

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Calon pengantin merupakan pasangan laki-laki dan perempuan yang akan segera bersama dalam mahligai rumah tangga dan membentuk keluarga dalam ikatan pernikahan (kemenag, 2009). Masalah pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah akan segera menjalani proses konsepsi. Kualitas generasi penerus akan ditentukan sejak sebelum hamil dan selama kehamilan. Kesehatan prakonsepsi sangat penting untuk diperhatikan termasuk status gizinya, Status gizi pada calon pengantin memegang peranan penting dalam mencapai keadaan nutrisi yang optimal, namun seringkali masih terdapat kesulitan dalam mencapainya (Kemenkes RI, 2020). Status gizi yang baik dapat mencegah masalah gizi pada saat kehamilan seperti anemia, kekurangan energi kronik (KEK), pencegahan infeksi dan komplikasi kehamilan (Oktaria dan Juli, 2016). KEK yang pada calon pengantin wanita akan menyebabkan bentuk tubuh yang pendek (stunting) dan kurus (wasting). Kekurangan gizi yang dialami calon pengantin wanita yang memiliki postur tubuh seperti ini berisiko mengalami gangguan pada masa kehamilan dan melahirkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) (Putri et al., 2020).

Berdasarkan data dari world health organization (WHO) pada tahun 2008, prevalensi anemia ibu hamil di negara berkembang meningkat dari

35% menjadi 75%, Berdasarkan data dari Riskesdas (2018) menunjukkan prevalensi Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada usia >19 tahun di Indonesia mencapai 36,3%, merupakan angka tertinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Di Jawa Timur, prevalensi KEK pada Wanita Usia Subur (WUS) yang tidak hamil lebih tinggi daripada rata-rata nasional, mencapai 18,2%, sedangkan di seluruh Indonesia mencapai 14,5%. Angka prevalensi KEK pada Wanita Usia Subur (WUS) yang tidak hamil di Jawa Timur adalah yang tertinggi kedua di Pulau Jawa.

Keadaan anemia ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (Hb), hematokrit dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal yaitu <11 ml/dl, sedangkan KEK keadaan kekurangan energi dalam waktu yang panjang, ditandai dengan lingkar lengan atas (LiLa) <23,5cm (Supariasa et al,2012). Penyebab KEK adalah akibat dari ketidakseimbangan antara asupan untuk pemenuhan kebutuhan dan pengeluaran energi. Ketidakseimbangan konsumsi makanan pada Wanita Usia Subur (WUS) dan rasa lelah yang berkepanjangan diakibatkan oleh beratnya beban kerja mempengaruhi keadaan kebutuhan zat gizi yang diperlukan tubuh. Status gizi wanita usia subur berkaitan dengan kehamilan berusia muda kurang dari 20 tahun, kehamilan dengan jarak yang pendek, kehamilan yang terlalu sering, terjadinya penyakit infeksi dan kehamilan berusia tua dapat menyebabkan KEK pada wanita usia subur (Mahmudah, 2022).

Faktor lain yang mempengaruhi gizi adalah aktifitas fisik dimana aktivitas fisik yang tinggi namun tidak disertai dengan peningkatan konsumsi makanan juga akan mengakibatkan KEK pada WUS karena

apabila asupan energi kurang maka fungsi protein untuk membentuk glukosa akan didahulukan. Pemecahan protein tersebut akan menyebabkan melemahnya otot-otot dan jika terjadi secara terus menerus akan terjadi depleksi massa otot. LiLA < 23,5 cm menandakan telah terjadi penurunan massa otot akibat kurangnya protein dalam tubuh dan sebagai tanda adanya risiko kekurangan energi kronis. Dan jika aktivitas fisik yang rendah akan berakibat menurunnya pengeluaran energi sehingga dapat meningkatkan kejadian obesitas (Fariski, 2019).

Salah satu upaya untuk menanggulangi masalah gizi prakonsepsi melalui peningkatan aktivitas fisik. Aktivitas fisik bisa meningkatkan metabolisme tubuh yang menyebabkan cadangan energi yang tertimbun dalam tubuh berupa zat lemak dapat terbakar sebagai kalori. Inilah yang membuat adanya hubungan pada aktivitas fisik dengan status gizi (Roring, 2020).

Hasil studi pendahuluan dari Kementrian Agama Kota Malang yaitu pendaftaran pernikahan tertinggi yaitu di Kecamatan Kedungkandang. Hasil dari wawancara dengan bidan puskesmas Kedungkandang pada tanggal 30 Mei 2024, jumlah calon pengantin yang memeriksakan kesehatan 40 calon pengantin, dengan hasil indeks massa tubuh (IMT) kurus 53%, normal 30%, overweight 10%, dan obesitas 7%. Dari uraian tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan aktivitas fisik dengan status gizi calon pengantin wanita di puskesmas Kedungkandang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang tersebut dapat dikemukakan rumusan masalah yaitu bagaimanakah hubungan aktivitas fisik dengan status gizi calon pengantin wanita di Puskesmas Kedungkandang Kota Malang?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari proposal skripsi ini yakni untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan status gizi calon pengantin wanita di Puskesmas Kedungkandang Kota Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi aktivitas fisik calon pengantin wanita di Puskesmas Kedungkandang Kota Malang
- b. Mengidentifikasi Status Gizi Calon Pengantin Wanita di Puskesmas Kedungkandang Kota Malang
- c. Menganalisis Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Calon Pengantin Wanita di Puskesmas Kedungkandang Kota Malang

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Praktis

Hasil penelitian dapat memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu kebidanan tentang hubungan aktivitas fisik dengan status gizi calon pengantin terutama pada kelompok calon pengantin wanita.

1.4.2 Manfaat Teoritis

a. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Memberikan masukan bagi pelayanan kesehatan (dinas kesehatan, pusat kesehatan masyarakat) sebagai upaya peningkatan status gizi kepada calon pengantin wanita.

b. Bagi Calon Pengantin Wanita

Penelitian ini dapat menjadi bahan belajar dan evaluasi calon pengantin wanita sehingga status gizi calon pengantin wanita dapat meningkat.

c. Bagi Institusi

Sebagai tambahan bahan ajar dalam mata kuliah gizi reproduksi

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Sebagai bahan rujukan informasi materi aktivitas fisik dan status gizi calon pengantin untuk praktik mengenai gizi calon pengantin