ABSTRAK

PENGARUH KONSELING GIZI PRAKONSEPSI TERHADAP SIKAP DAN PERILAKU PEMILIHAN MAKANAN CALON PENGANTIN DIKECAMATAN BALONGPANGGANG

Oleh

Rutdamayanti, Megayana Yessy Maretta, Yunia Renny Andhikatias,
Rahajeng Putriningrum

Program Studi Kebidanan Program Sarjana
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada
Surakarta

Permasalahan pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, yang akan terjadi segera setelah menikah. Salah satunya permasalahan gizi calon pengantin, tidak bias dipungkiri menikah adalah salah satu cara untuk memperoleh keturunan, oleh karena itu calon pengantin perlu memperhatikan status gizinya. Selain itu kualitas seorang generasi penerus ditentukan oleh kondisi sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Status gizi seseorang sangat penting untuk diperhatikan karena mempengaruhi kesehatanpada masa prakonsepsi, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena berkaitan erat dengan *outcome* kehamilan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling gizi prakonsepsi terhadap sikap dan perilaku calon pengantin wanita dalam pemenuhan gizi prakonsepsi di kecamatan Balongpanggang. Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimental* dengan rancangan *the randomized pretest-posttest control group design.* Jumlah sampel pada penelitianini 78 orang calon pengantin wanita. Pengumpalan data dilakukan dengan menggunakan metode konseling buku saku digital pemberian leaflet kemudian di berikan kuisoner. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *T – independent.*

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pada perubahan sikap (p=0.001) dan perilaku calon pengantin (p=0.001) sebelum dan sesudah intervensi. Konseling gizi prakonsepsi dapat mempersiapkan kehamilan yang lebih aman.

Kata Kunci :Konseling gizi, Sikap , dan Perilaku Calon Pengantin Wanita

ABSTRAC

THE EFFECT OF PRECONCEPTIVE NUTRITION COUNSELING ON ATTITUDE AND BEHAVIOR OF PROSPECTIVE FOOD SELECTION BRIDE IN BALONG PANGGANG DISTRICT

By

Rutdamayanti, MegayanaYessyMaretta, YuniaRennyAndhikatias, RahajengPutriningrum

Undergraduate Midwifery Study Program
Faculty of Health Sciences, Kusuma Husada University
Surakarta

Premarital problems can be related to the preconception period, which will occur immediately after marriage. One of them is the nutritional problem of the prospective bride and groom, it is undeniable that marriage is one way to obtain offspring, therefore the bride and groom need to pay attention to their nutritional status. In addition, the quality of the next generation is determined by conditions since before pregnancy and during pregnancy. A person's nutritional status is very important to pay attention to because it affects health during the preconception period, especially in an effort to prepare for pregnancy because it is closely related to pregnancy outcomes.

This study aims to determine the effect of preconception nutrition counseling on the attitudes and behavior of prospective brides in fulfilling preconception nutrition in Balongpanggang sub-district. This study used a quasi-experimental design with the randomized pretest-posttest control group design. The number of samples in this study was 78 prospective brides. Data collection was carried out using a digital pocket book counseling method, giving leaflets and then giving a questionnaire. Data analysis used Wilcoxon test and T - independent test.

The results showed that there was a significant effect on changes in attitudes (p=0.001) and behavior of the bride and groom (p=0.001) before and after the intervention. Preconception nutrition counseling can prepare for a safer pregnancy.

Keywords: Nutrition Counseling, Attitudes, and Behavior of the Prospective Bride

PENDAHULUAN

Calon pengantin merupakan pasangan laki-laki dan perempuanyang akan segera hidup bersama dalam membina rumah tangga dan membentuk keluarga dalam ikatan pernikahan (Kemenag, 2019). Calon pengantin sebelum mempersiapkan pernikahan akan banyak menemukan permasalahan yang masih awam untuk pasangan baru atausecara singkat biasa dikenal dengan masalah pranikah. Permasalahan pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, yang akan
Terjadi segera setelah menikah. Salah satunya permasalahan gizi calon pengantin, tidak bisa dipungkiri menikah adalah salah satu cara untuk memperoleh keturunan,oleh karena itu calon pengantin perlu memperhatikan status gizinya. Selain itu kualitas seorang generasi penerus ditentukan oleh kondisi sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Status gizi seseorang sangat penting untuk diperhatikan karena mempengaruhi kesehatan pada masa prakonsepsi, terutama dalam upaya mempersiapkan kehamilan karena berkaitan erat dengan *Outcome* kehamilan (Paratmanitya & Hadi, 2019).

Adapun pentingnya menjaga kecukupan gizi bagi calon pengantin adalah 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 pembuahanyang sempurna. (Susilowati dkk. 2016). Permasalahan gizi masa prakonsepsi pada wanita terdapat beberapa permasalah gizi di Indonesia diantaranya KEK, *Overweight*, dan anemia (Dwi wahyu, 2019. dalam jurnal kesmasuntika luwuk).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi risiko KEK pada ibu hamil (15-49 tahun) masih cukup tinggi yaitu sebesar 17,3%, dari hasil riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa hanya 3 provinsi yang persentase ibu hamil KEK nya masih diatas 16%, sementara 31 provinsi lainnya sudah mencapai target yang diharapkan. DKI Jakarta adalah provinsi dengan persentase Ibu Hamil KEK yang paling rendah yaitu 4% sedangkan provinsi dengan Ibu Hamil KEK tertinggi adalahNusa TenggaraTimur.

Data Riskesdas (2018) menunjukkan bhwa prelevensi anemia diIndonesia sebanyak 21.7% dimana 18.4% terjadi di Jawa Timur (Balitbnakes, 2018) Prevalensi Status Gizi Lebih (*Overweight*) di jawa timur ditemukan sebesar 16,6%., Prevalensi tertinggi adalah di Kota Gresik sebanyak 12.3% (Balitbangkes, 2018)

Kecamatan Balongpanggang adalah salah satu kecamatan dikabupaten Gresik yang memiliki luasan wilayah terbesarno 2 dikabupaten Gresik. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, didapatkan angka pendaftaran calon pengantin tertinggi 89 Calon Pengantin, yang belum mendapatkan bimbingan konseling mengenai gizi prakonsepsi baik permasalahan maupun pengenalan masa prakonsepsi. (Data KUA Kecamatan balongpanggang, 2021). Calon pengantin wanita masih belum mengetahui permasalahan gizi yang sebenarnya sangat mempengaruhi masa prakonsepsi, seringnya calon pengantin wanita akan kandungan gizi dalam asupan makanan oleh karena itu angka KEK di kabupaten gresik masih

tergolong tinggi dan tidak itu juga anemia dan overweight adalah permasalahan gizi yang dianggap biasa.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ilham, et al.(2019) dalambuku (Minduri,2018), perempuan yang memiliki berat badan berlebih (*overwieght*) mempengaruhi kejadian keterlambatan konsepsi dan menyebabkan beberapa penyakit yang dapat mempengaruhi masaprakonsepsi. Sedangkan kurang energi kronik (KEK) masih merupakan masalah gizi utama yang sering menimpa calon pengantin wanita. Dampak KEK pada wanita usia subur (WUS) antara lain mengakibatkan terjadinya anemia, kematian pada ibu pada saat melahirkan, kematian janin, bayi berat lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, lahir cacat hingga kematian pada bayi (Stephaniedkk, 2016). Anemia merupakan masalah kesehatan yang penting terkait prevalenisnya yang tinggi serta efek sampingnya,terutama pada wanita hamil. Bebagai studi melaporkan bahwa anemia pada wanita hamil dapat memberikan efek buruk terhadap output kehamilan seperti BBLr, *still birth*, *kelahiran preterm*, perdarahan masa kehamilan, postpartum, bahkan mengarah kepada kematian ibu. Oleh karena itu statusgizi pada calon pengantin sangat penting untuk diperhatikan karena mempengaruhi kesehatan pada masa prakonsepsi (Paratmanitya & Hadi, 2019). Berbagai factor yang dapat mempengaruhi status gizi calon pengantin. Faktor-faktor yang mempengaruh adalah umur, pendidikan, dan status gizi. Sedangkan selama masa prakonsepsi beberapa factor yang mempengaruhi adalah pengetahuan, sikap,dan perilaku dalam memilih asupan makanan untuk pemenuhan kebutuhan gizi.

Pengetahuan mengenai gizi berperan penting dalam pemenuhan kecukupan gizi seseorang. Tingkat pengetahuan akan mendorong seseorang memiliki kemampuan yang optimal berupa perubahan sikap dan perilaku. Kurangnya pengetahuan terhadap gizi akan mempengaruhi seseorang dalam memahami konsep dan prinsip serta informasi yang berhubungan dengan gizi (Siwi, 2009) dalam buku (Narendra, 2014).Pengetahuan gizi juga mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan sikap dan perilaku catin dalam pemilhan asupan makanan.(Narendra, 2014).

Upaya peningkatan pengetahuan untuk perubahan sikap dan perilaku dapat dilakukan dengan cara memberikan konseling gizi (Supariasa, 2014). Konseling gizi mendorong seseorang berupa pengetahuan, dan perubahan sikap dan perilaku (Notoadmojo,2012). Hal ini disebutkan dalam hasil penelitian Wahyu dkk.(2013) di wilayah puskesmas Dlanggu Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto menunjukkan terjadi perubahan pengetahuan ibu nifas setelah diberikan penyuluhan. Dimana sebelum penyuluhan rata rata pengetahuan ibu nifas adalah 13,8 setelah penyuluhan mengalami peningkat rata-rata pengetahuan menjadi sebesar 21,1. Apabila secara dini mereka telah memiliki pengetahuan tentang tanda bahaya kehamilan, maka diharapkan perubahan sikap dan perilaku kewaspadaan mereka pada saat hamil dapat ditingkatkan.

Untuk pengukuran sikap dan perilaku pada penelitianini menggunakan metode konseling. Untuk pengukuran

sikap dan perilaku pada penelitian ini menggunakan metode konseling bimbingan kelompok dengan media buku saku digital dan media flyer (lembaran) pada masa prakonsepsi. Kelebihan dari media flyer isi dari flyer sendiri lebih singkat dan ringkas dari pada media lembaran lainnya. Informasi yang dimuat dalam flyer adalah segala yang mudah diingat. Selain itu, dalam flyer akan selalu memuat slogan "*catchy*" yang memiliki tujuan memengaruhi pembaca. Penggunaan media buku saku berbasis android adalah salah satu alternatif media dimana setiap orang dapat memanfaatkan telepon seluler sebagai sarana komunikasi. Selain itu buku saku mengandung teks, gambar, foto yang apabila disajikan dengan baik akan mampu member daya tarik yang dapat meningkatkan minat baca seseorang sehingga memudahkan penerimaan pesan yang disampaikan. Dari hasil penelitian Ahmad Afandi (2018) menunjukkan buku saku digital efektif dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku atlet Unimed Atletic Clup (UAC).

Pada Penelitian (Reza Pandansari, 2019). Disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif sebagai upaya mengembangkan sikap dan perilaku.

Dari latar belakang diatas peneliti mengangkat judul sebagai berikut: "Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi Terhadap Sikap dan Perilaku Pemilihan Makanan Calon Pengantin di Kecamatan Balongpanggang". Dalam upaya perubahan sikap dan perilaku dalam pemenuhan gizi.

TujuanPenelitian

Mengetahui pengaruh konseling gizi prakonsepsi terhadap sikap dan perilaku calon pengantin dalam memilih makanan di Kecamatan Balongpanggang.

1. Tujuan Khusus

a. Mengetahui peningkatan sikap pemilihan makanan setelah edukasi gizi prakonsepsi pada calon pengantin di Kecamatan Balongpanggang.
b. Mengetahui peningkatan perilaku pemilihan makanan setelah edukasi gizi prakonsepsi pada calon pengantin di Kecamatan Balongpanggang.
c. Menganalisis pengaruh konseling gizi prakonsepsi terhadap sikap dan perilaku pemilihan makanan calon pengantin di Kecamatan Balongpanggang.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimental* dengan rancangan *the randomized pretest-posttest control group design* untuk mengetahui tingkat pengetahuan yang mempengaruhi perubahan sikap dan perilaku calon pengantin sebelum dan sesudah konseling. Penelitian ini melibatkan dua kelompok subjek yang diuji pretest dan post test.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil *total sampling* karena jumlah populasi yang kurang dari 100 (Arikunto, 2013). Jadi

jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 78 orang dalam waktu empat bulan.

Pengolahan Data

Pengumpulan data dilakukan Di KUA Kecamatan Balongpanggang , Periode November 2021 – Januari 2022, yang dikumpulkan dengan cara manual dengan langkah- langkah berikut:

1. Editing Hasil wawancara atau angket yang diperoleh atau dikumpulkan melalui kuesioner perlu disunting (edit) terlebih dahulu.
2. Coding atau kode adalah instrument berupa kolom untuk merekam data secara online. Kolom kode berisi nomor responden, dan nomor - nomor pertanyaan.
3. Tabulating Yaitu untuk mempermudah analisis data, pengolahan dan penambilan keputusan.
4. Angka hasil pengumpulan data disajikan dalam bentuk distribusi, frekuensi.

Analisis Data

Analisis datayang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis univariat, analisis bivariat.

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah anaisis yang dilakukan terhadap masing-masing variable dan hasil penelitian dan dianalisis untuk mengetahui distribusi dan persentase dari tiap variabel. Kemudian hasil yang didapatkan dimasukan dalam tabel frekuensi. Analisis univariat dilakukan menggunakan rumus berikut (Notoatmodjo, 2010) dalam buku (Azwar, 2018):

P = X x 100%N

Keterangan:

P:Presentase

X : Jumlah kejadian pada respondenN: Jumlah seluruh responden

2. Analisis bivariat

Analisis bivariat adalah analisis data yang dilakukan untuk mencarikorelasi atau pengaruh antara 2 variabel atau lebih yang diteliti.Pada penelitian ini sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui normal atau tidaknya data yang ada. Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan *Metode Shapiro Wilk* karena menggunakan data dasar dan data sampel random yang belum diolah (Notoatmodjo, 2010)dalam buku (Azwar,2018).

Pada pengujian statistic konseling gizi prakonsepsi ((*variable independent*) dan Sikap (*variable dependen*) dilakukan uji beda mean, jika data berdistribusi normal maka dilakukan uji *dependent sample t-tes.* Jika tidak normal maka menggunakan uji *Wilcoxon*.

Pada pengujian statistic konseling gizi prakonsepsi (*variable independent*) dan perilaku (*variable dependen*) dilakukan uji beda mean, jika data berdistribusi normal maka dilakukan uji *dependent sample t-tes.* Jika tidak normal maka menggunakan uji *Wilcoxon*.

Pada pengujian statistic flyer gizi prakonsepsi (*variable independent*) dan sikap (*variable dependen*) dilakukan uji beda mean, jika data berdistribusi normal makadilakukan uji *dependent samplet-tes.* Jika tidak normal maka menggunakan uji *Wilcoxon*.

Pada pengujian statistic flyer gizi prakonsepsi (*variable independent*) dan perilaku (*variable dependen*) dilakukan uji beda mean, jika data berdistribusi normal maka dilakukan uji *dependent samplet-tes.* Jika tidak normal maka menggunakan uji *Wilcoxon.*

Pada pengujian statistic konseling dan pembagian lebar flyer sebagai *(variablein dependent)* dan sikap, perilaku *(variable*

dependent) dilakukan uji beda mean, jika data distribusi normal maka dilakukan uji *Anova Repeated Measure*, sedangkan apabila data tidak normal menggunakan uji *friedman.*

Dasar pengambilan keputusan hipotesis pada Repeated Measures

*Anova*a dalah sebagai berikut:

- p<0.05 maka Ho diterima dan Hiditolak
- p>0.05 maka Ho ditolak dan Hi diterima

Hasil Penelitian

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan pendidikan

Tabel 4.1

Karakteristik	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol	*P*
Usia / Tahun			0.216*
<20 Tahun	9 (11.4%)	8 (10.2%)	
20 – 30 Tahun	26 (33.1%)	22 (28.0%)	
> 30 Tahun	6 (7.6%)	7 (8.9%)	
Pendidikan			0.241*
Tidak pernah sekolah	0	0	
SD – SMP (Rendah)	0	0	
SMA (Menengah)	24 (30.6%)	20 (25.5%)	
Strata 1 (Tinggi)	15 (19.4%)	19 (24.5%)	

Padal Tabel 4.1 berdasarkan karakteristik usia hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar responden baik dari kedua kelompok memiliki karakteristik usia usia responden 20 – 30 tahun yaitu 26 orang (33.1%) pada kelompok intervensi. Pada kelompok control 22 Orang dengan (28.0%). Berdasarkan Karakteristik Pendidikan hasil penelitian menunjukkan, bahwa Sebagian besar responden baik dari kedua kelompok memiliki karakteristik latar belakang Pendidikan SMA yaitu 24(30.6%) untuk kelompok intervensi sedangkan pada kelompok kontrol 20 orang(25.5%). Hasil uji signifikansi menunjukkan nilai p value 0.216>0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua kelompok memiliki data yang homogen dan pada karakteristik Pendidikan menunjukkan nila p 0.241 >0.05 sehingga kedua kelompok dapat

digunakan sebagai sampel dalam penelitian.

Peningkatan Sikap Pemilihan Makanan Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi Masa Prakonsepi.

Tabel 4.2

Kelompok	Peningkatan Sikap Sebelum			Peningkatan Sikap sesudah			*P*
	Baik	Cukup	Kurang	Baik	Cukup	Kurang	
Intervensi	0	28	11	39	0	0	0.001
	0.0%	35.7%	14.4%	100%	0.0%	0.0%	
Kontrol	0	24	15	12	14	13	0.087
	0.0%	30.6%	19.1%	29.2%	41.6%	31.8%	

Berdasarkan table 4.2 diatas ,dapat diketahui bahwa mayoritas Peningkatan sikap pada calon pengantin sebelum diberikan konseling gizi prakonsepsi pada kelompok intervensi yaitu peningkatan sikap kategori cukup 28 orang (35.7%) dan sesudah diberikan intervensi mayoritas peningkatan sikap kategori baik yaitu39 Orang (100%).

Sedangkan peningkatan sikappada kelompok control sebelum diberikan konseling gizi yaitu mayoritas di kategori cukup 24 Orang (30.6%)sedangkan sesudah diberikan konseling gizi prakonsepsi 12 orang dikategori baik dengan persentase29.2%.

Hasil Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilaip value 0.001 <0.05 sehingga terdapat pengaruh pemberian konseling gizi prakonsepsi terhadap ;peningkatan sikap calon pengantin dalam pemilihan makananpada gizi masa prakonsepsi calon pengantin yang terdaftar di KUA Balongpanggang Gresik.

PeningkatanPerilakuPemilihanMakananSebelumdanSesudahKonselingGizi Masa Prakonsepsi

Tabel 4.3

Kelompok	Peningkatan Perilaku Sebelum			Peningkatan Perilaku Sesudah			*P*
	Baik	Cukup	Kurang	Baik	Cukup	Kurang	
Intervensi	0	22	17	26	5	8	0.001
	0.0%	30.2%	19.8%	68%	13%	31%	
Kontrol	0	21	18	13	23	3	0.083
	0.0%	29.2%	20.8%	31%	60%	9%	

Berdasarkan tabel 4.3 diatas, dapat diketahui bahwa mayoritas Peningkatan perilaku pada calon pengantin sebelum diberikan konseling gizi prakonsepsi pada kelompok intervensi yaitu peningkatan perilaku kategori cukup 22 orang (30.2%) dan sesudah diberikan intervensi mayoritas peningkatan perilaku kategori baik yaitu 26 Orang (68%).

Sedangkan peningkatan perilaku pada kelompok kontrolsebelum diberikan

konseling gizi yaitu mayoritas di kategori cukup 21 Orang (29.2%) sedangkan sesudah diberikan konseling gizi prakonsepsi 13 orang dikategori baik dengan persentase31%.

Hasil Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilai p value 0.001 <0.05 sehingga terdapat pengaruh pemberian konseling gizi prakonsepsi terhadap ;peningkatan perilaku calon pengantin dalam pemilihan makananpada gizi masa prakonsepsi calon pengantin yang terdaftar di KUA Balongpanggang Gresik. Sedangkan pada kelompok control diperoleh nilai p value 0.083>0.05 sehingga tidak terdapat peningkatan perilaku secara signifikan terhadap calon penganting dalam pemilihan makanan pada gizii masaprakonsepsi.

Pengaruh pemberian konsling gizi trhadap perubaha gizi trhadap perubahan perilaku calon pengantin dalam pmenuhan gizi pakonsepsi.

Tabel 4.4

Variabel	Kelompok		P - Value
Sikap	Intervensi	15.97	0.001
	Kontrol	12.60	
Perilaku	Intervensi	32.70	0.002
	Kontrol	27.00	

Hasil uji Mean di peroleh nilaip value0.001 <0.05 pada variable lsikap sehingga terdapat perbedaan peningkatan sikap terhadap kelompok kontrol dengan kelompok intervensi konseling gizi dan tanpa konseling gizi prakonsepsi calon pengantin di KUA balongpanggang Gresik. Sedangkan pada variabel perilaku di peroleh nilai p value0.002 <0.05 pada variable perilaku sehingga terdapat perbedaan peningkatan perilaku terhadap kelompok kontrol dengan kelompok intervensi konseling gizi dan tanpa konseling gizi prakonsepsi calon pengantin di KUA BalongpanggangGresik.

PEMBAHASAN

KarakteristikResponden

Karakteristik sampel menurut usia dikategorikan berdasarkan usia ideal menikah dan usia reproduksi yang baik bagi seorang wanita. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional atau BKKBN (2017) yaitu 21-25 tahun. Pada Jurnal (Yudisia,2015) Batas Usia menikah pada usia 20 -30 Tahun disebut usia dewasa madya, keseriusan pada karier dan pemantapan rumah tangga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 9 Calon Prengantin Wanita (11.4%) yang menikah pada usia ≤ 20tahun pada kelompok intervensi dan 8 Calon Pengantin wanita (10.2%) pada kelompok kontrol. Pada usia 20–30 tahun dan 26 Calon pengantin wanita
>30 tahun (33.1%) pada kelompok intervensi dan 22 orang (28.0%) Calonpenganting pada kelompok kontrol . Dimana pada usia <20 tahun seorangwanita cenderung belum siap baik dari segi organ reproduksi, keterampilan dalam merawat diri dan bayi serta psikologis yang belum stabil. Sementara pada usia >30 tahun telah terjadi perubahan pada alat-alat reproduksi sehingga akan meningkatkan risiko terhadap pendarahan dan BBLR (Rahayu, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sholihadkk (2015).

Tingkat pendidikan sampel menunjukkan bahwa sampel yang berpendidikan SMA,

lebih besar persentasenya (64.1%) dibandingkan dengan sampel yang berpendidikan Strata 1 (35,9%). Temuan ini menggambarkan bahwa wanita yang akan menikah di Kecamatan Balongpanggang rata-rata mulai menikah setelah tamat Sekolah Menengah Atas (SMA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total sampe l78 orang baik kelompok yang diberikan konseling dengan media buku saku digital maupun flyer ada beberapa responden yang belum memahami pemilihan gizi calon pengantin untuk persiapan masa prakonsepsi. Hal ini sejalan dengan penelitian Pada Penelitian (Reza Pandansari, 2019d engan subjek penelitian ini sebanyak 20 calon pengantin KUA Puri yang belum mengetahui permasalahan masa prakonsepsi.

5.1 Sikap

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif sebagai upaya mengembangkan sikap dan perilaku. Sikap

Hasil penelitian menunjukkan, terjadi peningkatan sikap pada sampel. Dimana setelah diberikan konseling rata-rata nilai sikap yang didapat sampel sebesar 27,00 dengan nilai terendah 25 dan nilai tertinggi 30.

Sebelum diberikan konseling, sampel sudah mampu menguasai 71.7% dari total semua pertanyaan yang diberikan. Kategori sikap sampel tentang Gizi Prakonsepsi adalah Baik .

Setelah diberikan konseling, terjadi peningkatan dimana sampel sudah mampu menguasai 90% dari total semua pertanyaan yang diberikan. Ha lini sejalan dengan kategori sikap sampel meningkat menjadi baik dengan persentase mencapai 100%. Setelah diberikan konseling diperoleh hasil bahwa sikap sampel meningkat mengenai pertanyaan tersebut, dengan tidak ditemukannya lagi persentase sampel menjawab salah diatas 50%. Hal ini membuktikan bahwa dengan pemberian intervensi berupa konseling gizi prakonsepsi selama seminggu dengan tiga kali pengulangan materi dapat meningkatkan atau merubah sikap wanita pranikah tentang gizi prakonsepsi.

Selain itu, perubahan sikap sampel setelah diberikan konseling dikarenakan media pendidikan berupa Flyer yang mudah dimengerti tidak hanya berguna untuk menambah pengetahuan, tetapi juga berpengaruh pada sikap sampel yang akan termotivasi untuk bersikap mendukung pemenuhuan gizi pada masa prakonsepsi.

Seseorang yang berpengetahuan baik tidak menjamin akan mempunyai sikap yang positif. Sampel harus mampu menyerap, mengolah dan memahami informasi yang diperoleh. Sikap positif yang dimaksud adalah adanya keselarasan antara pengetahuan dengan sikap sampel itu sendiri. Sampel yang masih memiliki sikap negatif terhadap pernyataan tertentu pada akhir penelit terhadap pernyataan tertentu pada akhir penelitian dapat disebabkan karena interpretasi yang salah atau kurang tepat terhadap pernyataan sika ptersebut.

Hasil penelitian menunjukkan,peran konseling gizi prakonsepsi dalam penelitian ini signifikan meningkatkan sikap sampel.. Dengan nilaisignifikan diperoleh p = 0,001<0,05 yang artinya ada pengaruh

konseling gizi prakonsepsi terhadap sikap sampel. Sesuai dengan penelitian Narendra (2014) Konseling gizi juga mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan sikap dan perilaku catin dalam pemilhan asupan makanan.(Narendra, 2014).

Menurut asumsi peneliti Konseling dengan media buku saku digitalefektif untuk perubahan sikap dan perilaku calon pengantin Wanita dikarenakan tatap muka dan konsultasi secara langsung.

5.1 Perilaku

Perubahan perilaku calon pengantin . setelah diberikan konselingrata-rata nilai perilaku yang didapat sampel sebesar 15,97 dengan nilaite rendah 11 dan nilai

Sebelum diberikan konseling, sampel hanya mampu menguasai63% dari total semua pertanyaan yang diberikan. Dengan nilai perilaku yang paling tinggi diperoleh oleh sampel yang memiliki kategori pendidikan tinggi dan nilai perilaku terendah diperoleh oleh sampel yang memiliki kategori pendidikan menengah. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka keinginan untuk balajar dan mudah melakukan perubahan positif semakin tinggi juga.

Setelah diberikan konseling, terjadi peningkatan dimana sampel sudah mampu menguasai 78,9% dari tota lsemua pertanyaan yang diberikan.

Hal ini sejalan dengan rata-rata kategori perilaku sampel meningkat menjadi baik. Setelah diberikan konseling diperoleh hasil bahwa perilaku sampel meningkat mengenai pertanyaan tersebut, dengan tidak ditemukannya lagi persentase sampel menjawab salah diatas 50%.

Hasil penelitian menunjukkan, peran konseling gizipra konsepsi selama satu minggu dengan tiga kali pengulangan materi mampu meningkatkan perubahan perilaku sampel secara signifikan. Berdasarkan uji *Wilcoxon* S*igned Ranks Test* didapatkan hasil bahwa ada perbedaan perilakusebelum dan sesudah pemberian intervensi berupa konseling dengan media buku saku digital dan pembagian flyer.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata perubahan perilaku sampel sesudah diberikan konseling dan pembagian flyer. Dengan nilai signifikan diperoleh p = 0,001<0,05 yang artinya ada pengaruh konseling gizi prakonsepsi terhadap perubahan perilaku sampeldalampemenuhangizi prakonsepsi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2012) bahwa pemberian intervensi berupa Pendidikan Kesehatan dapat meningkatkan perubahan perilaku calon pengantin mengenai gizi prakonsepsi, dengan hasil yang signifikan p = 0,001. Penelitian ini juga menghasilkan kesimpulan yang sama dengan azzahra (2015) bahwa metode konseling dapat meningkatkan perubahan perilaku calon pengantin Wanita terhadap pemilihan asupan gizi pada masa prakonsepsi

PENUTUP

Kesimpulan

1. Hasil penelitian berdasarkan karakteristik sampel didapatkan bahwa masih ditemukan wanita yang menikah diusia ≤20 (21.7%) tahun dan diatas >35 tahun (16.8%). Rata-rata tingkat

pendidikan Calon Pengantin wanita di Kecamatan Balongpanggang adalah Sekolah MenengahAtas (SMA).

2. Selisih perubahan perilaku sampel sebesar 34% Setelah edukasi gizi prakonsepsi di KUA Balongpanggang baik dengan 2 perlakuan intervensi berbeda tiap kelompok.
3. Selisih peningkatan sikap sampel sebesar 3,30 sehingga rata-rata skor sikap sampel sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada kedua kelompok calon pengantin diwilayah KUA kecamatan Balongpanggang.
4. Konseling yang dilakukan dengan tiga kali pengulangan dalam waktu satu minggu memberikan pengaruh yang signifikan (p=0,001) terhadap perubahan perilaku dan sikap calon pengantin wanita tentang pemilihan asupan gizi prakonsepsi di Kecamatan Balongpanggang.

Saran

1. Diharapkan Dinas Kesehatan bekerjasama dengan Departemen Agama agar setiap Calon pengantin yang mendaftarkan diri agar mendapatkan konseling tentang gizi prakonsepsi.
2. Agar pihak KUA membuat unit konseling mengenai gizi prakonsepsi disetiap konseling pranikah.

DAFTAR PUSTAKA

Armelia, B. (2016) *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Edisi keti. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Azwar, Saifuddin. 2018. *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Arikunto et al. (2013) ”*Panduan Penatalaksanaan Kanker Serviks*‟, in Panduan Penatalaksanaan kanker Serviks, pp. 1–30.

BAPPENAS. 2011. *Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2011-2015*. http://www.4shared.com/get/I45gBOZ/Rencana_Aksi_Nasional_Pangan .Diakses 8 Agustus 2021.

Cornelia, Rosalind. 2013. *Principles of Nutrition Assesment*. Oxford University. New York.

Dosen Kebidanan dan Bidan Indonesia. (2018). *KebidananTeori dan Asuhan*. Jakarta : Kedokteran EGC

Fillah, A.D., K. Schulze, C.P. Stewart, K. West, dan P. Christian. 2019. *Micronutrient Deficiencies in Pregnancy Worldwide* : Health Effect and Prevention. Nature Review.12(5) : 274-289

Fikkawati , N. dan J. Dwijayanti. 2015 . *Pengaruh Buku Saku Kesehatan Reproduksi dan Seksual Bagi Catin Terhadap Pengetahuan Catin Tentang Reproduksi dan Seksual di KUA Tanjung Karang Pusat Pada Tahun 2017*. Jurnal Kebidanan. 4(3) : 211-216

Hidayat, B., Kriebs, J. M. (2014) *Buku Ajar Bidan Pelayanan Kesehatan Primer*. Volume 1. Jakarta: EGC.

Ilham, Widia. (2019). *Asuhan Persalinan Normal*. Yogyakarta: Nuha Medika

IPKM. 2018 http://repository.litbang.kemkes.go.id/3935/1/BUKU_IPKM_2018-SK.pdf. diakses oleh Kafita, pada tanggal 05-September -2021 Pukul 12.02 Wib.

Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Badan Penelitian dan PengembanganKesehatan Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: 2020.

Kemenag RI (2019) „Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Agama RI‟, *in Pusat Data dan Informasi Kementrian Agama RI*: Angka Pernikahan catin, pp. 12. Availableat : www.depag.go.id/resources/d

ownload/pusdatin/infodatin/infodatin- ibu.pdf.

Khomsan, Ali. 2017. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Raja Grafindo Persada. Jakarta.

Minduri,(2018). *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Penerbit Buku Kesehatan

Mistry. 2015. *Hubungan Tingkat Pendidikan, Tingkat Pengetahuan Dan Pola Asuh Ibu Dengan Wasting Dan Stunting Pada Balita Keluarga Miskin*. Media Gizi Indonesia, Vol. 10, No. 1 Januari–Juni 2015: hlm. 84–90.

Muliawati, W.N, Lestari. (2018). Asuhan Neonatus Bayi dan Balita.Yogyakarta: Fitramaya Mumin, 2017. *Psikologi Kesehatan Pengantar untuk Perawat dan Profesional KesehatanLain*. EGC. Jakarta.

Notoatmodjo, (2010)., S. *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.

Narendrea. A. B. 2016. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*.Jakarta: PT BPSP.

Paratmanitya, D., U.H.E. hadi. 2019. *Pendidikan Pranikah Terhadap Kesiapan Menghadapi Kehamilan Pertama pada Calon Pengantin Putri*. JKK. 13(1) : 81-87

Pandansari.,Reza (2019). *Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Pengetahuan Tentang Perubahan Sikap dan Perilaku Calon Pengantin Di KUA Puri* [Skripsi].Mojokerto

Patimah. 2017. *Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi, Protein dan Zat Gizi Mikro Antara Anak Balita Stunting Dan Non-Stunting Di Kelurahan Kartasura Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta

Persagi S. 2010. *Jaminan Mutu Layanan Kesehatan*. Jakarta: EGC

Rahayu, S. (2017) *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama

Rahajeng. (2012). Hubungan Antara Stress Dan Status Gizi dengan Kesiapan Kehamilan Masa Prakonsepsi.

Rahmi, Suci. 2018 "*Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah di Irna Kebidanan dan Penyakit Kandungan RSUP Dr. Mohammad Hosein Palembang Tahun*". Jurnal Harapan Bangsa ; 1(2): 1-10

Rahim Rahmiyati, A.RazakThaha dan Citrakesumasari. 2016. *Pengetahuan dan sikap wanita prakonsepsi tentang gizi dan kesehatan reproduksi sebelum dan setelah suscatin*

di kecamatan ujung tanah. Makassar: Universitas Hasanudin.

Rahmelia.P.W. 2015. "*Hubungan IMT Prahamil dan Kenaikan Berat Badan Ibu Hamil Trimester III dengan Tinggi Berat Janin di Puskesmas Tanggulangin Periode Maret 2016- April 2015*" Skripsi. Program Study Pendidikan Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya.

Stephanie Patricia, Sari Komang dan Ayu Kartika. 2016. *Gambaran kejadian kurang energy kronik dan pola makan wanita usia subur di desa pesinggahan kecamatan dawan klungkung bali 2016*. E-jurnalmedika, vol. 5 no.6.

Sugeng JE. 2015. " *Risk factors associated with low birth weight of neonates among pregnant women attending a referral hospital in northern Tanzania*". Tanzania Journal of Health Research,Vol. 10, No. 1.

Sugiyono, W.I. (2011). *Promosi Kesehatan Uuntuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Susilowati , T. 2016. *Obsgyn* : Obstetri dan Ginekologi. Yogyakarta : Nuha Medika

Supariasa, I Dewa Nyoman. 2014. *Penilaian Status Gizi*. EGC. Jakarta.

Sriutami. 2018. *Makroekonomi Teori Pengantar*. Raja Grafindo Persada. Jakarta. Wawan, Dewi, 2020. Hubungan Motivasi Deangan Perilaku Dalam Pelaksanaan Senam Hamil. Midwifery journal of STIES insan Cendekia Medika Jombang,11(1), 1-10.