

# Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan Wanita Pranikah di Kecamatan Wanasaba

Eka Faizaturrahmi<sup>1)\*</sup>, Nurannisa Fitria Aprianti<sup>2)</sup>

Email: [ekafaizaturrahmi@yahoo.co.id](mailto:ekafaizaturrahmi@yahoo.co.id)

<sup>1)</sup> S1 Pendidikan Bidan dan Profesi Bidan, STIKES Hamzar Memben Lombok Timur, Indonesia

<sup>2)</sup> S1 Pendidikan Bidan dan Profesi Bidan, STIKES Hamzar Memben Lombok Timur, Indonesia

## ABSTRAK

Gizi prakonsepsi pada wanita pranikah sangat penting untuk mempersiapkan masa prakonsepsi. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan wanita pranikah adalah dengan pemberian penyuluhan tentang gizi prakonsepsi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan pranikah di Kecamatan Wanasaba. Desain Penelitian ini adalah penelitian pre eksperimen dengan menggunakan rancangan One Group Pretest-Posttest Design. Sampel berjumlah 15 orang yang didapatkan menggunakan Total Sampling. Pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini power point yang menyampaikan SOP penyuluhan berupa materi konsepsi gizi dan kuesioner. Pengolahan data menggunakan analisis univariat dan bivariate. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pengetahuan wanita pranikah sebelum diberikan penyuluhan gizi prakonsepsi sebanyak 14 responden (93.3%) dan setelah diberikan penyuluhan gizi prakonsepsi sebanyak 9 responden (60%) dengan nilai p-value 0,000. Kesimpulan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah. Saran diharapkan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan dapat memberikan penyuluhan kepada pasangan calon pengantin dan bagi calon pengantin dapat meningkatkan pengetahuan sebagai bentuk persiapan menghadapi kehamilan dan bagi calon pengantin.

**Kata kunci:** penyuluhan gizi prakonsepsi; pengetahuan wanita pranikah.

## ABSTRACT

Preconception nutrition in premarital women is essential to prepare for the preconception period. One way to increase the knowledge of premarital women is by providing preconception nutrition counseling. The purpose of this study was to determine the effect of preconception nutrition counseling on premarital knowledge in the Wanasaba District. Design This study is a pre-experimental research using the One Group Pretest-Posttest Design design. The sample amounted to 15 people obtained using Total Sampling. Data collection using primary data and secondary data. The instrument used in this study was a PowerPoint that conveyed SOPs for counseling in the form of nutrition conception materials and questionnaires. Data processing using univariate and bivariate analysis. The results showed that there was an influence on the knowledge of premarital women before being given preconception nutrition counseling as many as 14 respondents (93.3%) and after being given preconception nutrition counseling as many as 9 respondents (60%) with a p-value of 0.000. The conclusion of the results showed the influence of preconception nutrition counseling on the knowledge of premarital women. Advice is expected to health workers, especially midwives, to provide counseling to the bride and groom and for the bride and groom to increase knowledge as a form of preparation for pregnancy and for the bride and groom.

**Keywords:** Preconception Nutrition Counseling; Premarital Women's Knowledge.

## 1. LATAR BELAKANG

Salah satu penentu kualitas sumber daya manusia adalah terpenuhinya kecukupan gizi

individu. Pada periode prakonsepsi sangat penting untuk menjaga kecukupan gizi untuk menunjang fungsi alat reproduksi dan

mempersiapkan cadangan gizi untuk tumbuh kembang janin lebih optimal [1]

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang berada dalam periode umur antara 15 sampai 49 tahun [2]. Wanita pranikah merupakan bagian dari kelompok WUS perlu mempersiapkan kecukupan gizi tubuhnya, karena sebagai calon ibu gizi yang optimal pada wanita pranikah akan mempengaruhi tumbuh kembang janin, kondisi kesehatan bayi yang dilahirkan dan keselamatan selama proses melahirkan [3].

Masa pranikah dapat dikaitkan dengan masa prakonsepsi, karena setelah menikah wanita akan segera menjalani proses konsepsi. Masa prakonsepsi merupakan masa sebelum kehamilan. Pentingnya menjaga kecukupan gizi bagi wanita pranikah sebelum kehamilan 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 pembuahan yang sempurna. Gizi yang baik juga dapat berperan penting dalam penyediaan cadangan gizi untuk tumbuh-kembang janin. Bagi calon ibu, gizi yang cukup dan seimbang akan memengaruhi kondisi kesehatan secara menyeluruh pada masa konsepsi dan kehamilan serta akan dapat memutuskan mata rantai masalah kekurangan gizi pada masa kehamilan [4].

Menurut Badan Kesehatan Dunia atau World Health Organization, Wanita Usia Subur (WUS) adalah penduduk dalam rentang usia 29-35 tahun, dimana jumlahnya di dunia pada tahun 2020 yaitu sebanyak 1,2 miliar jiwa atau 18% dari jumlah penduduk dunia dengan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) sebanyak 1000 per sebaran penduduk [5].

Masalah gizi yang sering terjadi pada Wanita Usia Subur (WUS) khususnya yang sudah menikah yaitu kurangnya asupan zat gizi yang mengakibatkan kurang gizi yaitu terlalu kurus yang dapat memicu terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi. Di Indonesia melalui

Kementerian Kesehatan Data Riskesdas, mengatakan bahwa proporsi Kurang Energi Kronik (KEK) pada Wanita Usia Subur yang sudah menikah pada tahun 2007 yaitu 10 juta atau 30,9%, pada tahun 2013 meningkat menjadi 11 juta atau 46,6% dan menurun kembali pada tahun 2018 yaitu sebesar 10,5 juta atau 36,6% [6].

Menurut hasil laporan data Profil Kesehatan Kabupaten Lombok Timur pada tahun 2020 terdapat 19 ibu yang meninggal per 100.000 kelahiran, sedangkan bayi yang meninggal sebesar 70 bayi per 100.000 kelahiran. Kecamatan Wanasaba termasuk salah satu wilayah yang menunjukkan status rawan gizi, dengan ditemukannya 10 kematian pada bayi, serta 2 kematian pada ibu pada saat bersalin [7].

Bayi yang mengalami gangguan pertumbuhan selama masa janin, berwujud kecil untuk masa kehamilan (small for gestational age), beresiko tinggi untuk mengalami gagal tumbuh dalam 2 tahun pertama kehidupan. Estimasi sekitar 20% yang mengalami stunting ditandai oleh gangguan pertumbuhan selama masa janin. Gangguan pertumbuhan janin dan pertumbuhan yang buruk di masa bayi saat ini diakui sebagai determinan penting dari kematian neonatal. Oleh karena itu, intervensi gizi harus ditekankan pada masa sebelum hamil dan selama hamil [8].

Berbagai faktor dapat mempengaruhi status gizi wanita pranikah sebelum kehamilan adalah umur, status ekonomi, pendidikan dan status gizi. Sedangkan selama kehamilan beberapa faktor yang mempengaruhi adalah frekuensi kehamilan, derajat aktivitas fisik, komplikasi penyakit saat hamil, kondisi psikologis dan asupan pangan yang tidak cukup [9].

Pengetahuan mengenai gizi berperan penting dalam pemenuhan kecukupan gizi seseorang. Tingkat pengetahuan akan mendorong seseorang memiliki kemampuan yang optimal berupa pengetahuan. Kurangnya pengetahuan terhadap gizi akan mempengaruhi seseorang dalam memahami konsep dan prinsip

serta informasi yang berhubungan dengan gizi [10].

Upaya peningkatan pengetahuan dapat dilakukan oleh Pemerintah Daerah dengan cara memberikan penyuluhan gizi. Penyuluhan gizi mendorong seseorang untuk memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini disebutkan dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh [11] di Kecamatan Batang Kuis menunjukkan terjadi perubahan pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan, terjadi peningkatan pengetahuan.

Dari studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 20 September 2022 di KUA Kecamatan Wanasaba, diperoleh wanita pranikah sebanyak 15 orang yang siap menikah [12]. Dari 15 yang dijumpai, peneliti mengambil 5 wanita pranikah untuk dilakukannya pengukuran LiLA dan diberikan beberapa pertanyaan seputar gizi keterkaitannya dengan pengetahuan tentang gizi. Dari 5 wanita pranikah peneliti memperoleh keterangan bahwa terdapat 2 atau 13,3% wanita pranikah yang memiliki ukuran LiLA dibawah 23,5 cm dengan pengetahuan belum mengetahui tentang gizi dan 3 atau 20,0% memiliki ukuran LiLA di atas 23,5 cm dan memiliki pengetahuan kurang.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan Wanita Pranikah di Kecamatan Wanasaba.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, metode penelitian yaitu pre eksperimental design dengan menggunakan one group pre test-post test design, responden diukur pengetahuannya sebelum diberikan intervensi, selanjutnya pasien diberikan penyuluhan selama 30 menit kemudian setelah itu pengetahuannya diukur kembali untuk membandingkan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

Populasi pada penelitian ini adalah semua wanita pranikah yang sudah mendaftar di KUA Kecamatan Wanasaba yang berjumlah 15 orang wanita pranikah. Pengambilan sampel

menggunakan tehnik total sampling sehingga jumlah sampel sebanyak 15 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Kantor KUA Kecamatan Wanasaba pada bulan Februari tahun 2023.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah power point yang menyampaikan SOP penyuluhan berupa materi konsepsi gizi dan kuesioner untuk mengukur pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji kolomogorv smirnov. Analisis menggunakan uji Wilcoxon Test.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

*Tabel 1.*

*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan dan Pekerjaan*

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Umur</b>		
20-25 tahun	8	53,3
26-30 tahun	6	40,0
> 30 tahun	1	6,7
<b>Pendidikan</b>		
SD	2	13,3
SMP	4	26,7
SMA	8	53,3
S1	1	6,7
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja	9	60,0
Tani	2	13,3
Pedagang	3	20,0
Swasta	1	6,7

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa karakteristik wanita pranikah di Kecamatan Wanasaba berdasarkan umur yaitu sebagian besar responden berada pada kategori umur 20-25 tahun sebanyak 8 orang (53,3%) dan sebagian kecil kategori umur >30 tahun sebanyak 1 orang (6,7%).

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan, sebagian besar pada kategori SMA sebanyak 8 orang (53,3%) dan sebagian kecil Pendidikan S1 sebanyak 1 orang (6,7%).

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, sebagian besar pada kategori tidak bekerja sebanyak 9 orang (60%) dan sebagian kecil pekerjaan swasta sebanyak 1 orang (6,7%). Pendidikan S1 sebanyak 1 orang (6,7%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan, sebagian besar pada kategori tidak bekerja sebanyak 9 orang (60%) dan sebagian kecil pekerjaan swasta sebanyak 1 orang (6,7%).

**Tabel 2.**

*Pengaruh Penyuluhan Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan Wanita Pranikah Pre-test dan Post-test*

Pengetahuan	Pre-test	%	Post-test	%
Baik	0	0	9	60
Cukup	1	6.7	6	40
Kurang	14	93.3	0	0

Tabel 2 diketahui bahwa sebelum diberikan penyuluhan gizi prakonsepsi sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebanyak 14 responden (93.3%) dan setelah diberikan penyuluhan gizi prakonsepsi sebagian sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 9 responden (60%).

**Tabel 3.**

*Uji Statistik Pengetahuan Wanita Pranikah Pre-test dan Post-test*

Test Statistic Pre test - Post test	
Z	-3.419 <sup>b</sup>
P Value	.000

Dari tabel 3 di atas hasil uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon diperoleh nilai  $Z = 3.419$  dan  $p = 0.000$ . Dengan demikian nilai  $p < \alpha$  (5%) atau 0,05 yang berarti terdapat pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah.

### 3.2 Pembahasan

Pengetahuan merupakan hasil tahu, hal ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Pengetahuan ibu dapat diperoleh dari beberapa faktor baik formal

seperti pendidikan yang didapat di sekolah maupun nonformal. Pengetahuan merupakan faktor yang penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dalam menerima informasi dari lingkungan [10].

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Doloksaribu, dkk (2018), dengan judul Pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah di Kecamatan Batang Kuis. Hasil penelitian sebelum diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi menjelaskan bahwa nilai rata-rata pengetahuan sampel sebelum diberikan intervensi berupa konseling adalah 12,60 dari total skor 20. Hal ini berarti persentase pertanyaan pengetahuan yang dapat dijawab benar oleh sampel adalah sebesar 63%. Sebelum intervensi nilai minimum yang didapat sampel adalah 8 dan nilai maksimum 11. [11]

Penelitian juga dilakukan oleh Yani (2020), dengan judul Pengaruh pendidikan kesehatan tentang nutrisi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pra nikah di KUA Kecamatan Koto Tangah Kota Padang. Hasil penelitian sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang nutrisi prakonsepsi pada wanita pranikah didapatkan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 3,61 yang seharusnya mencapai nilai 11,31. Analisis bivariat didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ . [13]

Hal ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ramadhaniah, dkk (2022),

dengan judul Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin Wanita Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan tentang Nutrisi Prakonsepsi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan nutrisi prakonsepsi menggunakan media lembar balik ( $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ ). Lembar balik merupakan media yang dapat digunakan sebagai alat penyuluhan kesehatan yang memudahkan penyampaian informasi berupa gizi prakonsepsi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan kepada calon pengantin. [14]

Penelitian juga dilakukan oleh Surtiati (2022), dengan judul Pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah dimana dibuktikan dengan nilai  $p$  value =  $0,000 < \text{dari nilai alfa } 0,05$ . [15]

Hasil penelitian [11] juga menjelaskan bahwa peran penyuluhan gizi prakonsepsi dalam penelitian memiliki nilai yang signifikan mampu meningkatkan pengetahuan responden. Dengan melihat uji t-dependent didapatkan hasil bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan. Terjadi peningkatan nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Dengan nilai signifikan diperoleh  $p = 0,001 < 0,05$ .

Menurut asumsi peneliti, terdapatnya pengetahuan kurang terhadap responden ini dikarenakan pendidikan responden yang sebagian besar hanya memiliki tingkat pendidikan SMA yang hanya (53,3%) dan (20,5%) berada pada kelompok usia 20-25 tahun. Sementara itu dari faktor pekerjaan sebagian besar responden tidak bekerja (53,3%). [14] Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhaniah, dkk (2022) menunjukkan ada pengaruh Tingkat pengetahuan calon pengantin sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan tentang nutrisi prakonsepsi nilai  $p$  value =  $0,000$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin rendah pendidikan seseorang maka akan mempengaruhi tingkat pengetahuan orang tersebut, sebaliknya jika semakin tinggi tingkat pendidikan maka akan mempengaruhi tingkat pengetahuan yang baik (Notoatmodjo, 2019). Pengetahuan yang rendah dapat diubah dengan adanya informasi yang jelas tentang gizi seimbang melalui penyuluhan dan informasi media elektronik dan media masa.

Peneliti juga menjelaskan bahwa, diperolehnya pengetahuan kurang dari responden karena responden mengaku tidak pernah mendengar atau memperoleh informasi melalui iklan tv atau media sosial lainnya,

responden tidak pernah memperoleh informasi dari calon suami dan dari pelayanan kesehatan untuk mengkonsusi makanan yang mengandung protein, karbohidrat dan zat besi yang baik bagi kesehatan ibu hamil saat konsepsi nanti.

Setelah diberikannya penyuluhan gizi prakonsepsi pengetahuan responden menjadi meningkat, dilihat dari nilai rata-rata sesudah penyuluhan dengan nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata sebelum diberikan penyuluhan. Penyuluhan dilakukan sebanyak 1 kali namun agar lebih jelas dalam menyerap informasi yang diperoleh oleh responden, peneliti menggunakan alat bantu berupa pengeras suara sound system dan leaflet dan menerapkan suara yang lambat dan pelan. Sebelum dilakukannya perlakuan post test, peneliti juga membuka sesi tanya jawab terhadap responden.

Tidak hanya pengetahuan, pekerjaan responden juga berpengaruh terhadap pencarian informasi terkait gizi prakonsepsi, namun justru berbanding terbalik dengan hasil penelitian, dimana dari 15 responden di Kecamatan Wanasaba kategori pekerjaan responden terbanyak berada pada tidak bekerja yaitu sebanyak 9 orang atau 60,0%, yang seharusnya responden memiliki waktu luang untuk mencari informasi terkait pemenuhan gizi prakonsepsi, meskipun demikian responden justru mengaku meski memiliki waktu luang untuk mencari informasi dimedia sosial, namun hal demikian tidak dilakukan, responden lebih memilih pemanfaatan media informasi seperti handphone digunakan untuk gaya hidup dan sebagai wadah iklan untuk mencari uang.

Hasil uji statistik diperoleh Wilcoxon nilai  $p=0.000$  yaitu  $p < 0.05$  dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi prakonsepsi. Penyuluhan dapat merubah perilaku individu, keluarga dan masyarakat sehingga terbentuk pola hidup sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal, sesuai dengan konsep hidup sehat

baik fisik, mental dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian [10].

#### **4. KESIMPULAN**

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh penyuluhan gizi prakonsepsi terhadap pengetahuan wanita pranikah, hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan penyuluhan gizi prakonsepsi.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih penulis ucapkan kepada STIKES Hamzar Memben Lombok Timur dan KUA Kecamatan Wanasaba yang telah memfasilitasi penelitian ini. Terima kasih pula penulis ucapkan kepada rekan-rekan yang telah membantu penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Fifit, KIS, dkk (2022), Pengaruh Konseling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah, Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, 1, 696-707.
- [2] Kementerian Kesehatan RI (2019), Angka Kecukupan Gizi (AKG), Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- [3] Paratmanitya, Y, (2019), Citra Tubuh Asupan Makan dan Status Gizi Wanita Usia Subur Pranikah. *Jurnal gizi klinik Indonesia*, 126-134.
- [4] Susilowati, Kuspriyanto, (2018), Gizi dalam Daur Kehidupan, PT Refika Aditama, Bandung.
- [5] World Health Organization, (2020), *Regional Nutrition Strategy: Addressing Malnutrition and Micronutrient Deficiencies*.
- [6] Kementerian Kesehatan RI, (2018), Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018), Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- [7] Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Timur (2021), Profil Kesehatan Kabupaten Lombok Timur Tahun 2020.
- [8] Patimah, Siti, (2018), Gizi Remaja Putri Plus 1000 Hari Pertama Kehidupan, PT Refika Aditama, Bandung.
- [9] Fauziyah, Anny, (2018), Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Nutrisi Prakonsepsi Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Praktik Konsumsi Makanan Sehat Wanita Pranikah di Kota Tegal, Universitas Indonesia, Jakarta.
- [10] Notoatmodjo, S (2019), Pendidikan dan Perilaku Kesehatan, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- [11] Doloksaribu, LG. Simatupang, AM, (2018). Pengaruh Konsling Gizi Prakonsepsi terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah di Kecamatan Batang Kuis, *Jurnal Online Universitas Islam Sumatera Utara*, 6, 63-73.
- [12] KUA Kecamatan Wanasaba (2023), Register Pernikahan Tahun 2023.
- [13] Yani Yulasri (2020), Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Nutrisi Prakonsepsi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Pranikah di KUA Kecamatan Koto Tangah Kota Padang Tahun 2020, *Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang*, Padang.
- [14] Ramadhaniah, FR, dkk, (2022), Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin Wanita Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan tentang Nutrisi Prakonsepsi, *Jurnal Kebidanan Sorong*, 2, 39-50.
- [15] Surtiati, Rani, (2022), Pengaruh Konseling Pranikah terhadap Pengetahuan dan Sikap Memilih Pasangan Hidup pada Mahasiswa Dewasa Awal, *Jurnal Riset Kesehatan*, 14, 105-113.