

## Gambaran Status Gizi, Pengetahuan dan Sikap Gizi Prakonsepsi pada Calon Pengantin di Kabupaten Bogor

*An Overview of Nutritional Status, Knowledge, and Attitudes about Preconception Nutrition among Prospective Brides at Bogor Regency*

Siti Syarifah Zahra<sup>1</sup>, Helda Khusun<sup>1,2\*</sup>, Yuli Dwi Setyawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta, Indonesia

<sup>2</sup>SEAMEO Regional Center for Food and Nutrition (RECFON), Jakarta, Indonesia

Korespondensi: Helda Khusun, e-mail: [hkhusun@gmail.com](mailto:hkhusun@gmail.com)

### ABSTRAK

Calon pengantin merupakan kelompok yang harus diperhatikan kesehatannya, terutama status gizinya. Mengabaikan gizi sebelum hamil akan berisiko terkena kekurangan energi kronis yang dapat berdampak pada bayi yang akan dilahirkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi, pengetahuan, dan sikap gizi prakonsepsi calon pengantin laki-laki dan perempuan di Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Sukamakmur Kabupaten Bogor. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross-sectional* dengan pendekatan sampling jenuh. Responden terdiri atas 50 calon pengantin (25 laki-laki dan 25 perempuan) yang mengikuti program Bimbingan Perkawinan di Kantor Urusan Agama (KUA) Sukamakmur. Data dikumpulkan melalui kuesioner pengetahuan dan sikap yang telah divalidasi, serta pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas calon pengantin memiliki status gizi normal (62%), proporsi *overweight* dan obesitas lebih tinggi pada laki-laki (20%) dibandingkan perempuan (8%). Pengetahuan tentang gizi prakonsepsi mayoritas berada pada kategori kurang (44%), terutama pada laki-laki (52%). Sementara itu, sikap positif terhadap gizi prakonsepsi ditemukan pada 70% responden, lebih tinggi pada perempuan (80%) dibandingkan laki-laki (60%). Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun status gizi sebagian besar calon pengantin normal, masih cukup banyak responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang, khususnya pada laki-laki. Diperlukan program edukasi gizi prakonsepsi yang terintegrasi dengan pelayanan KUA untuk meningkatkan kesiapan calon pengantin dalam mendukung kehamilan yang sehat dan generasi penerus yang berkualitas.

Kata Kunci: status gizi, pengetahuan, sikap, gizi prakonsepsi, calon pengantin

### ABSTRACT

*Prospective brides and grooms are a group whose health, particularly their nutritional status, must be prioritized. Neglecting nutrition before pregnancy increases the risk of chronic energy deficiency, which can adversely affect the newborn. This study aims to describe the nutritional status, knowledge, and attitudes related to preconception nutrition among prospective brides and grooms at the Office of Religious Affairs (KUA) in Sukamakmur District, Bogor Regency. A cross-sectional study design with a saturated sampling approach was employed. The respondents comprised 50 prospective brides and grooms (25 men and 25 women) participating in the Marriage Counseling Program at the Sukamakmur KUA. Data were collected using validated questionnaires on knowledge and attitudes, along with anthropometric measurements to assess nutritional status based on Body Mass Index (BMI). The results showed that most prospective brides and grooms had normal nutritional status (62%), but the proportion of overweight and obesity was higher among men (20%) than women (8%). Knowledge of preconception nutrition was predominantly in the low category (44%), particularly among men (52%). Meanwhile, positive attitudes toward preconception nutrition were found in 70% of respondents, with higher proportions among women (80%) compared to men (60%). This study concludes that although most prospective brides and grooms had normal nutritional status, there was a significant lack of knowledge, especially among men. An integrated preconception nutrition education program in collaboration with KUA services is needed to improve the readiness of prospective brides and grooms for healthy pregnancies and the development of quality future generations.*

*Keywords: nutritional status, knowledge, attitude, preconception nutrition, prospective brides*

### Riwayat Artikel

Diterima : 30 November 2024

Ditelaah : 5 Desember 2024

Dipublikasi : 31 Desember 2024

## PENDAHULUAN

Kesehatan calon pengantin, khususnya status gizinya, merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam mempersiapkan generasi penerus yang berkualitas. Kondisi gizi sebelum kehamilan atau masa prakonsepsi memegang peranan penting dalam memastikan fungsi optimal organ reproduksi, proses konsepsi yang sehat, dan penyediaan nutrisi yang memadai bagi pertumbuhan serta perkembangan janin (1). Berbagai studi menunjukkan bahwa status gizi yang buruk, baik *overweight* maupun Kekurangan Energi Kronis (KEK), dapat berdampak negatif pada proses kehamilan. Calon ibu dengan *overweight* atau obesitas berisiko lebih tinggi mengalami preeklampsia, hipertensi gestasional, diabetes gestasional, hingga kelahiran bayi dengan kelainan bawaan atau berat badan lahir besar (2). Sebaliknya, KEK pada calon ibu dapat mengakibatkan komplikasi kehamilan, seperti anemia, persalinan prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), hingga *stunting* pada anak (3).

Persoalan gizi prakonsepsi tidak hanya berpusat pada calon pengantin perempuan. Calon pengantin laki-laki juga memegang peranan penting dalam keberhasilan kehamilan sehat dan pembentukan keluarga yang berkualitas. Status gizi calon pengantin laki-laki yang tidak ideal, seperti obesitas, dapat berdampak pada penurunan kualitas sperma dan meningkatkan risiko infertilitas. Laki-laki yang mengalami obesitas juga memiliki risiko lebih tinggi terhadap gangguan metabolisme yang dapat memengaruhi proses konsepsi (4). Dukungan dari calon suami dalam memenuhi kebutuhan gizi istri selama kehamilan juga merupakan faktor penting dalam mendorong motivasi dan kepercayaan diri perempuan untuk menjalani kehamilan yang sehat (5).

Namun, kesadaran mengenai pentingnya gizi prakonsepsi pada calon pengantin di Indonesia masih relatif rendah. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi status gizi perempuan usia reproduktif di Indonesia menunjukkan proporsi yang mengkhawatirkan: 7,8% kurus, 47,8% normal, 15,1% *overweight*, dan 29,3% obesitas (6). Di Kabupaten Bogor, angka

obesitas bahkan mencapai 34,05%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional (7). Selain itu, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengetahuan calon pengantin tentang gizi prakonsepsi masih rendah. Sebagai contoh, sebuah studi di Jakarta Barat melaporkan mayoritas calon pengantin, baik laki-laki maupun perempuan, tidak memiliki pemahaman yang cukup tentang kebutuhan gizi pranikah (8). Penelitian lain mengungkapkan hanya 23,68% calon pengantin perempuan yang memiliki pengetahuan baik terkait gizi prakonsepsi (9).

Pengetahuan yang terbatas mengenai gizi prakonsepsi berisiko memengaruhi sikap dan perilaku calon pengantin dalam mempersiapkan kehamilan (10). Sikap yang positif terhadap gizi prakonsepsi sangat bergantung pada informasi yang diterima dan dipahami oleh calon pengantin. Pengetahuan yang kurang, terutama di kalangan laki-laki, dapat menyebabkan minimnya perhatian terhadap aspek gizi, baik untuk dirinya sendiri maupun untuk pasangannya. Padahal, laki-laki sebagai kepala keluarga memiliki peran penting dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan ibu dan anak di masa depan (8).

Selain itu, minimnya penelitian yang secara spesifik menggambarkan status gizi, pengetahuan, dan sikap terkait gizi prakonsepsi pada calon pengantin laki-laki menambah kesenjangan informasi. Kebanyakan studi lebih fokus pada calon pengantin perempuan, mengabaikan pentingnya peran laki-laki dalam mempersiapkan kehamilan sehat. Padahal, dukungan laki-laki dapat meningkatkan kesuksesan program kesehatan prakonsepsi dan kehamilan. Data nasional maupun lokal yang lebih terperinci mengenai calon pengantin laki-laki dan perempuan dibutuhkan untuk merancang intervensi yang lebih efektif dan holistik.

Berdasarkan permasalahan di atas, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan status gizi, pengetahuan, dan sikap terkait gizi prakonsepsi pada calon pengantin laki-laki dan perempuan di Kecamatan Sukamakmur, Kabupaten Bogor. Fokus penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kondisi gizi prakonsepsi di tingkat komunitas, mengevaluasi tingkat

pengetahuan calon pengantin mengenai pentingnya gizi prakonsepsi, dan memahami sikap mereka terhadap gizi prakonsepsi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang kondisi calon pengantin di daerah tersebut dan menjadi dasar untuk merancang program pendidikan gizi prakonsepsi yang lebih tepat sasaran.

Dengan mengatasi kesenjangan pengetahuan dan sikap terhadap gizi prakonsepsi, diharapkan dapat tercipta calon pengantin yang lebih siap secara fisik dan mental untuk menghadapi kehamilan, sehingga mendukung terciptanya generasi penerus yang sehat dan berkualitas. Penelitian ini juga bertujuan untuk menyoroti pentingnya keterlibatan laki-laki dalam promosi kesehatan prakonsepsi sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara menyeluruh.

## METODE

Penelitian termasuk studi kuantitatif deskriptif dengan desain studi *cross-sectional*. Tempat penelitian berlokasi di Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Sukamakmur, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Populasi yang termasuk dalam penelitian ini antara lain ialah semua calon pengantin di wilayah KUA Sukamakmur yang mendaftar ke KUA pada periode penelitian. Jumlah calon pengantin yang mendaftarkan diri di KUA Sukamakmur setiap bulan bervariasi dengan rata-rata pendaftaran 47 pasangan per bulan berdasarkan data pada tahun 2023. Karena jumlah populasi yang kecil, maka pendekatan pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling jenuh*. Peneliti mengambil sampel semua pasangan calon pengantin yang datang ke KUA untuk melaksanakan Bimbingan Perkawinan (Bimwin) pada periode pelaksanaan penelitian yaitu bulan Juli tahun 2024. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah calon pengantin yang terdaftar di KUA Sukamakmur, sepasang calon pengantin yang hadir pada saat penelitian dilaksanakan, calon pengantin yang dapat membaca dan calon pengantin menyetujui untuk dijadikan sampel.

Kriteria eksklusi adalah calon pengantin yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap.

Pengumpulan data dilaksanakan langsung oleh penelitian menggunakan metode wawancara dan pengukuran antropometri. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan data tentang karakteristik responden serta pengetahuan dan sikap tentang gizi prakonsepsi. Kuesioner karakteristik berisi data diri responden yaitu nama lengkap, nama pasangan, tanggal lahir, usia, pendidikan, dan pekerjaan. Kuesioner pengetahuan terdiri dari 16 pertanyaan terkait gizi prakonsepsi meliputi manfaat dan sumber zat gizi yang dibutuhkan, serta masalah gizi saat prakonsepsi. Kuesioner sikap terdiri dari 10 pernyataan untuk melihat respon atau penilaian responden dalam menerima atau menolak memenuhi kebutuhan gizi prakonsepsi.

Kuesioner pengetahuan dan sikap tersebut telah melalui uji validasi dengan nilai Chronbach alpha 0,812 untuk kuesioner pengetahuan dan 0,874 untuk kuesioner sikap. Uji validasi dilakukan terhadap 30 calon pengantin di KUA yang sama pada bulan Maret tahun 2024. Skor pengetahuan dihitung dengan mengkonversi jawaban benar menjadi 100%, sementara skor sikap dikonversi menjadi 100% terhadap skor maksimum yang mungkin yaitu 40. Skor pengetahuan dikategorikan menjadi kurang (Skor <60%), sedang (Skor 60% - 80%), dan baik (Skor >80%). Skor sikap dikategorikan menjadi negatif (Skor <70%) dan positif (Skor  $\geq$ 70%).

Pengukuran antropometri dilakukan oleh peneliti dengan metode terstandar. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan berat badan digital dengan akurasi 0,1 Kg dan pengukuran tinggi badan dilakukan menggunakan *microtoise* dengan akurasi 0,1 cm. Berat badan dan tinggi badan lalu dikonversi menjadi Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT dikategorikan menjadi lima kategori yaitu sangat kurus, kurus, normal, gemuk, dan obesitas. Data diolah dengan menggunakan perangkat analisis statistik. Hasil pengumpulan data dipresentasikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi serta teks. Untuk data numerik dilakukan uji normalitas untuk

mengetahui apakah data yang tersedia normal atau tidak.

Pengambilan data dilakukan setelah peneliti mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto dengan Nomor registrasi KEPK/UMP/78/V/2024.

## HASIL

Responden pada penelitian ini merupakan pasangan calon pengantin laki-laki dan perempuan yang pernikahannya terdaftar di KUA Sukamakmur dan hadir pada saat penelitian berlangsung yaitu pada program Bimbingan Pernikahan (Bimwin) selama bulan Juli 2024. Total keseluruhan responden adalah 50 calon

pengantin, terdiri atas 25 orang laki-laki dan 25 orang perempuan. Tabel 1 menunjukkan bawah rentang usia calon pengantin adalah 19-29 tahun dengan median usia calon pengantin untuk laki-laki, yaitu 24 tahun dan perempuan yaitu 20 tahun. Sebanyak 56% calon pengantin perempuan berusia kurang dari 21 tahun, sementara calon pengantin laki-laki 94% berada pada kelompok usia 21 tahun ke atas. Berdasarkan pendidikan terakhir responden sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA/ sederajat dengan jumlah 42%. Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas calon pengantin laki-laki bekerja sebagai karyawan, (40%), sementara calon pengantin perempuan, mayoritas tidak bekerja (84%) (Tabel 1).

**Tabel 1. Gambaran Karakteristik Calon Pengantin**

Variabel	Laki-laki (n=25)		Perempuan (n=25)		Total (n=50)	
	n	%	n	%	n	%
<b>Usia</b>						
<21 tahun	1	4%	14	56%	15	30%
≥21 tahun	24	96%	11	44%	35	70%
<b>Pendidikan</b>						
SD	7	28%	6	24%	13	26%
SMP	6	24%	9	36%	15	30%
SMA	12	48%	9	36%	21	42%
Perguruan Tinggi	0	0%	1	4%	1	2%
<b>Pekerjaan</b>						
Buruh	7	28%	0	0%	7	14%
Karyawan	10	40%	4	16%	14	28%
Wirausaha	7	28%	0	0%	7	14%
Tidak Bekerja	1	4%	21	84%	22	44%

Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan, sebagian besar responden memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 62%. Pada calon pengantin laki-laki sebanyak 16% memiliki status gizi kurus dengan nilai IMT paling rendah 17,09 kg/m<sup>2</sup> dan 8% memiliki status gizi obesitas dengan nilai IMT paling tinggi 31,53 kg/m<sup>2</sup>. Pada calon pengantin perempuan terdapat 1 (satu) responden yang memiliki status gizi sangat kurus

dengan IMT 16,44 kg/m<sup>2</sup>, sebanyak 28% memiliki status gizi kurus, dan 8% memiliki status gizi gemuk dengan nilai IMT paling tinggi 26,65 kg/m<sup>2</sup>. Secara umum, calon pengantin laki-laki memiliki kecenderungan lebih banyak mengalami obesitas dibandingkan perempuan, dan calon pengantin perempuan memiliki kecenderungan lebih banyak yang mengalami masalah gizi kurang (Tabel 2).

**Tabel 2. Gambaran Status Gizi Calon Pengantin Berdasarkan IMT<sup>a</sup>**

Status Gizi	Laki-laki (n=25)		Perempuan (n=25)		Total (n=50)	
	n	%	n	%	n	%
Sangat Kurus	0	0%	1	4%	1	2%
Kurus	4	16%	7	28%	11	22%
Normal	16	64%	15	60%	31	62%
Gemuk	3	12%	2	8%	5	10%
Obesitas	2	8%	0	0%	2	4%
Min-Max	17,09 – 31,53		16,44 – 26,65		16,44 – 31,53	
Median	22,18		20,16		20,23	

<sup>a</sup>IMT=Indeks Massa Tubuh

Hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui secara keseluruhan hanya 14% responden dikategorikan memiliki skor baik untuk pengetahuan gizi prakonsepsi, dengan rerata skor yang didapatkan adalah 59,00. Pada calon pengantin laki-laki sebagian besar memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 52%. Pada

calon pengantin perempuan sebagian besar memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 48% dan hanya 36% yang memiliki skor pengetahuan kurang 36%. Dari hasil ini disimpulkan bahwa skor pengetahuan calon pengantin perempuan lebih baik dibandingkan dengan skor pengetahuan calon pengantin laki-laki (Tabel 3).

**Tabel 3. Gambaran Pengetahuan Calon Pengantin Mengenai Gizi Prakonsepsi**

Pengetahuan	Laki-laki (n=25)		Perempuan (n=25)		Total (n=50)	
	n	%	n	%	n	%
Kurang	13	52%	9	36%	22	44%
Cukup	9	36%	12	48%	21	42%
Baik	3	12%	4	16%	7	14%
Skor Pengetahuan (Rerata ± SD)	56,75 ± 16,52		61,25 ± 16,33		59,00 ± 16,42	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa diketahui secara keseluruhan responden bersikap positif terhadap gizi prakonsepsi yaitu sebanyak 70% dengan rerata skor 75,5. Pada calon

pengantin laki-laki sebanyak 60% memiliki sikap positif, lebih rendah dari calon pengantin perempuan dengan 80% memiliki sikap positif (Tabel 4).

**Tabel 4. Gambaran Sikap Calon Pengantin Mengenai Gizi Prakonsepsi**

Sikap	Laki-laki (n=25)		Perempuan (n=25)		Total (n=50)	
	n	%	n	%	n	%
Negatif	10	40%	5	20%	15	30%
Positif	15	60%	20	80%	35	70%
Rerata skor sikap (rerata ± SD)	74,2 ± 8,71		76,8 ± 8,49		75,5 ± 8,61	

## DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik usia responden termasuk usia dewasa awal yaitu rentang usia 19 – 29 tahun. Sejalan dengan penelitian terdahulu diketahui mayoritas calon pengantin di tiga KUA wilayah Jakarta Barat berada pada kelompok usia dewasa awal (8). Hal ini sudah sesuai dengan Undang - Undang Nomor 16 Tahun 2019 bahwa batasan usia minimal untuk melakukan pernikahan adalah 19 tahun (11). Menurut BKKBN usia ideal untuk menikah adalah paling kecil 21 tahun bagi perempuan dan 25 tahun bagi laki-laki, karena pada usia tersebut calon pengantin sudah siap secara fisik dan psikis untuk berumah tangga (12).

Usia dapat berdampak pada daya tangkap dan pola pikir seseorang, karena kemampuan kognitif dan kemampuan memahami seseorang meningkat seiring bertambahnya usia (13), sehingga dengan adanya batasan usia ideal menikah setidaknya calon pengantin dapat mengambil keputusan yang tepat dalam menerima informasi yang didapatkan. Berdasarkan hasil penelitian, calon pengantin perempuan lebih banyak yang menikah pada usia kurang dari 21 tahun yaitu sebanyak 56% dengan rata-rata usia saat menikah 20 tahun. Dari data tersebut menunjukkan bahwa calon pengantin perempuan dalam kategori usia yang belum ideal untuk menikah. Berbeda dengan calon pengantin laki-laki yang hampir semuanya menikah pada usia 21 tahun keatas yaitu sebanyak 96%. Hasil penelitian ini sebanding dengan data Badan Pusat Statistik (BPS) 2022 dimana usia menikah pertama pada laki-laki mayoritas berusia di atas 21 tahun sedangkan rata-rata perempuan usia menikah pada 19 – 21 tahun (13).

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 42%. Begitu pula dengan penelitian lainnya yang serupa menunjukkan mayoritas responden berpendidikan SMA yakni sebanyak 60,53% calon pengantin (13). Sejalan dengan data Badan Pusat Statistik (BPS) tamatan pendidikan terbanyak berasal dari SMA/ sederajat dengan persentase 30,22% pada Maret 2023 (14). Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa

pendidikan tertinggi calon pengantin laki-laki ditempuh hingga jenjang SMA, lain halnya dengan calon pengantin perempuan pendidikan tertinggi yaitu perguruan tinggi dengan jumlah 1 (satu) responden. Pendidikan merupakan upaya untuk meningkatkan karakter seseorang agar orang tersebut dapat mempunyai kemampuan yang baik. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah seseorang dalam menerima informasi yang di dapat sehingga menambah pengetahuan yang dimilikinya (15). Namun masih banyak calon pengantin yang hanya menempuh pendidikan hingga SD, yaitu sebanyak 26% dan SMP sebanyak 30%.

Berdasarkan pekerjaan, calon pengantin di KUA Kecamatan Sukamakmur memiliki perbedaan karakteristik. Pada perempuan banyak yang tidak bekerja yaitu sebesar 84%, serupa dengan penelitian terdahulu pekerjaan calon pengantin perempuan di KUA Kecamatan Malimping rata-rata tidak bekerja atau hanya membantu orang tuanya di rumah. Sedangkan pada laki-laki hampir semua catin memiliki pekerjaan sehingga dapat memenuhi kebutuhan hidupnya secara ekonomi. Pekerjaan dilakukan untuk memperoleh pendapatan. Pekerjaan dan pendapatan yang didapat terbatas, kemungkinan besar kurang dapat memenuhi kebutuhan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (15). Pekerjaan catin laki-laki di KUA Sukamakmur antara lain sebagai buruh 28%, wirausaha 28% dan paling banyak adalah karyawan 40%. Sejalan dengan penelitian lain, mayoritas pekerjaan calon pengantin sebagai karyawan yaitu sebanyak 45,8% (16).

Status gizi calon pengantin, baik laki-laki maupun perempuan, merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan keluarga di masa depan. Hasil penelitian didapatkan berdasarkan IMT sebagian besar calon pengantin memiliki status gizi normal yaitu sebesar 62%. Sejalan seperti penelitian yang berlokasi di KUA Kecamatan Pancoran Mas bahwa calon pengantin kebanyakan memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 63,2% (22). Penelitian terbaru mengenai gambaran status gizi

terhadap calon pengantin di KUA Gading Rejo juga mendapati hasil yang sejalan, yaitu proporsi 62% catin dalam status gizi normal (17).

Pada responden lainnya yang tidak dalam kategori status gizi normal dari hasil penelitian diketahui calon pengantin laki-laki cenderung mengalami masalah gizi berlebih, sementara perempuan menghadapi kekurangan gizi. Hasil pada calon pengantin laki-laki sesuai dengan data SKI 2023 dimana status gizi laki-laki yang tidak dalam kategori normal kebanyakan berada pada gizi lebih daripada gizi kurang. Proporsi status gizi penduduk laki-laki dewasa berdasarkan IMT menunjukkan 61,6% normal, 9,2% gizi kurang, dan 29,3% gizi lebih. Berbeda jika membandingkan hasil antara status gizi calon pengantin perempuan dengan data SKI 2023, di KUA Sukamakmur perempuan dengan status gizi selain normal kebanyakan menduduki kategori gizi kurang sedangkan data SKI 2023 lebih banyak pada kategori gizi lebih. Sehingga didapatkan proporsi status gizi kurang dalam penelitian ini lebih tinggi daripada SKI 2023 (18).

Hal ini dikonfirmasi oleh penelitian terdahulu mengenai indeks massa tubuh (IMT) dan penerapan anjuran nutrisi pada kedua jenis kelamin, diketahui bahwa perempuan lebih sering mengurangi konsumsi daripada laki-laki, oleh karena itu perempuan lebih sering kekurangan berat badan daripada laki-laki (18). Selain itu, perempuan lebih sadar akan citra tubuh dan menempatkan penampilan lebih penting jika dibandingkan dengan laki-laki (19, 20). Perempuan lebih mungkin merasakan diri mereka kelebihan berat badan padahal sebenarnya berat badan mereka rata-rata atau bahkan kurang berat badan, sementara banyak laki-laki cenderung khawatir dirinya *overweight* padahal mereka sebenarnya obesitas (20).

Status gizi normal menggambarkan keseimbangan antara asupan yang dikonsumsi tubuh memperoleh zat-zat gizi yang cukup dengan kebutuhan. Status gizi yang normal saat masa prakonsepsi membantu alat reproduksi berfungsi secara optimal, seperti pematangan sel telur yang lancar, produksi sel telur yang baik, dan proses pembuahan yang sempurna. Status gizi

yang normal juga berperan penting untuk menyediakan stok nutrisi saat tumbuh kembang janin (20). Status gizi normal bermanfaat untuk perkembangan otak dan tubuh, yang mengarah pada peningkatan kesehatan fisik dan mental sehingga terjadi peningkatan kualitas hidup (21). Dapat dikatakan bagi responden yang memiliki status gizi normal sudah memiliki rasa peduli terhadap kesehatannya.

Gizi lebih pada laki-laki masa prakonsepsi dapat menyebabkan sejumlah dampak negatif. Kelebihan berat badan atau obesitas dapat mengurangi kualitas sperma, meningkatkan risiko gangguan metabolik, serta menyebabkan masalah hormonal yang dapat memengaruhi kesuburan. Penelitian tersebut menyimpulkan indeks masa tubuh (IMT) yang berlebih meningkatkan risiko penurunan kualitas sperma. Laki-laki yang kelebihan berat badan dapat meningkatkan risiko perubahan kualitas sperma baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Masalah kualitas sperma ini mengindikasikan peningkatan derajat infertilitas atau kemandulan pada laki-laki (4).

Pada perempuan dengan status gizi kurang saat prakonsepsi memiliki dampak serius kedepannya. Dari segi kesehatan ibu, dapat meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan dan kelahiran serta memengaruhi kesehatan jangka panjang (4). Masalah perkembangan dan pertumbuhan janin, risiko kelahiran prematur, BBLR, hingga *stunting* juga merupakan dampak dari kekurangan gizi masa prakonsepsi (22). Penentuan status gizi calon pengantin menjadi hal yang harus diutamakan karena berpengaruh dalam mempersiapkan kehamilan. Selain itu, gizi merupakan pilar utama dari kesehatan dan kesejahteraan sepanjang siklus kehidupan (23).

Pengetahuan gizi prakonsepsi diperoleh dari hasil tes yang terdiri dari 16 butir soal yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Berdasarkan data hasil analisis pengetahuan calon pengantin tentang gizi prakonsepsi didapatkan bahwa tingkat pengetahuan laki-laki dan perempuan masih lebih baik pengetahuan yang dimiliki oleh calon pengantin perempuan.

Terdapat 52% calon pengantin laki-laki dengan tingkat pengetahuan kurang. Sedangkan untuk pengetahuan calon pengantin perempuan yang masuk dalam kategori kurang hanya 36%. Hasil penelitian ini sejalan seperti penelitian lain dimana tingkat pengetahuan calon pengantin laki-laki tentang kesehatan prakonsepsi lebih rendah dibandingkan dengan tingkat pengetahuan calon pengantin perempuan (8, 16). Hal ini menunjukkan bahwa calon pengantin perempuan memiliki pemahaman yang lebih baik terkait hal apa saja yang harus disiapkan untuk menunjang kehamilan yang sehat.

Secara khusus, perempuan menunjukkan pengetahuan yang lebih unggul mengenai semua bidang gizi, seperti yang dikonfirmasi oleh sebagian besar penelitian yang menangani evaluasi pengetahuan gizi (24). Perbedaan kesadaran antar gender berkontribusi pada perbedaan dalam pengetahuan gizi. Pada umumnya perempuan lebih memiliki tingkat kesadaran yang baik dalam mencari tahu informasi gizi dibandingkan dengan laki-laki baik itu secara formal maupun informal (25). Dalam penelitian terdahulu mengungkapkan perempuan dan kelompok usia yang lebih tua tampaknya lebih peduli terhadap kesehatan, dan dihipotesiskan bahwa peningkatan minat terhadap makanan sehat dapat menghasilkan peningkatan pengetahuan gizi karena upaya yang disengaja untuk mencari informasi gizi (26).

Gizi dan makanan cenderung menjadi "domain perempuan". Perempuan lebih mungkin daripada laki-laki untuk terpapar pada informasi kesehatan terkait gizi, sehingga meningkatkan kesempatan mereka untuk memperoleh pengetahuan (26). Aktivitas yang berhubungan dengan makanan, seperti berbelanja, memasak dan makan secara konvensional disajikan sebagai berpusat pada perempuan. Mengingat peran tradisional perempuan dalam membeli, menyiapkan, dan menyediakan makanan, tidak mengherankan bahwa laki-laki kurang mengetahui tentang manfaat kesehatan dari jenis makanan tertentu (24).

Sikap merupakan sebuah respons pada suatu objek, lingkungan dan orang dari perasaan

positif maupun negatif sebagai hasil pengetahuan yang diterima dan semua hal yang telah dilewatkan yang bisa disebut sebagai pengalaman (27). Seseorang yang berpengetahuan luas tidak menjamin akan mempunyai sikap yang positif. Orang tersebut harus mahir dalam mengolah, menyerap, dan memahami informasi yang diperoleh. Sikap positif yang dimaksud adalah adanya keserasian antara pengetahuan dan sikap itu sendiri. Dengan sikap yang positif terhadap gizi prakonsepsi diharapkan calon pengantin dapat mempersiapkan diri untuk kehamilan yang sehat (28). Hasil penelitian menunjukkan secara keseluruhan calon pengantin di KUA Sukamakmur memiliki sikap positif terhadap gizi prakonsepsi. Namun masih ada 40% laki-laki dan 20% perempuan yang memiliki sikap negatif terhadap gizi prakonsepsi.

Calon pengantin yang masih memiliki sikap negatif terhadap pernyataan tertentu dapat disebabkan oleh penafsiran yang salah atau kurang tepat terhadap pernyataan sikap tersebut. Penyebab perbedaan sikap antara jenis kelamin dapat berupa di kalangan perempuan kesadaran kesehatan yang lebih tinggi secara umum, pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan pengetahuan yang lebih baik tentang apa yang merupakan "diet sehat" (29). Perempuan umumnya menunjukkan kecenderungan untuk memilih makanan yang lebih sehat dan jauh lebih peduli tentang pentingnya pilihan makanan. Perempuan memiliki keyakinan yang lebih jelas mengenai manfaat yang diperoleh dari makan makanan sehat (30).

Penelitian lain menyebutkan perempuan terbukti lebih bijaksana dalam hal makanan dan kesehatan dan mereka tampaknya memiliki lebih banyak keraguan tentang mengonsumsi makanan tertentu daripada laki-laki, yang lebih percaya diri dan menunjukkan kepatuhan yang agak tidak kritis terhadap makanan. Menurut penelitian tersebut laki-laki biasanya berbicara tentang makan sebagai kebiasaan dan rutinitas, dan sebagai aktivitas yang diperlukan untuk "memberikan bahan bakar" bagi tubuh mereka. Meskipun mereka menyadari adanya pedoman makan sehat, mereka sering menunjukkan



skeptisisme dan penolakan terhadap pesan pendidikan gizi, dan sering menganggap makan sehat sebagai sesuatu yang monoton dan tidak memuaskan (24).

Sikap positif seseorang terhadap kesehatan belum tentu secara langsung menjadikan perilakunya positif, namun sikap negatif terhadap kesehatan hampir pasti akan menyebabkan perilakunya menjadi negatif (31). Melihat hasil penelitian ini yang rata-rata masuk dalam kategori sikap positif, diharapkan tidak hanya sekedar setuju dengan pernyataan positif atau tidak setuju dengan pernyataan negatif, namun mengimplikasinya ke dalam kehidupan sehari-hari.

## KESIMPULAN

Gambaran status gizi menurut IMT pada calon pengantin secara keseluruhan pada kategori normal. Calon pengantin lainnya yang tidak dalam status gizi normal pada laki-laki cenderung memiliki status gizi lebih dan pada perempuan cenderung memiliki status gizi kurang. Gambaran pengetahuan calon pengantin terkait gizi prakonsepsi rata-rata pada kategori kurang, akan tetapi kategori pengetahuan kurang yang dimiliki perempuan lebih sedikit daripada laki-laki. Gambaran sikap terkait gizi prakonsepsi pada calon pengantin didominasi dengan kategori positif, namun lebih banyak pada perempuan dibandingkan laki-laki.

Saran yang diberikan dari hasil penelitian ini adalah bagi pelayanan kesehatan diharapkan memberikan pendidikan gizi khusus bagi calon pengantin melalui kerjasama dengan pihak Kantor Urusan Agama (KUA) dan bagi calon pengantin diharapkan lebih aktif mencari informasi terkait gizi prakonsepsi. Hasil penelitian juga menunjukkan kurangnya pengetahuan calon pengantin laki-laki terhadap gizi prakonsepsi, sehingga upaya pendidikan gizi untuk sejak dini bagi laki-laki agar dapat mendukung kesehatan Ibu sangat diperlukan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Augustine MN, Sulandjari S. Peningkatan Pengetahuan Gizi Prakonsepsi Dengan Buku Saku Berbasis Android Dalam Pembinaan Pranikah Di

Kua Gresik. J Pangan Kesehatan dan Gizi [Internet]. 2021;1(2):38–47. Available from: <https://journal.binawan.ac.id/JAKAGI/article/view/151>

2. Anggraeny O, Ariestiningsih AD. Gizi Prakonsepsi, Kehamilan, dan Menyusui. Malang: Universitas Brawijaya Press; 2017. 154 p.
3. Ningrum EW, Cahyaningrum ED. Status Gizi Pra Hamil Berpengaruh terhadap Berat dan Panjang Badan Bayi Lahir. Medisains [Internet]. 2018;16(2):89. Available from: <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/medisains/article/view/3007>
4. Putri ANPA, Nadhiroh SR. Tinjauan Literatur: Hubungan Obesitas dan Infertilitas pada Pria Usia Produktif. Amerta Nutr [Internet]. 2024;8(2):318–27. Available from: <https://ejournal.unair.ac.id/AMNT/article/download/46752/28834/304792>
5. Dewi NWEF, Dwiyanti NKN, Raswati Teja NMAY, Dewi KAP, Nurtini NM. Hubungan Informasi Kesehatan dan Dukungan Suami dengan Motivasi Skrining Prakonsepsi pada Wanita Usia Subur. Malahayati Nurs J [Internet]. 2023;5(7):2010–21. Available from: <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/9151>
6. Tim Riskesdas 2018. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019.
7. Tim Riskesdas 2018. Laporan Provinsi Jawa Barat Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019.
8. Melani V, Kuswari M. Analisis Pengetahuan Gizi Calon Pengantin Sebagai Dasar Pengembangan Pendidikan Gizi Berkelanjutan Pra Nikah di Kantor Urusan Agama (KUA) Secara Nasional [Internet]. Universitas Esa Unggul; 2018. Available from: <https://digilib.esaunggul.ac.id/analisis-pengetahuan-gizi-calon-pengantin-sebagai-dasar-pengembangan-pendidikan-gizi-berkelanjutan-pra-nikah-di-kantor-urusan-agama-kua-secara-nasional-13262.html>
9. Elista FO. Gambaran Pengetahuan Catin Tentang Gizi Prakonsepsi di Puskesmas Nanga Mahap Sekadau Kalimantan Barat Tahun 2023 [Internet]. Universitas Kusuma Husada; 2023. Available from: <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/5371/>
10. Nurlinda N, Zarkasyi R R, Wahyuni Sari R. Pengaruh Penyuluhan dengan Media Animasi Pencegahan Stunting terhadap Pengetahuan dan

- Sikap Calon Pengantin: The Effect of Counseling with Animated Media of Stunting Prevention on the Knowledge and Attitudes of Prospective Bridals. MPPKI (Media Publ Promosi Kesehat Indones J Heal Promot [Internet]. 2021;4(3 SE-Research Article):372–6. Available from: <https://www.jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/1606>
11. Indonesia PP. Undang-undang (UU) Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas Undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan [Internet]. 2019. Available from: <https://peraturan.bpk.go.id/Details/122740/uu-no-16-tahun-2019>
  12. BKKBN. Modul Pendampingan Keluarga bagi Calon Pengantin [Internet]. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2021. 1–74 p. Available from: [https://lms-elearning.bkkbn.go.id/pluginfile.php/18042/mod\\_resource/content/1/6. Buku Pendampingan keluarga Bagi Calon Pengantin.pdf](https://lms-elearning.bkkbn.go.id/pluginfile.php/18042/mod_resource/content/1/6. Buku Pendampingan keluarga Bagi Calon Pengantin.pdf)
  13. Rangkuti NA, Harahap MA. Hubungan Pengetahuan dan Usia Ibu Hamil dengan Kehamilan Resiko Tinggi di Puskesmas Labuhan Rasoki. *J Educ Dev* [Internet]. 2020;8(4):513–7. Available from: <https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/2211>
  14. Muhamad N. Tamatan Tingkat Pendidikan Warga Indonesia Terbanyak dari SMA pada Maret 2023 [Internet]. *databoks.katadata.co.id*. 2023. Available from: <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/a08edf64739e2b5/tamatan-tingkat-pendidikan-warga-indonesia-terbanyak-dari-sma-pada-maret-2023>
  15. Amalia F, Nugraheni SA, Kartini A. Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Praktik Calon Ibu dalam Pencegahan Kurang Energi Kronik Ibu Hamil. *J Kesehat Masy* [Internet]. 2018;6(5):370–7. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/22060>
  16. Agustina SA, Zolekhah D, Barokah L. Perbedaan Pengetahuan Calon Pengantin Laki-Laki dan Perempuan tentang Kesehatan Prakonsepsi. *J Kesehat Masy* [Internet]. 2022;6(3):1890–5. Available from: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/7870>
  17. Dianindra CL. Gambaran Karakteristik, Status Gizi, Pengetahuan, Kesiapan Menikah pada Calon Pengantin di KUA Gading Rejo Tahun 2024 [Internet]. Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang; 2024. Available from: <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/6022/>
  18. BKKP. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. 2023.
  19. Alkazemi D. Gender Differences in Weight Status, Dietary Habits, and Health Attitudes among College Students an Kuwait: A Cross-Sectional Study. *Nutr Health* [Internet]. 2018 Jun 17;25(2):75–84. Available from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0260106018817410>
  20. Otsuka Y, Kaneita Y, Itani O, Jike M, Osaki Y, Higuchi S, et al. Gender Differences in Dietary Behaviors among Japanese Adolescents. *Prev Med Reports* [Internet]. 2020 Dec;20(101203). Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2211335520301625>
  21. Maryani D, Wisudawati W. Literature Review: Peran Status Gizi dengan Pertumbuhan dan Perkembangan Balita. *J Ilmu Kesehat Karya Bunda Husada* [Internet]. 2024;10(1). Available from: <https://jurnal.unsaka.ac.id/index.php/JIKKBH/article/view/128%0Ahttps://jurnal.unsaka.ac.id/index.php/JIKKBH/article/download/128/92>
  22. Krisdayani DD, Agustina A, Hanifah L. Hubungan Pola Makan, Pengetahuan Gizi Seimbang dan Sosial Budaya Dengan Status Gizi Calon Pengantin. *Gizi Indones* [Internet]. 2023;46(1):11–22. Available from: [https://persagi.org/ejournal/index.php/Gizi\\_Indon/article/view/721](https://persagi.org/ejournal/index.php/Gizi_Indon/article/view/721)
  23. Patimah S. Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kehidupan. Bandung: Refika Aditama; 2017.
  24. Arganini C, Saba A, Comitato R, Virgili F, Turrini A. Gender Differences in Food Choice and Dietary Intake in Modern Western Societies. In: *Public Health - Social and Behavioral Health* [Internet]. InTech; 2012. Available from: <http://www.intechopen.com/books/public-health-social-and-behavioral-health/gender-differences-in-food-choice-and-dietary-intake-in-modern-western-societies>
  25. Paat SAD, Amisi MD, Asrifuddin A. Gambaran

- Pengetahuan Gizi Mahasiswa Semester Dua Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi Covid-19. *J KESMAS* [Internet]. 2021;10(1):176–84. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/32254>
26. Bhawra J, Kirkpatrick SI, Hall MG, Vanderlee L, White CM, Hammond D. Patterns and Correlates of Nutrition Knowledge across Five Countries in The 2018 International Food Policy Study. *Nutr J* [Internet]. 2023 Mar 16;22(1):19. Available from: <https://nutritionj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12937-023-00844-x>
27. Pengasih RR. Pengaruh Edukasi Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Terkait Gizi Prakonsepsi dan Bahaya Merokok Pada Pria Usia Subur di SMA Mandiri Balaraja Kab.Tangerang. Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka; 2020.
28. Simatupang AM. Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah di Kecamatan Batang Kuis [Internet]. Politeknik Kesehatan Medan; 2018. Available from: <http://180.250.18.58/jspui/handle/123456789/1043?mode=full>
29. Gil M, Rudy M, Stanisławczyk R, Duma-Kocan P, Żurek J. Gender Differences in Eating Habits of Polish Young Adults Aged 20–26. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 Nov 18;19(15280). Available from: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/22/15280>
30. Grzymisławska M, Puch EA, Zawada A, Grzymisławski M. Do Nutritional Behaviors Depend on Biological Sex and Cultural Gender? *Adv Clin Exp Med* [Internet]. 2020 Feb 4;29(1):165–72. Available from: <https://advances.umw.edu.pl/en/article/2020/29/1/165/>
31. Parapat RGDV, Melani V, Wahyuni Y, Nuzrina R, Sitoayu L. Perbedaan Pengetahuan Gizi, Sikap dan Perilaku tentang Visual Gizi Seimbang antara Dua Generasi di Gereja GSKI Rehobot Kebon Jeruk Jakarta. *J Nutr Coll* [Internet]. 2021 Jun 30;10(2):120–9. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/29140>