

SKRINING IMT SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KESIAPAN GIZI PRANIKAH DI KUA SEWON BANTUL

Body Mass Index Screening for Improving Preconception Nutritional Readiness among Prospective Brides and Grooms at KUA Sewon, Bantul

Aprininda Mardhani¹, Merlin Tessa W.N¹, Leni Widyastuti¹, Olivia Rilfiana¹, Desi Ekawati¹

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan STIKes Akbidyo

Email: nindamardhani@gmail.com

Abstract

Premarital nutritional readiness is a crucial factor in supporting reproductive health and the success of future pregnancies. The nutritional status of prospective brides and grooms, especially women, plays a significant role in preventing the risk of pregnancy complications such as Chronic Energy Deficiency (CED), low birth weight (LBW), and stunting. This activity aims to improve premarital nutritional readiness through education and nutritional status screening using Body Mass Index (BMI) for prospective brides and grooms at the Sewon Religious Affairs Office (KUA), Bantul Regency. The methods used include premarital nutrition counseling, interactive discussions, and BMI measurement using observation sheets. The activity was held on December 9, 2025, and was attended by 36 prospective brides and grooms. The screening results of the 18 prospective brides and grooms showed that 8 were in the normal BMI category, 2 were in the underweight category, 3 were in the overweight category, and 5 were obese. These findings indicate that nutritional problems persist during the premarital period, which have the potential to impact the health of mothers and children in the future. BMI screening has proven to be an effective early detection measure to identify the risk of nutritional problems in prospective brides and grooms. Therefore, the integration of nutrition education and ongoing premarital health checks at the Office of Religious Affairs (KUA) is essential to improve the nutritional preparedness of prospective brides and grooms before entering pregnancy.

Keywords: BMI, Bride and Groom, Pre-Marriage

Abstrak

Kesiapan gizi pranikah merupakan faktor penting dalam mendukung kesehatan reproduksi dan keberhasilan kehamilan di masa mendatang. Status gizi calon pengantin, khususnya wanita, berperan besar dalam mencegah risiko komplikasi kehamilan seperti Kekurangan Energi Kronik (KEK), bayi berat lahir rendah (BBLR), dan stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesiapan gizi pranikah melalui edukasi dan skrining status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada calon pengantin di Kantor Urusan Agama (KUA) Sewon, Kabupaten Bantul. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan gizi pranikah, diskusi interaktif, serta pengukuran IMT menggunakan lembar observasi. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 9 Desember 2025 dan diikuti oleh 36 orang calon pengantin. Hasil skrining yang dilakukan pada calon pengantin Perempuan dengan jumlah 18, menunjukkan bahwa 8 berada pada kategori IMT normal, 2 berada pada kategori berat badan kurang, 3 berada pada kategori berat badan berlebih, dan 5 berada pada kategori obesitas. Temuan ini menunjukkan masih adanya permasalahan gizi pada masa pranikah yang berpotensi memengaruhi kesehatan ibu dan anak di masa depan. Skrining IMT terbukti menjadi langkah deteksi dini yang efektif untuk mengidentifikasi risiko masalah gizi pada calon pengantin. Oleh karena itu, integrasi edukasi gizi dan pemeriksaan kesehatan pranikah secara berkelanjutan di KUA sangat diperlukan guna meningkatkan kesiapan gizi calon pengantin sebelum memasuki masa kehamilan.

Kata Kunci : IMT, Calon Pengantin, Pra Nika

1. PENDAHULUAN

Perkawinan merupakan salah satu fase penting dalam kehidupan yang membawa konsekuensi besar, baik dari sisi kesehatan, psikologis, maupun sosial. Kesiapan calon pengantin dalam menghadapi kehidupan berumah tangga sangat menentukan kualitas keluarga yang akan terbentuk. Karena itu, penyuluhan sebelum menikah menjadi langkah penting untuk memberikan bekal pengetahuan dan pemahaman yang memadai. Berdasarkan data, jumlah dispensasi kawin di wilayah ini cukup tinggi, terutama pada tahun 2025 dengan total 99 kasus. Angka tersebut menunjukkan bahwa dinamika pernikahan di masyarakat masih cukup besar, termasuk pernikahan usia muda yang berpotensi menimbulkan berbagai tantangan. Kondisi ini menjadi alasan kuat mengapa Kantor Urusan Agama (KUA) Sewon dipilih sebagai lokasi pengabdian masyarakat. KUA tidak hanya berperan dalam administrasi pernikahan, tetapi juga menjadi tempat strategis untuk memberikan edukasi langsung kepada calon pengantin.

Calon pengantin merupakan pasangan yang akan melangsungkan pernikahan, usia minimum menikah di Indonesia untuk wanita yaitu 21 tahun dan untuk pria 25 tahun, dimana usia tersebut mereka sudah siap untuk memulai sebuah keluarga. Kualitas seorang generasi penerus ditentukan oleh kondisi pada saat sebelum hamil dan selama kehamilan. Status gizi calon pengantin sangat penting untuk diperhatikan karena dapat memengaruhi kesehatan pada masa prakonsepsi.

Memiliki seorang anak merupakan impian setiap orang yang menikah. Perencanaan kehamilan harus dilakukan, persiapan fisik dan mental yang baik memengaruhi kehamilan yang sehat. Terpenuhi kebutuhan gizi yang baik akan berpengaruh pada kualitas sperma dan sel telur yang baik pula. Mempersiapkan kehamilan yang sehat selain dibutuhkan kesiapan fisik dan mental juga dibutuhkan pengetahuan yang baik dari seorang calon ibu. Sebelum masa kehamilan wanita usia subur (WUS) perlu melakukan perencanaan kehamilan. Pada masa prakonsepsi sangat penting bagi calon pengantin untuk memperhatikan status gizi, terutama dalam mempersiapkan kehamilan (Mawaddah et al., 2023).

Status gizi kesehatan ibu dan anak merupakan penentu kualitas sumber daya manusia. Hal tersebut semakin jelas dengan adanya bukti bahwa status gizi dan kesehatan ibu pada masa prakonsepsi, saat hamil, dan menyusui merupakan periode yang sangat kritis. Gizi pada periode prakonsepsi merupakan faktor penting untuk mendukung kesehatan dan kelangsungan hidup ibu. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini, kekurangan gizi dan masalah stunting(pendek) berhubungan dengan BBLR pada generasi berikutnya (Ayudia & Putri, 2021a).

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan metode antropometri yang dilakukan dengan mengukur berat badan dan tinggi badan untuk mengklasifikasi nilai berat badan

seseorang. *Bioelectrical Impedance Analysis* (BIA) merupakan metode antropometri yang digunakan untuk menilai komposisi massa tubuh baik massa air, *musculoskeletal* dan yang utama adalah massa lemak tubuh (Wiranata & Inayah, 2020).

Status gizi kesehatan ibu dan anak merupakan penentu kualitas sumber daya manusia. Hal tersebut semakin jelas dengan adanya bukti bahwa status gizi dan kesehatan ibu pada masa prakonsepsi, saat hamil, dan menyusui merupakan periode yang sangat kritis (Ayudia & Putri, 2021b).

Status gizi calon pengantin wanita dapat dilihat dari Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA). Status gizi berdasar paparan Kemenkes RI dan WHO ialah suatu kondisi yang mana dikarenakan keseimbangan yang ada antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan nutrisi di dalam tubuh untuk keperluan metabolisme. Sehingga antara makanan yang di konsumsi dengan yang dibutuhkan tubuh untuk dicerna harus seimbang. Status gizi juga akan memengaruhi kesehatan reproduksi wanita yaitu pada saat menstruasi dan terjadinya kehamilan (Handayani & Handayani, n.d. 2023).

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada calon pengantin yang berada di wilayah Sewon Bantul. Peserta yang mengikuti kegiatan berjumlah 18 pasangan calon pengantin. Kegiatan diawali dengan pemberian edukasi kesehatan mengenai pentingnya status gizi pada masa prakonsepsi, kebutuhan gizi calon pengantin, dampak kekurangan dan kelebihan gizi terhadap kesehatan reproduksi, serta pentingnya menjaga status gizi optimal sebagai persiapan kehamilan yang sehat. Edukasi dilakukan menggunakan media *power point* yang disampaikan melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Pihak yang terlibat dalam kegiatan ini meliputi mahasiswa kebidanan, dosen pembimbing, calon pengantin sebagai sasaran kegiatan.

Setelah penyampaian materi, dilakukan skrining status gizi dengan pengukuran antropometri berupa berat badan dan tinggi badan dan LILA pada calon pengantin perempuan. Alat yang digunakan yaitu timbangan digital untuk mengukur berat badan, microtoise untuk mengukur tinggi badan dan metlin untuk mengukur Lingkar Lengan Atas. Hasil pengukuran digunakan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan rumus:

$$\text{IMT} = \text{Berat Badan (kg)} / \text{Tinggi Badan}^2 \text{ (m}^2\text{)}$$

Penilaian status gizi dilakukan per individu, baik pada calon pengantin perempuan maupun laki-laki. Hasil IMT kemudian dikategorikan menjadi:

Kurus : $\text{IMT} < 18,5 \text{ kg/m}^2$

Normal : $\text{IMT } 18,5\text{--}24,9 \text{ kg/m}^2$

Overweight : IMT 25,0–26,9 kg/m²

Obesitas : IMT \geq 27,0 kg/m²

Hasil akhir status gizi tidak dinilai berdasarkan pasangan, melainkan berdasarkan masing-masing individu karena kebutuhan dan kondisi gizi setiap calon pengantin dapat berbeda. Selanjutnya hasil pengukuran dicatat pada lembar observasi dan digunakan sebagai dasar pemberian edukasi serta rekomendasi perbaikan status gizi sebelum memasuki masa kehamilan.

Kegiatan ini dilakukan dengan pemaparan materi serta edukasi dan skrining status gizi dengan pengukuran IMT menggunakan lembar observasi. Setelah itu dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab tentang materi yang disampaikan oleh pemateri dan sharing permasalahan yang dialami oleh Calon Pengantin tentang pemenuhan gizi Pra Nikah.



Gambar 1. *Gambar Dokumentasi Kegiatan*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan gizi pra-nikah disertai skrining status gizi calon pengantin di Kantor Urusan Agama (KUA) Kepanewon Sewon, Kabupaten Bantul pada tanggal 9 Desember 2025 pukul 09.50 -10.50 WIB. Diikuti oleh 18 pasangan calon pengantin. Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan kondusif, para peserta penyuluhan aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan di KUA. Upaya pemahaman peningkatan status gizi untuk pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas pada hakikatnya harus dimulai sedini mungkin, salah satu yang dapat dilakukan untuk perbaikan gizi adalah pemenuhan gizi seimbang pada masa 1000 HPK. Salah satu periode status gizi yang paling menentukan adalah status gizi pada masa pranikah atau yang biasa disebut masa prakonsepsi. Status gizi prakonsepsi merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi. Keadaan kesehatan dan status

gizi ibu hamil ditentukan jauh sebelumnya, yaitu pada masa remaja dan dewasa sebelum hamil atau selama menjadi Wanita Usia Subur (Marbun et al., n.d. 2020).

Kegiatan penyuluhan gizi pra-nikah dan skrining status gizi diikuti oleh 18 calon pengantin wanita. Sebelum penyuluhan dilakukan, sebagian peserta belum memahami pentingnya status gizi pada masa prakonsepsi, hubungan IMT dengan kesehatan reproduksi, serta risiko yang dapat terjadi apabila calon pengantin mengalami gizi kurang maupun obesitas. Setelah penyampaian materi mengenai gizi pranikah, status gizi, IMT, gizi seimbang, dan pentingnya pemenuhan gizi pada masa prakonsepsi, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang terlihat dari keaktifan dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Peserta mampu menjelaskan kembali pentingnya menjaga status gizi ideal sebelum kehamilan, memahami kategori IMT, serta mengetahui risiko kesehatan yang dapat terjadi akibat gizi kurang maupun obesitas.

Keefektifan kegiatan juga terlihat dari antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung. Peserta aktif mengajukan pertanyaan terkait pola makan sehat, kebutuhan gizi sebelum menikah, dan upaya memperbaiki status gizi apabila berada pada kategori kurang atau obesitas. Selain itu, peserta yang telah mengetahui hasil pengukuran IMT masing-masing menunjukkan ketertarikan untuk melakukan perbaikan pola makan dan gaya hidup sebagai persiapan memasuki masa kehamilan.

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, penyuluhan dan skrining status gizi dinilai cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran calon pengantin mengenai pentingnya menjaga status gizi pada masa prakonsepsi sebagai upaya mempersiapkan kehamilan yang sehat dan mencegah berbagai risiko kesehatan ibu maupun bayi di masa mendatang.

Kegiatan diawali dengan pemaparan materi oleh Mahasiswa Kebidanan STIKes Akbidyo dengan media *Power Point* dilanjutkan dengan tanya jawab materi yang disampaikan. Dilanjutkan dengan mengisi lembar Observasi yang telah disiapkan oleh Mahasiswa STIKes Akbidyo.

Tabel 1. Data Pengukuran IMT pada pasangan calon pengantin perempuan

Katagori	Jumlah
Normal	8
Kurang	2
Berlebih	3
Obesitas	5
Total	18

Dari hasil observasi di dapatkan data bahwa ada 4 katagori IMT calon pengantin yaitu, Normal, Kurang, Berat badan berlebih dan Obesitas. IMT dapat menggambarkan status gizi pada seseorang, status kesehatan gizi merupakan Gambaran kesejahteraan fisik dari seseorang

atas terpenuhinya kebutuhan gizi dalam tubuh. Gizi calon pengantin terutama pada pengantin wanita dapat berpengaruh pada kesehatan reproduksi untuk mempersiapkan reproduksi dari prakonsepsi, hamil, persalinan dan pasca persalinan. Kesehatan reproduksi wanita merupakan hal utama yang harus dipersiapkan menjelang pranikah. Kesehatan reproduksi menjadi titik awal dalam menentukan kesehatan ibu dan anak dimana persiapannya dapat dilakukan sejak awal bahkan sebelum pernikahan atau kehamilan (Handayani & Handayani, n.d. 2023).

Pentingnya menjaga kecukupan gizi bagi Wanita Pra nikah terutama sebelum kehamilan karena gizi yang baik akan menunjang fungsi optimal alat-alat reproduksi Perempuan seperti lancarnya proses pematangan telur, produksi sel telur dengan kualitas yang baik, dan proses pembuahan yang sempurna. Tingkat pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dimiliki seseorang mempengaruhi seseorang tersebut untuk berperilaku sehat (Della Tiara et al., 2024).

Dari 18 calon pengantin Wanita didapatkan 8 yang masuk katagori IMT Normal. Ambang batas dikategorikan normal yaitu 18,5-25. Status gizi normal terjadi bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang digunakan secara efisien. Status gizi yang cenderung normal pada responden, dapat bermanfaat dalam pertumbuhan fisik, perkembangan otak, menghasilkan sehat fisik dan mental sehingga terjadi peningkatan kualitas hidup. Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah suatu alat yang sederhana untuk dapat membantu setiap individu dalam memantau status kondisi tubuh dan sangat erat kaitannya dengan kelebihan atau kekurangan berat badan.(Usni Zamzami Hasibuan dan Palmizal & Usni Zamzami Hasibuan, 2021)

Adapun calon pengantin Wanita dengan katagori berat badan kurang yaitu IMT <18,5. Status gizi kurang pada calon pengantin menjadi risiko permasalahan pada saat kehamilan dan kelahiran. Dilihat dari permasalahan status gizi pada wanita baik sebelum hamil ataupun saat hamil, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 yang berhubungan dengan status gizi wanita usia subur menunjukkan bahwa prevalensi risiko KEK wanita usia subur (WUS) 15-49 tahun di Indonesia sebesar 20,8% dan pada tahun 2018 mengalami penurunan yaitu menjadi 17,3% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2018). Salah satu permasalahan yang di akibatkan karena IMT <18,5 adalah KEK (Kekurangan Energi Kronik). Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan keadaan dimana seseorang menderita ketidakseimbangan asupan gizi. Penyebab secara langsung yaitu asupan makanan yang dimakan atau pola konsumsi dan terjadinya infeksi atau masalah kesehatan yang menyertai dan penyebab secara tidak langsung yaitu utilitas zat gizi yang terhambat, Absorbsi yang terhambat karena penyakit/infeksi kesehatan atau infeksi cacing, keadaan kesulitan ekonomi, kurang pendidikan gizi, kebutuhan dari produksi pangan yang tidak mencukupi, hygiene yang tidak terjaga, memiliki banyak anak, rendahnya penghasilan serta tidak meratanya perdagangan dan distribusi pangan Jika calon pengantin Wanita mengalami KEK akan menimbulkan banyak permasalahan lain dan meningkatkan

risiko Kesehatan calon pengantin Wanita itu sendiri dan janin jika berlanjut pada kehamilan. Risiko yang mungkin akan terjadi yaitu melahirkan bayi dengan BBLR, kematian saat persalinan, pendarahan, dan pasca-persalinan yang sulit karena lemah dan mudah mengalami gangguan kesehatan. Bayi yang lahir dengan BBLR umumnya kurang mampu meredam tekanan lingkungan yang baru sehingga dapat berakibat pada terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan sehingga berpotensi menjadi anak yang stunting, karena sudah ditentukan pada 1000 HPK dan dimulai sejak pra nikah (Agustri et al., 2025).

Obesitas pada calon pengantin merupakan salah satu permasalahan gizi yang semakin banyak ditemukan pada kelompok usia reproduksi. Obesitas didefinisikan sebagai kondisi penumpukan lemak tubuh yang berlebihan akibat ketidakseimbangan antara asupan energi dan pengeluaran energi dalam jangka waktu yang lama. Pada calon pengantin, obesitas umumnya dinilai menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), di mana $IMT \geq 25 \text{ kg/m}^2$ termasuk kategori obesitas berdasarkan kriteria Asia. Kondisi ini perlu mendapat perhatian khusus karena berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan reproduksi serta komplikasi pada kehamilan dan persalinan di masa mendatang. Kelebihan berat badan pada calon pengantin perlu penanganan tepat dan cepat, bila tidak beresiko infertilitas dan penyakit degeneratif seperti tekanan darah tinggi, serangan jantung, stroke, diabetes, penyakit kandung empedu, dan kanker (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Selain itu wanita usia subur akan terganggu keseimbangan hormon yang mengakibatkan infertilitas, penurunan kesuburan, sulit hamil, resiko pada saat kehamilan seperti preeklamsia (Jawad, Ibrahim, Hadi, 2015). Mengingat begitu besar dampak dari gemuk dan obesitas maka salah satu sasaran yang penting untuk diperhatikan adalah calon pengantin. Calon pengantin merupakan wanita berada pada masa prakonsepsi yaitu masa sebelum terjadinya pertemuan sel ovum dengan spermatozoa atau sebelum terjadinya kehamilan (Wirenviona,et.al,2021). Salah satu upaya dengan meningkatkan pengetahuan IMT dan Gizi Seimbang, serta porsi isi piringku (Agustina et al., 2023).

Penyebab utama obesitas pada calon pengantin adalah pola makan yang tidak sehat. Banyak calon pengantin mengonsumsi makanan dengan kandungan kalori tinggi, lemak jenuh, dan gula berlebih, seperti makanan cepat saji (fast food) dan makanan rendah gizi (junk food), gorengan, serta minuman manis. Pola makan yang tidak teratur, termasuk kebiasaan melewatkan sarapan dan makan dalam porsi besar pada malam hari, turut berkontribusi terhadap peningkatan berat badan. Selain itu, rendahnya konsumsi serat dari sayur dan buah menyebabkan rasa kenyang tidak bertahan lama, sehingga calon pengantin cenderung makan lebih sering dan berlebihan.

4. PENUTUP

KESIMPULAN DAN SARAN

Skrining Indeks Massa Tubuh (IMT) dan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) merupakan langkah deteksi dini yang sangat krusial dalam mengidentifikasi risiko Kurang

Energi Kronis (KEK) serta masalah gizi lainnya pada calon pengantin. Masa pranikah merupakan periode emas untuk memperbaiki cadangan nutrisi penting, seperti zat besi dan asam folat, sebelum terjadinya kehamilan agar risiko komplikasi seperti berat badan lahir rendah (BBLR) dan stunting pada anak dapat diminimalisir secara efektif. Dengan demikian, Kantor Urusan Agama (KUA) Sewon memegang peran yang sangat strategis sebagai pintu masuk utama dalam memberikan edukasi kesehatan, sehingga setiap calon pengantin memiliki kesadaran dan kesiapan gizi yang optimal

Untuk mengoptimalkan upaya peningkatan gizi ini, calon pengantin sangat disarankan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan setidaknya tiga bulan sebelum hari pernikahan agar tersedia waktu yang cukup untuk melakukan perbaikan gizi jika ditemukan indikasi KEK atau anemia. Di sisi lain, kolaborasi lintas sektor antara pihak KUA Sewon perlu diperkuat melalui integrasi data dan penyediaan konseling kesehatan yang lebih mendalam, tidak hanya sekadar formalitas administrasi. Selain itu, pemerintah diharapkan dapat menyediakan program intervensi medis yang terarah, seperti pemberian makanan tambahan (PMT) atau suplemen gizi bagi calon pengantin yang terdeteksi berisiko, guna memastikan mereka berada dalam kondisi fisik yang prima sebelum memasuki fase kehamilan.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Kami selaku tim mengucapkan terima kasih kepada Kantor Urusan Agama (KUA) Sewon atas dukungan dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan secara berkelanjutan sehingga kegiatan dan penulisan artikel ini dapat terlaksana dengan baik. Selain itu, terima kasih disampaikan kepada seluruh calon pengantin yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan skrining dan edukasi gizi pranikah

DAFTAR PUSTAKA

- Agustri, P. R., Rosyidah, H. N., & Pratiwi, S. (2025). Hubungan antara Asupan Makanan dan Status Kekurangan Energi Kronis pada Calon Pengantin Pasangan Usia Subur. *JURNAL RISET RUMPUN ILMU KEDOKTERAN*, 4(1), 153–164. <https://doi.org/10.55606/jurrike.v4i1.4556>
- Ayudia, F., & Putri, A. D. (2021a). Pendidikan Gizi Prakonsepsi pada Pasangan Calon Pengantin di KUA Padang Utara. *Jurnal Abdidas*, 2(5), 1193–1196. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i5.457>
- Ayudia, F., & Putri, A. D. (2021b). Pendidikan Gizi Prakonsepsi pada Pasangan Calon Pengantin di KUA Padang Utara. *Jurnal Abdidas*, 2(5), 1193–1196. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i5.457>
- Della Tiara, Andicha Gustra Jeki, & Iin Indrawati. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Calon Pengantin di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas

Kemalaraja OKU. *Antigen : Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 2(4), 36–44.
<https://doi.org/10.57213/antigen.v2i4.434>

Handayani, Y., & Handayani, R. (n.d.). Status Gizi Calon Pengantin Wanita The Nutritional Status of Prospective Women. In *Jurnal Ilmiah Kebidanan* (Vol. 10, Issue 1).

Jurnal, P. :, Masyarakat, K., Mayasari, E., Permanasari, I., Hayu, R. E., Studi, P., Masyarakat, K., Kesehatan, F., Kesehatan, I., Al Insyirah, T., Dan, K., Ners, P., & Kesehatan, I. (n.d.). *PENYULUHAN GIZI PRA NIKAH PADA WANITA USIA SUBUR DALAM UPAYA MENGHADAPI KEHAMILAN SEHAT UNTUK MENCEGAH STUNTING*. 7(3), 2023.

Marbun, R., Meirani, F., Hang Jebat, J., Baru, K., & Selatan, J. (n.d.). *DAYA TERIMA DAN PENGETAHUAN CALON PENGANTIN (CATIN) WANITA SEBELUM DAN SESUDAH EDUKASI GIZI MENGGUNAKAN APLIKASI 1000 HPK BERBASIS ANDROID* *Acceptability And Knowledge Of Bride Candidates Before And After Nutritional Education Using Android-Based Application 1000 HPK*.
<https://doi.org/10.37250/newkiki.v4i1.77>

PENGANTIN DENGAN KELEBIHAN BERAT BADAN Agustina, C., Irawatie, A., Fadhilah, N., Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Jalan Raya Limo, U., & Depok, K. (2023). *KONSELING PENGETAHUAN INDEKS MASSA TUBUH DAN GIZI SEIMBANG PADA*.
<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/MediaAbdimas/issue/view/140>

Usni Zamzami Hasibuan dan Palmizal, M. A., & Usni Zamzami Hasibuan, M. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Suta Club. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 10, 19–24. <https://online-journal.unja.ac.id/csp>

Wiranata, Y., & Inayah, I. (2020). *Perbandingan Penghitungan Massa Tubuh Dengan Menggunakan Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) The Comparison of Body Mass Calculation by Using Body Mass Index (BMI) and Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) Methods*