PENILAIAN STATUS GIZI PADA KELOMPOK WANITA USIA SUBUR (WUS) DI WILAYAH NATAR

Annisa Mayang Soliha[1], Eriva Aulia[2], Dinda Meilinda[3], Diaz Kumoro Jati[4], Heni Okta Marisa[5], Erika Elyn Devega[6], Dias Balqiza Az zahra Bapera[7], Indah Triana[8], Friska Anindita Balqis[9]

[1,2,3,4,5,6,7,8,9]*Universitas Malahayati*
E-mail : annisamayang@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi status gizi pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS) di wilayah Natar, Bandar Lampung. Status gizi merupakan elemen penting dalam menjaga kesehatan masyarakat, terutama bagi perempuan yang mempersiapkan kehamilan dan persalinan. Melalui pengukuran antropometri, termasuk Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA), data diperoleh dari 20 responden yang berusia maksimal 45 tahun. Hasil menunjukkan bahwa 75% responden berada pada kategori overweight dan obesitas, sementara seluruh responden memiliki kategori LILA normal. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan peningkatan berat badan yang dapat berpotensi menimbulkan masalah kesehatan jangka panjang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi awal terkait status gizi WUS, yang penting untuk perencanaan program kesehatan masyarakat yang lebih efektif.

Kata Kunci : *Status Gizi, Wanita Usia Subur (WUS), Indeks Massa Tubuh (IMT), Lingkar Lengan Atas (LILA), Kesehatan Reproduksi*

PENDAHULUAN

Status gizi menjadi komponen utama dalam menilai tingkat kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS). Kelompok ini memegang peranan penting dalam keberlangsungan kesehatan reproduksi serta kesiapan dalam menghadapi masa kehamilan dan persalinan. Keadaan gizi yang kurang baik pada WUS dapat memicu berbagai permasalahan kesehatan, seperti anemia, kekurangan energi kronis, gangguan fungsi reproduksi, hingga meningkatnya risiko komplikasi pada masa kehamilan. Dampak tersebut tidak hanya berpengaruh pada individu, tetapi juga berkontribusi terhadap kualitas kesehatan ibu dan anak di masa mendatang.

Wilayah Natar memiliki karakteristik sosial, ekonomi, dan lingkungan yang beragam sehingga memengaruhi pola hidup serta asupan gizi masyarakat. Faktor tingkat pendidikan, kebiasaan konsumsi pangan, serta akses terhadap fasilitas pelayanan kesehatan turut berperan dalam menentukan status gizi Wanita Usia Subur. Ketersediaan data yang menggambarkan kondisi gizi WUS secara spesifik masih terbatas, sehingga menyulitkan proses perencanaan program kesehatan yang efektif dan tepat sasaran. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pengumpulan data status gizi secara langsung melalui kegiatan lapangan.

Penilaian status gizi menggunakan metode antropometri merupakan cara yang objektif dan sederhana untuk mengetahui kondisi gizi seseorang. Pengukuran antropometri mampu memberikan gambaran mengenai proporsi tubuh serta status gizi yang dapat dijadikan dasar dalam mengidentifikasi permasalahan gizi di masyarakat. Informasi yang dihasilkan memiliki peran penting dalam mendukung proses evaluasi serta penyusunan program intervensi gizi dan kesehatan sesuai dengan kebutuhan wilayah.

Praktikum lapangan penilaian status gizi pada kelompok Wanita Usia Subur di wilayah Natar dilaksanakan sebagai bagian dari proses pembelajaran mahasiswa dalam bidang kesehatan masyarakat. Kegiatan ini memberikan kesempatan untuk menerapkan teori secara langsung melalui proses pengumpulan, pengolahan, dan analisis data status gizi. Pengalaman lapangan tersebut diharapkan dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam memahami kondisi kesehatan masyarakat secara nyata dan berbasis data.

Pelaksanaan praktikum ini diharapkan mampu menghasilkan gambaran awal mengenai status gizi Wanita Usia Subur di wilayah Natar. Data yang diperoleh dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat. Kegiatan ini diharapkan berkontribusi dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan WUS serta pembangunan kesehatan masyarakat.

Tujuan penelitian ini adalah

1. Mengidentifikasi kondisi status gizi Wanita Usia Subur berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT).
2. Mengetahui risiko terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur melalui pengukuran lingkar lengan atas (LILA).
3. Menggambarkan distribusi status gizi Wanita Usia Subur berdasarkan hasil analisis data antropometri yang diperoleh di lapangan.
4. Mengkaji permasalahan gizi yang muncul pada kelompok Wanita Usia Subur sebagai dasar perencanaan upaya perbaikan kesehatan.
5. Melatih mahasiswa agar mampu melakukan pengukuran, pencatatan, serta pengolahan data status gizi secara sistematis dan sesuai prosedur ilmiah.

Memberikan informasi yang lebih menyeluruh mengenai kondisi status gizi Wanita Usia Subur di wilayah Natar berdasarkan hasil penilaian antropometri. Menjadi bahan awal untuk mengidentifikasi permasalahan gizi pada Wanita Usia Subur, terutama risiko kekurangan energi kronis yang diketahui melalui pengukuran lingkar lengan atas. Mendukung kegiatan pemantauan status gizi sebagai dasar penyusunan upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi di masyarakat.

Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mahasiswa dalam menerapkan konsep penilaian status gizi secara langsung di lapangan. Membekali mahasiswa dengan kemampuan melakukan pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkar lengan atas sesuai dengan standar yang ditetapkan. Mengasah kemampuan mahasiswa dalam melakukan pencatatan, pengolahan, serta analisis sederhana data hasil pengukuran untuk memperoleh gambaran status gizi Wanita Usia Subur. Menumbuhkan kepedulian dan tanggung jawab mahasiswa terhadap permasalahan gizi dan kesehatan masyarakat.

Memberikan manfaat bagi institusi pendidikan sebagai bahan pendukung dalam evaluasi dan pengembangan pembelajaran praktikum lapangan. Menjadi sumber data awal yang dapat dimanfaatkan dalam kegiatan akademik maupun penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan status gizi Wanita Usia Subur.

Memberikan manfaat bagi masyarakat dan pihak terkait di wilayah Natar melalui tersedianya informasi mengenai kondisi status gizi Wanita Usia Subur. Menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dan pemangku kepentingan dalam menyusun program peningkatan kesehatan dan gizi yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

METODE

Waktu Dan Tempat

Pelaksanaan praktikum lapangan penilaian status gizi dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan yaitu pada tanggal 18 Desember 2025. Lokasi kegiatan berada di wilayah Natar sebagai tempat pengambilan data status gizi pada kelompok Wanita Usia Subur (wus). Penentuan wilayah Natar dilakukan dengan mempertimbangkan akses lokasi serta kesesuaian wilayah dengan tujuan pelaksanaan praktikum.

Sasaran

Kelompok sasaran dalam kegiatan praktikum lapangan ini adalah Wanita Usia Subur (wus) yang berdomisili di wilayah Natar. Sasaran mencakup perempuan dalam rentang usia maksimal 45 tahun. Penentuan sasaran dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi gizi Wanita Usia Subur di wilayah tersebut.

Bentuk Kegiatan

Kegiatan praktikum lapangan dilaksanakan dalam bentuk penilaian status gizi melalui pengukuran antropometri. Jenis pengukuran yang dilakukan meliputi penimbangan berat badan (BB), tinggi badan (TB), dan lingkar lengan atas (LILA). Hasil pengukuran dicatat secara langsung pada lembar kuesioner yang telah disediakan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan mengikuti prosedur pengukuran yang tepat serta memperhatikan kenyamanan dan keamanan responden.

Cara Pengumpulan Dan Analisis Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara mengukur tubuh responden secara langsung, yaitu Wanita Usia Subur (WUS). Sebelum mulai mengumpulkan data, peneliti mempersiapkan beberapa hal, seperti menentukan responden sesuai syarat yang ditentukan,

memastikan alat ukur dalam kondisi baik, serta menjelaskan kepada responden mengenai tujuan dan cara kerja penelitian. Sebelum mengukur, responden yang bersedia ikut dalam penelitian diminta menyetujui secara tertulis (informed consent). Pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg.

Saat diukur, responden berdiri tegak, tidak memakai sepatu, mengenakan pakaian tipis, dan melepaskan barang-barang yang bisa mengganggu hasil pengukuran. Pengukuran tinggi badan dilakukan dengan menggunakan microtoise dengan ketelitian 0,1 cm. Responden berdiri tegak, tumit, punggung, dan kepala menyentuh bidang ukur, dengan pandangan lurus ke depan. Pengukuran lingkar lengan atas dilakukan dengan pita ukur non-elastis pada lengan kiri, tepat di tengah antara tulang akromion dan olekranon, dengan lengan dalam posisi rileks di sisi tubuh.

Hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan digunakan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan rumus IMT = berat badan (kg) dibagi tinggi badan kuadrat (m^2). Hasil IMT dikategorikan berdasarkan kriteria status gizi. Sementara itu, data lingkar lengan atas digunakan untuk menilai risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada WUS, dengan batas nilai LILA kurang dari 23,5 cm sebagai indikator risiko KEK.

Analisis data dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu editing, coding, entry, dan cleaning data. Tahap editing dilakukan untuk memastikan data lengkap dan konsisten dari lapangan. Tahap coding memberi kode pada setiap variabel untuk memudahkan pengolahan data. Kemudian, data dimasukkan ke dalam program dan melakukan cleaning data untuk mencegah kesalahan input.

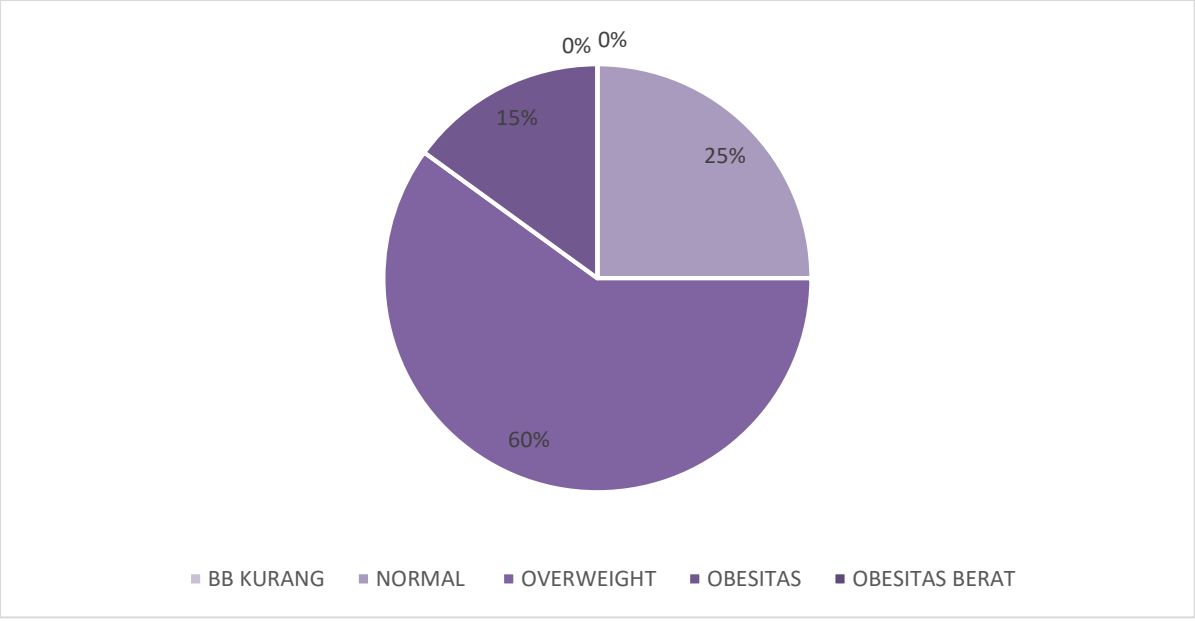
Setelah data selesai diolah, dilakukan analisis deskriptif untuk mengetahui karakteristik responden, seperti usia, status gizi berdasarkan IMT, serta risiko KEK berdasarkan LILA. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan penjelasan naratif agar lebih jelas dan mudah dipahami. Analisis ini diharapkan dapat menjadi dasar penilaian status gizi WUS serta bahan pertimbangan dalam merencanakan intervensi kesehatan dan gizi yang tepat.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Analisis status gizi (IMT)

Tabel 1. Frekuensi Status Gizi

Kategori Status Gizi	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Berat Badan Kurang	0	0%
Normal	5	25%
Overweight	12	60%
Obesitas	2	15%
Obesitas Berat	0	0%
Total	20	100%



Gambar 1. Grafik Status Gizi

Pembahasan Status Gizi : Berdasarkan data tersebut, mayoritas responden wanita usia subur (WUS) berada pada kategori Overweight yaitu sebanyak 12 orang (60%). Hanya 25% responden yang memiliki status gizi normal. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan berat badan berlebih pada kelompok responden di Natar, Bandar Lampung ini. Status gizi Overweight dan Obesitas yang mencapai total 75% perlu diwaspadai karena berkaitan erat dengan risiko penyakit degeneratif dan kesehatan reproduksi bagi Wanita Usia Subur.

Analisis Lingkar Lengan Atas (LILA)

Tabel 2. Frekuensi Kategori Lila

Kategori LILA	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Normal (23,5 cm)	20	100 %
KEK (<23,5 cm)	0	0%
Total	20	100%

Pembahasan status gizi : Seluruh responden (100%) memiliki kategori LILA Normal (di atas 23,5 cm). Responden dengan ukuran LILA terkecil adalah 25 cm, yang mana masih dalam batas aman dari risiko Kurang Energi Kronis (KEK). Temuan ini selaras dengan data IMT, di mana tidak ditemukan responden dengan status gizi "Kurus", sehingga asupan energi jangka panjang para responden dinilai cukup untuk menjaga massa otot dan lemak di lengan atas.

KESIMPULAN

Hasil pengkajian status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Lengan Atas menunjukkan bahwa sebagian besar Wanita Usia Subur di wilayah Natar, Bandar Lampung berada pada kondisi gizi berlebih. Proporsi responden dengan kategori overweight dan obesitas mencapai tiga perempat dari total responden, sementara hanya sebagian kecil yang memiliki status gizi normal. Kondisi tersebut mencerminkan adanya kecenderungan peningkatan berat badan yang berpotensi menimbulkan masalah kesehatan jangka panjang, termasuk penyakit degeneratif dan gangguan kesehatan reproduksi pada Wanita Usia Subur**.**

Pengukuran Lingkar Lengan Atas memperlihatkan seluruh responden berada dalam kategori normal dengan ukuran melebihi batas risiko Kurang Energi Kronis. Hasil ini menunjukkan bahwa kebutuhan energi jangka panjang responden telah terpenuhi dengan baik. Kesesuaian antara data LILA dan tidak ditemukannya status gizi kurus berdasarkan IMT mengindikasikan bahwa permasalahan gizi yang dominan pada responden bukan kekurangan energi, melainkan kelebihan asupan yang berdampak pada peningkatan berat badan.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman Pelayanan Gizi pada Wanita Usia Subur. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC.

World Health Organization. (2010). Physical Status: The Use and Interpretation of Anthropometry. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2016). WHO Recommendations on Antenatal Care for a Positive Pregnancy Experience. Geneva: World Health Organization.