sempurna. Gizi yang baik juga dapat berperan penting dalam penyediaan cadangan gizi untuk tumbuh-kembang janin. Bagi calon ibu, gizi yang cukup dan seimbang akan mempengaruhi kondisi kesehatan secara menyeluruh pada masa konsepsi dan kehamilan serta akan dapat memutuskan mata rantai masalah kekurangan gizi pada masa kehamilan (Susilowati, 2019).

Menurut Badan Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (2020), Wanita Usia Subur (WUS) adalah penduduk dalam rentang usia 29-35 tahun, dimana jumlahnya di dunia pada tahun 2020 yaitu sebanyak 1,2 miliar jiwa atau 18% dari jumlah penduduk dunia dengan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) sebanyak 1000 per sebaran penduduk (World Health Organization, 2020).

Masalah gizi yang sering terjadi pada Wanita Usia Subur (WUS) khususnya yang sudah menikah yaitu kurangnya asupan zat gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus yang dapat memicu terjadinya Kekurangan Energi Kronik (KEK) dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi. Di Indonesia melalui Kementerian Kesehatan Data Riskesdas (2018), mengatakan

bahwa proporsi Kurang Energi Kronik (KEK) pada Wanita Usia Subur yang sudah menikah pada tahun 2007 yaitu 10 juta atau 30,9%, pada tahun 2013 meningkat menjadi 11 juta atau 46,6% dan menurun kembali pada tahun 2018 yaitu sebesar 10,5 juta atau 36,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut hasil laporan data Profil Kesehatan Kabupaten Lombok Timur pada tahun 2020 terdapat 19 ibu yang meninggal per 100.000 kelahiran, sedangkan bayi yang meninggal sebesar 70 bayi per 100.000 kelahiran. Kecamatan Aikmel termasuk salah satu wilayah yang menunjukkan status rawan gizi, dengan ditemukannya 10 kematian pada bayi, serta 2 kematian pada ibu pada saat bersalin.

Bayi yang mengalami gangguan pertumbuhan selama masa janin, berwujud kecil untuk masa kehamilan (*small for gestational age*), beresiko tinggi untuk mengalami gagal tumbuh dalam 2 tahun pertama kehidupan. Diestimasi sekitar 20% yang mengalami stunting ditandai oleh gangguan pertumbuhan selama masa janin. Gangguan pertumbuhan janin dan pertumbuhan yang buruk di masa bayi saat ini diakui sebagai determinan penting dari kematian neonatal dan bayi, stunting, berat badan lebih dan obesitas pada masa anak-anak dan usia dewasa. Oleh karena itu, intervensi gizi harus ditekankan pada masa sebelum hamil dan selama hamil (Patimah, 2018).

Berbagai faktor dapat mempengaruhi status gizi wanita pranikah sebelum kehamilan. Faktor-faktor yang mempengaruhi adalah umur, status ekonomi, pendidikan dan

status gizi. Sedangkan selama kehamilan beberapa faktor yang mempengaruhi adalah frekuensi kehamilan, derajat aktivitas fisik, komplikasi penyakit saat hamil, kondisi psikologis dan asupan pangan yang tidak cukup (Fauziyah, 2018).

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 adaptasi gizi akan mempengaruhi seseorang dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi (Soekidjo Notoatmodjo, 2018).

Upaya peningkatan pengetahuan dapat dilakukan oleh Pemerintah Daerah dengan cara memberikan penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi mendorong seseorang untuk memiliki pengetahuan dan perubahan sikap yang baik. Hal ini disebutkan dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Simatupang pada tahun 2018 di Kecamatan Batang Kuis menunjukkan terjadi perubahan pengetahuan ibu nifas setelah diberikan penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan, terjadi peningkatan pengetahuan. Dimana sebelum diberikan penyuluhan rata-rata nilai pengetahuan yang didapat sampel sebesar 12,60 dengan nilai terendah 8 dan nilai tertinggi 16 dari total nilai 20 dan setelah diberikan penyuluhan rata-rata nilai pengetahuan yang didapat sampel sebesar 15,97 dengan nilai terendah 11 dan nilai tertinggi 18.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 19 sampai 21 September 2022 di KUA Kecamatan Aikmel, diperoleh wanita pernikahan sebanyak 15 orang yang siap menikah. Dari 15 yang dijumpai, peneliti mengambil 5 wanita pranikah untuk dilakukannya pengukuran LiLA dan diberikan beberapa pertanyaan seputar gizi keterkaitannya dengan pengetahuan dan sikap tentang gizi. Dari 5 wanita pranikah peneliti memperoleh keterangan bahwa terdapat 2 atau 13,3% wanita pranikah yang memiliki ukuran LiLA dibawah 23,5 cm dengan pengetahuan belum mengetahui tentang gizi dan sikap setuju dengan pemenuhan gizi dan 3 atau 20,0% memiliki ukuran LiLA di atas 23,5 cm dan memiliki pengetahuan kurang dan sikap setuju dengan pemenuhan gizi.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti "*Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel*" dalam upaya pencegahan serta peningkatan status gizi untuk pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *preeksperimen*. Penelitian *preeksperimen* yaitu suatu penelitian dengan melakukan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh yang timbul akibat adanya intervensi. Penelitian ini menggunakan *Pre Experimental Designs* dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design*. Yang bertujuan untuk Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi

Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikme.

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Kecamatan Aikmel adalah salah satu Kecamatan tertua yang ada di Kabupaten Lombok Timur setelah terbentuknya Kabupaten Lombok Timur pada tahun 1958. Secara administratif Kecamatan Aikmel terdiri dari 24 Desa 137 Dusun, 800 RT dengan luas wilayah 122.92 km².

Kecamatan Aikmel memiliki kelembagaan setiap Desa yaitu 24 Badan Permusyawaratan Desa (BPD) dengan 166 anggota mitra kerja dari Kepala Desa dalam rangka melaksanakan pemerintahan, pembangunan dan sosial kemasyarakatan dan 24 Lembaga Ketahanan Masyarakat Desa (LKMD) dengan 300 anggota.

Di Kecamatan Aikmel terdapat 3 dan 1 unit Pusat Kesehatan Masyarakat sebagai tempat rujukan. Jika ada sanak saudara mereka yang sakit dan terdapat 157 unit lokasi Pos Pelayanan Terpadu (POSYANDU) dan 1 buah Klinik Kesehatan Hamzar dan terdapat 9 lokasi tetap dokter praktik, baik kebidanan, dokter gigi dan dokter umum sebagai tempat rujukan bagi masyarakat Kecamatan Aikmel.

2. Analisis Univariat

- a. Pengetahuan Wanita Pranikah
 - 1) Sebelum Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi

Tabel. 4.2. Distribusi Sebelum Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi (*pre-test*) Di Kecamatan Aikmel

Sebelum	Jumlah	%
Kurang	14	93,3
Cukup	1	6,7
Baik	0	0
Jumlah	15	100

Sumber : Data Primer Penelitian

Sebelum diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*pre-test*), terdapat responden dengan kategori pengetahuan wanita pranikah terbanyak berada pada pengetahuan kurang yaitu sebanyak 14 orang atau 93,3% dan paling sedikit berada pada pengetahuan baik yaitu sebanyak 0 orang atau 0%.

- 2) Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi

Tabel. 4.3. Distribusi Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi (*post-test*) Di Kecamatan Aikmel

Sesudah	Jumlah	%
Kurang	0	0
Cukup	9	60,0
Baik	6	40,0
Jumlah	15	100

Sumber : Data Primer Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian bahwa, dari 15 responden di Kecamatan Aikmel, sesudah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*post-test*), terdapat responden dengan kategori pengetahuan wanita pranikah terbanyak berada pada pengetahuan cukup yaitu sebanyak 9 orang atau 60,0% dan paling sedikit berada pada pengetahuan kurang yaitu 0 orang atau 0%.

- b. Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

- 1) Sebelum Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi

Tabel. 4.4. Distribusi Sebelum Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi (*pre-test*) Di Kecamatan Aikmel

Sebelum	Jumlah	%
Positif	2	13,3
Negatif	13	86,7
Jumlah	15	100

Sumber : Data Primer Penelitian

Sebelum diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*pre-test*), terdapat responden dengan kategori sikap wanita pranikah terbanyak berada pada sikap negatif yaitu sebanyak 13 orang atau 86,7% sedangkan kategori sikap wanita pranikah paling sedikit berada pada sikap positif yaitu sebanyak 2 orang atau 13,3%.

- 2) Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi

Tabel. 4.5. Distribusi Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi (*post-test*) Di Kecamatan Aikmel

Sesudah	Jumlah	%
Positif	12	80,0
Negatif	3	20,0
Jumlah	15	100

Sumber : Data Primer Penelitian

Sesudah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*post-test*), terdapat responden dengan kategori sikap wanita pranikah terbanyak berada pada sikap positif yaitu sebanyak 12 orang atau 80,0% sedangkan kategori sikap wanita pranikah paling sedikit berada pada sikap negatif yaitu sebanyak 3 orang atau 20,0%.

3. Analisis Bivariate

a. Pengetahuan Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

Tabel. 4.6. Hasil Uji Normalitas Sebelum Dan Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Di Kecamatan Aikmel

Pengetahuan	Statistic	$p - v$	Keterangan
Sebelum penyuluhan	0,883	0,003	Tidak Normal
Sesudah penyuluhan	0,638	0,000	Tidak Normal

Sumber : Data Primer Penelitian

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, nilai signifikansi pada uji *kolmogorov-smirnov* angka sebesar 0,003 sebelum diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi dan angka sebesar 0,000 sesudah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi lebih kecil dari nilai signifikansi p value = 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Tabel.4.7. Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

Variabel	N	Mean	Min	Max	Z	P
Sebelum penyuluhan	15	0,000	35	65	-	0,001
Sesudah penyuluhan	15	0,000	65	85	3,419	0,001

Sumber : Data Primer Penelitian

Hasil uji analisis bivariate didapatkan dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan diperoleh dengan nilai signifikansi p value = 0,001 < α (0,05) maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat Pengaruh yang sigbifikan antara penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

b. Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

Tabel. 4.8. Hasil Uji Normalitas Sebelum Dan Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Sikap Di Kecamatan Aikmel

Sikap	Statistic	$p - v$	Keterangan
Sebelum penyuluhan	0,881	0,003	Tidak Normal
Sesudah penyuluhan	0,638	0,000	Tidak Normal

Sumber : Data Primer Penelitian

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, nilai signifikansi pada uji *kolmogorov-smirnov* angka sebesar 0,003 sebelum dilakukannya penyuluhan gizi prakonsepsi dan angka sebesar 0,000 sesudah dilakukannya penyuluhan gizi prakonsepsi lebih kecil dari nilai signifikansi p value = 0,05 sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data tidak berdistribusi normal.

Tabel.4.9. Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

Variabel	N	Mean	Min	Max	Z	P
Sebelum penyuluhan	15	0,000	19	28	-	0,001
Sesudah penyuluhan	15	0,000	24	31	3,302	0,001

Sumber : Data Primer Penelitian

Hasil uji analisis bivariate didapatkan dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan diperoleh dengan nilai signifikansi p value = 0,001 < α (0,05) maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang sigbifikan antara penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap sikap wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Pengetahuan

1) Pengetahuan Sebelum Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel.

Sebelum diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*pre-test*), terdapat responden dengan kategori pengetahuan wanita pranikah terbanyak berada pada pengetahuan kurang yaitu sebanyak 14 orang atau 93,3% dan paling sedikit berada pada pengetahuan baik yaitu sebanyak 0 orang atau 0%.

Terdapatnya pengetahuan kurang terhadap responden ini dikarenakan pendidikan responden yang sebagian besar hanya memiliki tingkat pendidikan SMA yang hanya (53,3%) dan (20,5%) berada pada kelompok usia 20-25 tahun. Sementara itu dari faktor pekerjaan sebagian besar responden tidak bekerja (53,3%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin rendah pendidikan seseorang maka akan mempengaruhi tingkat pengetahuan orang tersebut, sebaliknya jika semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan mempengaruhi tingkat pengetahuan yang baik. Pengetahuan yang rendah dapat diubah dengan adanya

informasi yang jelas tentang gizi seimbang melalui penyuluhan dan informasi media elektronik dan media masa.

Peneliti juga menjelaskan bahwa, diperolehnya pengetahuan kurang dari responden karena responden mengaku tidak pernah mendengar atau memperoleh informasi melalui iklan tv atau media sosial lainnya, responden tidak pernah memperoleh informasi dari calon suami dan dari pelayanan kesehatan untuk mengkonsusi makanan yang mengandung protein, karbohidrat dan zat besi yang baik bagi kesehatan ibu hamil saat konsepsi nanti.

2) Pengetahuan Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel.

Sesudah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*post-test*), terdapat responden dengan kategori pengetahuan wanita pranikah terbanyak berada pada pengetahuan cukup yaitu sebanyak 9 orang atau 60,0% dan paling sedikit berada pada pengetahuan kurang yaitu 0 orang atau 0%.

Dan setelah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi pengetahuan responden menjadi meningkat, dilihat dari nilai rata-rata sesudah penyuluhan dengan nilai

yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum diberikan penyuluhan. Penyuluhan dilakukan sebanyak 1 kali namun agar lebih jelas dalam menyerap informasi yang diperoleh oleh responden, peneliti menggunakan alat bantu berupa pengeras suara *shound system* dan *leaflet* dan menerapkan suara yang lambat dan pelan. Tak hanya itu sebelum dilakukannya perlakuan *post test*, peneliti juga membuka sesi tanya jawab terhadap responden.

Tak hanya pengetahuan, pekerjaan responden juga berpengaruh terhadap pencarian informasi terkait gizi prakonsepsi, namun justru berbanding terbalik dengan hasil penelitian, dimana dari 15 responden di Kecamatan Aikmel, kategori pekerjaan responden terbanyak berada pada tidak bekerja yaitu sebanyak 9 orang atau 60,0%, yang seharusnya responden memiliki waktu luang untuk mencari informasi terkait pemenuhan gizi prakonsepsi, meskipun demikian responden justru mengaku meski memiliki waktu luang untuk mencari informasi dimedia sosial, namun hal demikian tidak dilakukan, responden lebih memilih pemanfaatan media informasi seperti hanpone digunakan untuk gaya hidup

dan sebagai wadah iklan untuk mencari uang.

b. Sikap

1) Sikap Sebelum Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Pada Wanita Pranikah di Kecamatan Aikmel.

Sebelum diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi (*pre-test*), terdapat responden dengan kategori sikap wanita pranikah terbanyak berada pada sikap negatif yaitu sebanyak 13 orang atau 86,7% sedangkan kategori sikap wanita pranikah paling sedikit berada pada sikap positif yaitu sebanyak 2 orang atau 13,3%.

Menurut asumsi peneliti bahwa, terdapatnya sikap negatif terhadap responden disebabkan karena sebagian besar responden belum pernah mendapatkan penyuluhan gizi prakonsepsi. Responden merasa bahwa protein tidak diperlukan dalam pembentukan sel-sel tubuh dan pertumbuhan bagi calon anak, responden merasa bahwa zat besi tidak diperlukan oleh semua ibu hamil dan karbohidrat serta makanan pokok bukan merupakan sumber energi utama bagi tubuh. Terjadinya sikap negatif juga karena kurangnya pengetahuan responden tentang gizi prakonsepsi.

2) Sikap Sesudah Diberikannya Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Pada Wanita Pranikah di Kecamatan Aikmel.

Sesudah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi

(*post-test*), terdapat responden dengan kategori sikap wanita pranikah terbanyak berada pada sikap positif yaitu sebanyak 12 orang atau 80,0% sedangkan kategori sikap wanita pranikah paling sedikit berada pada sikap negatif yaitu sebanyak 3 orang atau 20,0%.

Menurut asumsi peneliti setelah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi, responden merasa bahwa pemberian gizi hedaknya harus maksimal, karena selama kehamilan responden harus memiliki gizi yang terpenuhi, penting karena sesuai dengan arahan pemerintah, terpenuhinya gizi pada wanita prakonsepsi akan mampu mencegah terjadinya anemia saat hamil dan mampu mencegah terjadinya BBLR pada bayi baru lahir.

2. Analisis Bivariate

1) Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

Hasil uji analisis bivariate didapatkan dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan diperoleh dengan nilai signifikansi $p\ value = 0,001 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

Terdapatnya pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan dilatarbelakangi karena sebagian besar

responden tidak mengetahui tentang fungsi karbohidrat dan kebutuhan makanan pokok lainnya sebagai zat dalam mendukung kesehatan bagi ibu hamil maupun calon anak nantinya. Responden juga tidak mengetahui tentang akibat dari tidak mengkonsumsi gizi yang seimbang.

Kurangnya bimbingan dari pelayanan kesehatan khususnya Puskesmas, kader kesehatan dan keluarga dalam hal ini suami membuat calon wanita pranikah tidak mengetahui manfaat gizi prakonsepsi.

Wanita pranikah juga mengaku, meski di era modern seperti sekarang ini begitu derasnya pemanfaatan media sosial sebagai wahana edukasi gizi, tidak pernah dimanfaatkan untuk sekedar mencari informasi dalam kesiapannya menghadapi gizi saat menikah nanti, sebab kebanyakan pemanfaatan media sosial dilakukan untuk mencari rizki dalam artian jual beli barang atau seputaran gaya hidup.

2) Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Aikmel

Hasil uji analisis bivariate didapatkan dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan diperoleh dengan nilai signifikansi $p\ value = 0,001 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap sikap wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

Menurut asumsi peneliti, terdapatnya sikap negatif yang terjadi pada responden disebabkan karena responden merasa protein tidak diperlukan dalam pembentukan sel-sel tubuh dan pertumbuhan bagi calon anak, zat besi tidak diperlukan oleh semua ibu hamil dan responden merasa bahwa karbohidrat dan makanan pokok bukan merupakan sumber energi utama bagi tubuh. Sikap yang negatif terbentuk dari kurangnya pengetahuan responden tentang gizi prakonsepsi, sehingga disimpulkan bahwa sikap yang kurang tentang gizi prakonsepsi yang dimiliki oleh responden dapat dirubah dengan adanya pengetahuan yang baik setelah dilakukannya penyuluhan gizi prakonsepsi pada responden, sehingga dapat terbentuklah sikap yang positif pula pada responden.

Sedangkan sikap responden meningkat sesudah diberikan konseling gizi melalui *power point*, yang dapat dilihat dari nilai rata-rata sesudah penyuluhan gizi yang lebih dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum diberikan penyuluhan gizi melalui media *power point*.

Sementara adanya sikap negatif terhadap responden dikarenakan responden memiliki pengetahuan kurang. Responden merasa bahwa protein tidak diperlukan dalam pembentukan sel-sel tubuh dan pertumbuhan bagi calon anak, responden merasa bahwa zat besi tidak diperlukan oleh

semua ibu hamil dan responden merasa bahwa karbohidrat dan makanan pokok bukan merupakan sumber energi utama bagi tubuh. Sikap yang negatif terbentuk dari kurangnya pengetahuan responden tentang gizi prakonsepsi, sehingga disimpulkan bahwa sikap yang kurang tentang gizi prakonsepsi yang dimiliki oleh responden dapat dirubah dengan adanya pengetahuan yang baik setelah dilakukannya penyuluhan gizi prakonsepsi pada responden, sehingga dapat terbentuklah sikap yang positif pula pada responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Sebelum dilakukan penyuluhan gizi prakonsepsi (*pre-test*), terdapat responden dengan kategori pengetahuan wanita pranikah terbanyak berada pada pengetahuan kurang yaitu sebanyak 14 orang atau 93,3%, sedangkan sesudah diberikannya (*post-test*) penyuluhan gizi prakonsepsi pengetahuan wanita pranikah paling banyak berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 9 orang atau 60,0%.
2. Sebelum dilakukan penyuluhan gizi prakonsepsi (*pre-test*), terdapat responden dengan kategori sikap wanita pranikah terbanyak berada pada sikap negatif yaitu sebanyak 13 orang atau 86,7%, sedangkan sesudah dilakukannya (*post-test*) penyuluhan gizi prakonsepsi kategori sikap

wanita pranikah paling tinggi berada pada kategori sikap positif yaitu sebanyak 12 orang atau 80,0%.

3. Hasil uji analisis bivariante dengan menggunakan uji *wilcoxon* dan diperoleh dengan nilai signifikansi pada nilai pengetahuan dan sikap yaitu $p = value = 0,001 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi dengan pengetahuan dan sikap wanita pranikah di Kecamatan Aikmel.

B. SARAN

1. Bagi Wanita Pranikah

Diharapkan kepada wanita pranikah agar menerapkan ilmu yang diperolehnya setelah dilakukannya penelitian, untuk selalu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat terutama mengkonsumsi kanaan yang bernilai protein, karbohidrat dan zat besi baik bagi dirinya dan masyarakat agar tercapai kesehatan saat menjalani kehamilan yang maksimal.

2. Bagi Institusi Stikes Hamzar

Diharapkan terhadap institusi stikes hamzar bahwa penelitian ini tidak hanya dijadikan refrensi baru tapi perlu dilakukan pengkajian yang jauh lebih mendalam dengan melibatkan perlakuan yang lebih banyak dan menggunakan terobosan baru agar memperoleh tambahan pengetahuan tentang penyuluhan gizi prakonsepsi

yang berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap wanita pranikah.

3. Bagi Puskesmas

Dengan adanya hasil penelitian ini, diharapkan terhadap Puskesmas sebagai pelayanan kesehatan tingkat pertama agar sesering mungkin melakukan penyuluhan kesehatan terkait gizi prakonsepsi bagi pasangan yang akan menikah khususnya wanita agar memperoleh pengetahuan dan sikap yang baik dalam saat menjalani pernikahan.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Adanya hasil penelitian ini, maka diharapkan terhadap penelitian selanjutnya agar penelitian ini tidak hanya dijadikan acuan dan bahan refrensi tetapi perlu dilakukan penelitian lebih dalam lagi dengan melibatkan kelompok perlakuan yang lebih banyak tentang penyuluhan gizi prakonsepsi yang berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap wanita pranikah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsismi. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta
- Ariyani, Arista. (2022). *Pengaruh Konsling Gizi Prakonsepsi Dengan Media Video Terhadap Sikap Wanita*

- Pranikah Di Puskesmas Weri.*
Jurnal Kesehatan.
- Arsakha. (2018). *Pengetahuan Calon Pengantin Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Gizi Seimbang di Puskesmas Nanggalo Padang.* Jurnal Kesehatan Vol;2 No; 4 2018
- Azwar, Saefudin. (2018). *Sikap Manusia. Teori Dan Pengukuran.* Jakarta. Pustaka Pelajar
- Fauziyah, Anny. (2018). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Nutrisi Prakonsepsi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Praktik Konsumsi Makanan Sehat Wanita Pranikah di Kota Tegal.* Tesis. Jakarta : Universitas Indonesia Diakses Pada Tahun 2018
- Fanny, Arfianingsih. (2019). *Pendidikan Gizi Prakonsepsi Pada Pasangan Calon Pengantin Di Padang Utara.* Penelitian Kesehatan
- Fitriani.(2018).*Pendidikan Kesehatan.* Ejournal. Annurporwodadi.ac.id>view . Diakses Pada Tanggal 20 Juli 2018
- Indriani. Yaktiworo. (2019). *Pola Makan Dan Tingkat Kecukupan Gizi Wanita Usia Subur Pada Rumah Tangga Miskin Seminar Nasional Sains & Teknologi*
- V Lembaga Penelitian. Universitas Lampung.
- IPKM (2018). *Badan Penelitian Dan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.*Jakarta.
- Kementerian Kesehatan (2018). *Kebijakan Kesehatan Dalam Pencegahan Penyakit Menular Seksual.* Jakarta Selatan. Rasuna Said
- Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.* Jakarta: 2018.
- Kementerian Kesehatan RI (2019). *Angka Kecukupan Gizi (AKG).* Jakarta : Kementerian Kesehatan R
- Juliana, Kesi, Putri. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Pada Wanita Pranikah.* Skripsi
- Khairun, Nisa. (2019). *Pengaruh Konsling Gizi Prakonsepsi Terhadap Asupan Protein, Kalsium, Zat Besi, Asam Polat Dan Status Gizi Pada Wanita Usia Subur Di Desa Paluh Kemiri.* Penelitian Kesehatan
- Kusuma, I, S, F (2022). *Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Wanita Pranikah.* Jurnal Kesehatan.

Universitas Ngudiwaluyo.
Volume 1 No 2 Tahun 2022

Bandung : PT Refika
Aditama

- Lestari, Titik. (2018). *Kesehatan Reproduksi Berbasis Kompetensi*. Jakarta : Buku Kedokteran ECG. 2018
- Lontaan, Anita.(2018).*Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Pemilihan Kontrasepsi Pasangan Usia Subur*. Volume 3. Januari 2018
- Lusiana, Gloria, Doloksaribu. (2019). *Pengaruh Konsling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di Kecamatan Batang Kuis*. Poltenik Kesehatan Meda
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta. PT Renika Cipta. Cetakan ke IV
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2019). *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta. PT Renika Cipta. Cetakan ke IV
- Nurhidayati (2018). *Pengetahuan Dan Sikap Calon Pengantin Wanita Pranikah Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan Tentang Nutrisi Prakonsepsi*. SKRIPSI
- Nursalam (2018). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta ; Salemba Medika
- Patimah, Siti. (2018). *Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kehidupan*.
- Paratmanitya, Y (2019). *Citra Tubuh Asupan Makan Dan Status Gizi Wanita Usia Subur Pranikah*. Jurnal gizi klinik Indonesia, 126-134.
- Prawirohardjo Sarwono (2018). *Tingkatan Pengetahuan Dan Sikap*. Ilmu Kandungan. Jakarta. Bina Pustaka.
- Pratiwi (2021). *Gambaran Pengetahuan Calon Pengantin Wanita Terhadap Gizi Prakonsepsi Di Kecamatan Rambang Muara Enim*. Penelitian Kesehatan.
- Riyanto A & Budiman (2018). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Salemba Mediak
- Rutdmayanti (2022). *Pengaruh Konsling Gizi Prakonsepsi Terhadap Sikap Dan Perilaku Pemilihan Makanan Calon Pengantin Di Kecamatan Balong Panggang*. Penelitian Kesehatan
- Supariasa,. I., D,.N,. (2019). *Pendidikan Dan Konsultasi Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Simatupang, Malik, Abdullah. (2018). *Pengaruh Konsling Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Pranikah Di*

Kecamatan Batang Kuis.
Poltenik Kesehatan Meda

Pengantin Di Kecamatan
Balong Panggang. Skripsi

Stephanie, Patricia (2018).
*Gambaran Kejadian Kurang
Energi Kronik Dan Pola
Makan Wanita Usia Subur
Di Desa Pesinggahan
Kecamatan Dawan
Klungkung Bali. Difblish
2018. E-jurnal medika, vol.
6 no.6*

Sugiyono (2018). *Metode Penelitian
Kualitatif*. Bandung ;
Alfabeta

Supariasa, D. (2019). *Penilaian
Status Gizi*. Jakarta.

Susilowati, Kuspriyanto, (2018). *Gizi
dalam Daur Kehidupan*,
Bandung: PT Refika
Aditama.

Vefi, Yetmi. (2019). *Pengaruh
Penyuluhan Gizi Seimbang
Terhadap Pengetahuan Dan
Sikap Calon Pengantin Di
Wilayah Kerja Puskesmas
Mura Panas. SKRIPSI*

World Health Organization (2020).
*Regional Nutrition Strategy:
Addressing Malnutrition and
Micronutrient Deficiencies
(2011-2015)*. Retrieved from
[serial online] [disitasipada
26 Oktober 2018].
DiaksesdariURL.

Mareta, Yesi.(2019). *Pengaruh
Konsling Gizi Prakonsepi
Terhadap Pengetahuan Dan
Sikap Dalam Memilih
Makanan Pada Calon*