



BODY MASS INDEX ASSESSMENT AMONG WOMEN IN REPRODUCTIVE AGE

Pengukuran Indeks Massa Tubuh Pada Wanita Usia Subur

Ismi Irfiyanti Fachruddin¹, Nurzamsuciati², Mutiara³

Program Studi Gizi, Universitas Megarezky

Email Korespondensi: ismi.irfiyanti@gmail.com

Abstract

Women in reproductive age as future mother, are a vulnerable group, their health status, especially their nutritional status, must be considered. The quality of the next generation will be determined by the mother before pregnancy and during pregnancy. Assessment of nutritional status is important because it can cause morbidity and mortality related to nutritional status, especially during a pandemic like now. Therefore, by knowing the nutritional status, efforts can be made to improve the level of health in the community to achieve and maintain optimal health. Therefore, this community service activity was carried out with the theme of assessing body mass index. The target of this activity is women in reproductive age who come to the Bara-Baraya Health Center, and followed by 31 women in reproductive age. The results of this activity received a good response and enthusiasm from WUS.

Keywords: *nutritional status, women in reproductive age, makassar*

Abstrak

Wanita usia subur sebagai calon ibu merupakan kelompok yang rawan harus diperhatikan status kesehatannya terutama status gizinya. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh ibunya sejak sebelum hamil dan selama masa kehamilannya. Penilaian status gizi menjadi penting karena dapat menyebabkan terjadinya kesakitan dan kematian terkait dengan status gizi terutama dalam masa pandemi seperti sekarang ini. Oleh karena itu dengan diketahuinya status gizi, dapat dilakukan upaya untuk memperbaiki tingkat kesehatan pada masyarakat untuk mencapai dan menjaga kesehatan secara optimal. Maka dari itu, dilaksanakanlah kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan tema penilaian indeks massa tubuh. Sasaran kegiatan ini adalah wanita usia subur yang berada datang ke Puskesmas Bara-Baraya. Dan diikuti oleh 31 wanita usia subur. Hasil kegiatan ini mendapatkan respon dan antusias yang baik dari WUS.

Kata Kunci : *status gizi, wanita usia subur, makassar*

Published by : Program Studi Gizi



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

Pendahuluan

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama dan sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15– 49 tahun, dengan status belum menikah, menikah, atau janda, yang masih berpotensi untuk mempunyai keturunan. Wanita Usia Subur (WUS) merupakan wanita usia produktif merupakan wanita yang berusia 15-49 tahun dan wanita pada usia ini masih berpotensi untuk mempunyai keturunan (Novitasary, Mayulu, & Kawengian, 2013).

Kesehatan pada WUS pranikah merupakan gerbang awal untuk meningkatkan mutu kesehatan reproduktif masyarakat diawali dengan memiliki status gizi yang baik. Maka kualitas pada generasi penerus akan sangat ditentukan oleh kondisi kesehatan ibunya sebelum dan selama masa kehamilan akan sangat berkaitan erat dengan kualitas pada masa kehamilan dan bayi yang akan dilahirkan (BKKBN, 2011).

Wanita usia subur sebagai calon ibu merupakan kelompok yang rawan harus diperhatikan status kesehatannya terutama status gizinya. Kualitas seorang generasi penerus akan ditentukan oleh ibunya sejak sebelum hamil dan selama masa kehamilannya. Sebuah penelitian kohort pada wanita di Cina (Ronnenberg et al., 2003) menunjukkan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) seorang wanita pranikah yang tergolong sangat kurus/severely underweight ($\leq 18,5 \text{ g/m}^2$) akan berdampak buruk pada pertumbuhan janin dan berisiko untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dua kali lebih besar dibandingkan dengan wanita yang memiliki IMT normal ($19,8 \leq \text{IMT} < 23 \text{ kg/m}^2$). Kelebihan berat badan dan obesitas pada WUS pranikah juga cenderung memberikan dampak negatif yaitu penambahan berat badan secara signifikan pada kehamilan pertama. Selain itu, hal tersebut sangat berkaitan erat dengan kejadian diabetes mellitus gestasional, hipertensi, dan makrosomia sehingga status gizi wanita usia subur pranikah yang tidak normal merupakan faktor resiko terjadinya gangguan pada saat kehamilan (Ronnenberg et al., 2003).

Indonesia memiliki berbagai macam masalah didalam bidang gizi terutama pada bidang status gizi. Beban gizi ganda yang terjadi pada WUS di Indonesia membuat keadaan semakin menjadi memburuk. Hal ini ditunjukkan dengan terjadinya peningkatan prevalensi pada kekurangan dan kegemukan yang akan terjadi secara bersamaan. Masa prakonsepsi merupakan masa dimana sebelum hamil yang diasumsikan sebagai wanita dewasa atau WUS yang siap untuk menjadi seorang ibu (Erice, 2009).

Status gizi pra konsepsi akan sangat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi yang akan lebih baik jika pencegahannya dilakukan sebelum hamil. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Gizi baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini akibat penyakit (Erice, 2009).

Status gizi dapat diketahui melalui pengukuran beberapa parameter, kemudian hasil pengukuran tersebut dibandingkan dengan standar atau rujukan. Peran penilaian status gizi bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya status gizi yang salah. Penilaian status gizi menjadi penting karena dapat menyebabkan terjadinya kesakitan dan kematian terkait dengan status gizi terutama dalam masa pandemi seperti sekarang ini. Oleh karena itu dengan diketahuinya status gizi, dapat dilakukan upaya untuk memperbaiki tingkat kesehatan pada masyarakat untuk mencapai dan menjaga kesehatan secara optimal. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka kami sebagai tim pengabdian, dalam rangka membantu pemerintah untuk meningkatkan status gizi masyarakat terutama wanita usia subur, melakukan pengukuran status gizi pada dewasa-wanita usia subur..

Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar dengan menerapkan protokol kesehatan 3M yaitu memakai masker, mencuci tangan atau menggunakan handsanitizer, dan menjaga

jarak. Metode pelaksanaan yang diterapkan untuk mencapai tujuan dari kegiatan ini adalah dimulai dari tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Tahap persiapan dilakukan dengan meminta izin kepada pihak Puskesmas Bara-Baraya yang terlibat dan mengobservasi serta analisis situasi masalah kesehatan yang terjadi kemudian merencanakan bentuk dan waktu kegiatan. Tahap pelaksanaan dilakukan selama satu hari dengan melakukan pengukuran antropometri yaitu pengukuran tinggi badan dan berat badan, kemudian menghitung indeks massa tubuh WUS untuk mengetahui status gizinya. Pengukuran indeks massa tubuh dilakukan untuk mengetahui status gizi WUS agar mereka paham pentingnya menjaga gizi seimbang pada wanita terutama pada masa usia subur. Selanjutnya WUS diberitahu mengenai hasil pengukuran, dan di berikan penjelasan mengenai status gizi mereka saat ini, apa saja yang perlu dilakukan untuk memperbaiki status gizi mereka.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Bara-Baraya dengan sasaran wanita usia subur (WUS) yang berjumlah 31 orang. Kegiatan dimulai dengan tahapan persiapan. Pada tahap ini dilakukan pertemuan koordinasi antara tim pengabdian dengan pemerintah setempat yang membahas tentang peserta, lokasi pengabdian, dan waktu pelaksanaan serta hal-hal yang perlu disiapkan (termasuk bahan/ materi yang diperlukan). Setelah itu, tim pengabdian mempersiapkan bahan dan peralatan yang diperlukan seperti spanduk, media yang akan digunakan saat pengukuran antropometri, dan persiapan lokasi yang digunakan, serta hal lain-lain yang diperlukan (Supariasa, 2012).

Selanjutnya tahap pelaksanaan kegiatan ini meliputi kegiatan pengukuran antropometri meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan. Kegiatan dimulai dengan penjelasan singkat mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan, pengisian daftar hadir, pengukuran berat badan dan tinggi badan, kemudian menghitung indeks massa tubuh untuk menentukan status gizi wanita usia subur. Kegiatan ini dilaksanakan selama satu hari. Masa prakonsepsi merupakan masa dimana sebelum hamil yang diasumsikan sebagai wanita dewasa atau WUS yang siap untuk menjadi seorang ibu. Status gizi pra konsepsi akan sangat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi yang akan lebih baik jika pencegahannya dilakukan sebelum hamil. Wanita usia 20-35 tahun merupakan usia sasaran yang paling tepat untuk pencegahan masalah gizi terutama pada masalah KEK yang merupakan keadaan ketika seseorang menderita ketidak seimbangan asupan gizi yang berlangsung menahun terutama pada WUS yang termasuk pada remaja putri (Mutalazimah, 2005).

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Puskesmas Bara-Baraya, didapatkan 31 wanita usia subur yang dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Dari hasil pengukuran tersebut, dilakukan perhitungan Indeks Massa Tubuh untuk mengetahui status gizinya.

Tabel 1. Status Gizi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh Pada Wanita Usia Subur

Klasifikasi IMT	n	%
Underweight	5	16,1
Normal	12	38,7
Overweight	5	16,1
Obesitas	9	29,0

Tabel 1 menunjukkan hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh pada wanita usia subur di Puskesmas Bara-Baraya Kota Makassar. Didapatkan sebanyak 19 WUS mengalami malnutrisi, yaitu sebanyak 16,1% mengalami gizi kurang, dan sebanyak 45,1% mengalami gizi lebih, dimana sebanyak 9 WUS mengalami obesitas, Hal ini dapat menjadi perhatian karena didapatkan WUS yang mengalami malnutrisi, lebih banyak dari pada WUS yang memiliki status gizi normal.



Gambar 1. Pengukuran Tinggi Badan

Kesehatan pada wanita usia subur pranikah merupakan gerbang awal untuk meningkatkan mutu kesehatan reproduktif masyarakat diawali dengan memiliki status gizi yang baik. Maka kualitas pada generasi penerus akan sangat ditentukan oleh kondisi kesehatan ibunya sebelum dan selama masa kehamilan akan sangat berkaitan erat dengan kualitas pada masa kehamilan dan bayi yang akan dilahirkan (Irianto, 2014).

Status gizi pra konsepsi akan sangat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi yang akan lebih baik jika pencegahannya dilakukan sebelum hamil. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Gizi baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini akibat penyakit (Irianto, 2014).

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat perhatian dan antusias yang baik dari masyarakat yang hadir.

Setelah dilaksanakan penilaian status gizi berdasarkan indeks massa tubuh pada wanita usia subur, diharapkan wanita usia subur di Puskesmas Bara-Baraya lebih memperhatikan status gizi mereka dengan cara seperti menjaga pola makan dan rutin melakukan aktifitas fisik untuk mendapatkan dan mempertahankan kesehatan yang optimal..

Daftar Pustaka

- Almatsier S. 2011. Penilaian Status Gizi: Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan. Gramedia Pustaka Umum: Jakarta.
- Erice G. 2009. Childbearing and Obesity in Women: Weight Before, During and After Pregnancy: *Obstet Gynecol. Clin North Am.*36 (2):317.
- Irianto,K. 2014. Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi. 1st ed.Bandung: Alfabeta.
- Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). 2011. Batas dan Pengertian MDK. Diakses pada 21 Agustus 2022. Tersedia dari <http://aplikasi.bkbn.go.id/BatasanMDK.aspx>.
- Mutalazimah. 2005. Hubungan Lingkar Lengan Atas (LILA) dan Kadar Hemoglobin (Hb) Ibu Hamil dengan Berat Badan Bayi Lahir Di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Penelitian Sains dan Teknologi*, Vol 6 (2):114-126.
- Novitasary, M.D., Mayulu N & Kawengian S.E.S. 2013. Hubungan antara aktifitas fisik dengan obesitas pada wanita usia subur peserta jamkesmas di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado. Vol. 1 No 2. *Jurnal eBiomedik*.
- Ronnenberg, A.G., Wang, X., Xing, H. 2003. Low Preconception Body Mass Index Is Associated with Birth Outcome in a Prospective Cohort of Chinese Women. *Journal of Nutrition*, 133, 3449-3455.
- Supariasa. 2012. Penilaian Status Gizi. Jakarta,EG