

## Hubungan Dukungan Sosial dengan Aktivitas Fisik pada Calon Pengantin = The Relationship between Social Support and Physical Activity on Prospective Bride and Groom

Asa Akmelia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20507037&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Indonesia memeringkat ke-3 untuk AKI dan urutan ke-2 untuk AKB di Asia Tenggara. Namun persiapan masa prekonsepsi calon pengantin yang baik dapat mengurangi jumlah ini. Persiapan fisik merupakan bagian persiapan yang dilakukan calon pengantin dalam menyambut hari pernikahan dan kehidupan rumah tangga. Salah satu kegiatan persiapan adalah manajemen berat badan yang dapat dilakukan dengan aktifitas fisik. Proporsi penduduk kurang aktivitas fisik tertinggi berada di DKI Jakarta. Dukungan sosial dari keluarga atau teman dapat berpengaruh pada perilaku kesehatan seseorang. Penelitian ini mencari gambaran karakteristik calon pengantin serta hubungan antara dukungan sosial dengan aktivitas fisik pada calon pengantin. Penelitian dilakukan dengan rancangan studi cross sectional, desain deskriptif korelatif, dan teknik pengambilan convenience sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner daring pada 239 calon pengantin di DKI Jakarta. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan dukungan teman dengan aktivitas fisik calon pengantin ( $p\text{-value}=0.003$ ). Sebagian besar calon pengantin memiliki dukungan keluarga dan teman yang cukup serta telah melakukan aktivitas fisik sesuai rekomendasi. Namun terdapat sebagian kecil calon pengantin yang memiliki berat badan lebih atau obesitas, mendapat dukungan sosial kurang, serta kurang aktivitas fisik. Disarankan kepada tenaga kesehatan khususnya perawat untuk melakukan berbagai intervensi keperawatan, seperti mempromosikan aktivitas fisik kepada teman kerja atau keluarga dengan calon pengantin untuk mempersiapkan dengan baik kondisi fisik calon pengantin sebelum menikah.

.....Indonesia ranks 3rd for MMR and 2nd for IMR in Southeast Asia. However, good preconception preparation of prospective bride and groom can reduce this number. Weight management as a part of premarital preparation by the couple in welcoming the wedding day as well as the life as spouses is usually done through physical activities or exercises. Meanwhile, it is found that the highest proportion of people or couple with failing rates of physical activity is found in Greater Jakarta. Social support from family or peers can affect one's health behavior. This study attempted to analyze the characteristics of the prospective bride and groom as well as the relationship between social support and physical activity done by the prospects. This study was conducted with cross sectional study design, correlative descriptive design, and convenience sampling technique. Data were gathered through online questionnaire distributed to 239 prospective brides and grooms throughout Greater Jakarta. The analysis showed that there was a relationship between peer support and physical activity of the prospective bride and groom ( $p\text{-value} = 0.003$ ). Most respondents had sufficient support from family and peer, and willingly carried out physical activities according to professionals' recommendations. On the other hand, the results also found small proportion of prospective bride and groom who have insufficient social support and physical activity. It is recommended for health workers, especially nurses, to do various nursing interventions, such as promoting physical activity to peers or family with prospective brides and grooms to properly prepare the physical condition of prospects before marriage.