

# Hubungan antara Strategi Koping dengan Status Gizi dan Kesejahteraan Psikologi pada WUS Pranikah di Kabupaten Bantul

Wiji Indah Lestari<sup>1</sup>, Yhona Paratmanitya<sup>2</sup>, Rosma Fyki Kamala<sup>3</sup>

Email: [Wijiindah95@gmail.com](mailto:Wijiindah95@gmail.com)

## INTISARI

**Latar Belakang :** Wanita Usia Subur (WUS) merupakan calon ibu yang harus diperhatikan status kesehatannya, termasuk status gizinya. Dalam rentang usia tersebut baik masa remaja maupun dewasa muda merupakan masa peralihan atau transisi dimana seseorang belum stabil secara psikologis. Sehingga rentang mengalami stress. Stres berhubungan dengan peningkatan berat badan dan penurunan berat badan yang berpengaruh terhadap status gizi. Oleh karena itu WUS perlu melakukan penanggulangan atau usaha untuk mengolah stresor melalui strategi koping untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang baik

**Tujuan Penelitian :** Diketuinya hubungan antara Strategi koping dengan status gizi dan kesejahteraan psikologis WUS Pranikah di Kabupaten Bantul.

**Metode Penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan metode Quota sampel, jumlah responden sebanyak 190 WUS Pranikah di Kabupaten Bantul. Analisis menggunakan uji *Chi-Square*.

**Hasil Penelitian :** Hasil Uji *Chi-Square* variabel strategi koping dengan status gizi ( $p = 0,091$ ), strategi koping dengan kesejahteraan psikologis ( $p=0,15$ ), strategi koping aktif dengan status gizi ( $p = 0,318$ ), strategi koping pasif dengan status gizi ( $p = 0,875$ ), strategi koping aktif dengan kesejahteraan psikologis ( $p = 0,018$ ), dan strategi koping pasif dengan kesejahteraan psikologis ( $p = 0,596$ ).

**Kesimpulan:** Tidak ada hubungan yang bermakna antara strategi koping dengan status gizi ( $p > 0,05$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara strategi koping dengan kesejahteraan psikologis ( $p = >0,05$ ), ada hubungan yang bermakna antara strategi koping aktif dengan kesejahteraan psikologis ( $p < 0,05$ ), tidak ada hubungan yang bermakna antara strategi koping aktif dan pasif dengan status gizi dan tidak ada hubungan yang bermakna antara strategi koping pasif dengan kesejahteraan psikologis ( $p > 0,05$ ).

**Keyword :** WUS Pranikah, Strategi koping, Kesejahteraan psikologis, status gizi.

<sup>1</sup> Mahasiswa Ilmu Gizi Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2</sup> Pembimbing 1 dan Ketua Program Studi S1 Ilmu Gizi Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>3</sup> Pembimbing 2 dan Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

# **The Association Between Coping strategies With Nutritional Status And Psychological Well-Being In Women Of Reproductive Age (WUS) Pre-Merried Age In Bantul Regency**

Wiji Indah Lestari<sup>1</sup>, Yhona Paratmanitya<sup>2</sup>, Rosma Fyki Kamala<sup>3</sup>

## **ABSTRACT**

**Background:** *Women of reproductive age (WUS) is a prospective mother that must be awared of the health status, including the nutritional status. One of the most important events happening to WUS is marriage. In that range age, both adolescence nor young adulthood are the transitional periods which someone is not in psychologically stable, so that susceptibles to be stress. Stress is associated with weight gain and weight loss that affects nutritional status. Therefore, WUS needs to do the prevention or effort to process stressors through coping strategies to achieve a good psychological well-being.*

**Objectives:** Knowing the association between Coping strategies (active and passive) with nutritional status and psychological well-being in women of reproductive age (WUS) pre-merried age in Bantul Regency.

**Methods:** This was an observational study with cross sectional design. This research sampling used Quota method of sample, with 190 respondents. The analysis of this research is used Chi-Square Test.

**Result:** The result of Chi-Square test of active coping strategies variable with nutritional status ( $p = 0,318$ ), passive coping strategies with nutritional status ( $p = 0,875$ ), active coping strategies with psychological well-being ( $p = 0,018$ ), and passive coping strategies with psychological well-being ( $p = 0,596$ ).

**Conclusion:** There is a significant association between active coping strategies and psychological wellbeing ( $p < 0.05$ ), there are not significant association between both active and passive coping strategies with nutritional status and psychological well-being ( $p > 0.05$ ).

**Keywords:** Women of reproductive age (WUS), coping strategies, psychological well-being, nutritional status.

---

<sup>1</sup> Nutrition Science Student of Alma Ata University Yogyakarta

<sup>2</sup> Supervisor 1 and Head of Nutrition Science Departement of Alma Ata Universitاسity Yogyakarta

<sup>3</sup> Supervisor 2 and Lecturer of Alma Ata University Yogyakarta

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Wanita Usia Subur (WUS) didefinisikan oleh Kementerian Kesehatan RI sebagai wanita yang berada dalam periode umur antara 15 – 49 tahun tanpa memperhitungkan status perkawinannya. Definisi tersebut tercantum dalam surat Keputusan Sekretaris Jenderal Kementerian Kesehatan Nomor HK.03.01/VI/432/2010 tentang Data Sasaran Program Kementerian Nomor Kesehatan Tahun 2010. Jumlah WUS di Indonesia berdasarkan data sasaran tersebut sebanyak 66.326.200 jiwa, dan untuk Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) adalah sejumlah 1.409.527 jiwa. Jumlah WUS di setiap daerah rata-rata mencapai sepertiga bagian dari total populasi di daerah tersebut.

Wanita Usia Subur (WUS) sebagai calon ibu merupakan kelompok rawan yang harus diperhatikan status kesehatannya, terutama status gizinya. Kualitas generasi penerus akan ditentukan oleh kondisi kesehatan ibunya sejak sebelum dan selama hamil karena akan berkaitan erat dengan kualitas kehamilan dan bayi yang dilahirkan (1). Kesehatan pra konsepsi menjadi sangat perlu diperhatikan karena akan berkaitan erat dengan *outcome* kehamilannya.

Sebuah penelitian kohort pada wanita di Cina (2) menunjukkan bahwa indeks massa tubuh (IMT) 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 negative 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 (3). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kabupaten Bantul pada Wanita Usia Subur Pranikah menunjukkan bahwa prevalensi status gizi kurang pada Wanita Usia Subur di Kabupaten Bantul sebanyak 23,5 %, kemudian untuk prevalensi gizi lebih sebanyak 22,1 % dan untuk prevalensi anemia sebanyak 44,1 % (4).

Salah satu peristiwa penting yang umumnya terjadi pada masa usia subur adalah pernikahan. Rata-rata usia wanita menikah di Indonesia pada rentang tahun 1992 – 2005 adalah berkisar 20 – 25 tahun (5). Menurut teori psikologi perkembangan, dalam rentang usia tersebut seorang wanita sedang berada pada masa dewasa muda, dimana pada periode ini seseorang paling banyak mengalami perubahan dan penyesuaian dalam perkawinan (6). Secara umum, mereka yang tergolong dewasa muda (*young adulthood*) ialah mereka yang berusia 20 – 40 tahun (7). Menurut (8) menyatakan bahwa masa dewasa awal ini tidak terlalu jelas berbeda

dari masa remaja. Baik masa remaja maupun masa dewasa muda merupakan masa peralihan atau transisi dimana seseorang belum stabil secara psikologis. Oleh karena itu, masa WUS ini sangat rentan mengalami stress apalagi keputusan untuk menikah bisa juga memunculkan berbagai permasalahan, tekanan, tuntutan, atau situasi lain yang tidak menyenangkan karena kurangnya persiapan sehingga berpotensi menimbulkan stress. Menurut (9) memperjelas bahwa perubahan yang mendadak termasuk di dalamnya perubahan akibat menikah dapat memicu stress. Stress berhubungan dengan peningkatan berat badan dan penurunan berat badan, salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah faktor individu yaitu psikologis, contohnya adalah terjadinya kenaikan berat badan saat menghadapi situasi stress yang tinggi sehingga memunculkan perubahan pola makan dapat menjadi berlebihan untuk menghilangkan stress atau sebaliknya. Laju basal metabolic seseorang berpengaruh terhadap status gizi seseorang karena hal ini menentukan seberapa energy yang dibutuhkan per harinya (10).

System pencernaan penderita stress kemungkinan terganggu sehingga penderita tidak berselera makan karena merasa mual dan muntah-muntah (11). Pada kondisi stress produksi hormone kortisol berlebihan, produksi kortisol yang berlebih akan mengakibatkan sulit tidur, depresi, tekanan darah menurun, yang kemudian akan membuat individu tersebut menjadi lemas, dan nafsu makan berlebih (12).

Berdasarkan hasil penelitian (13) tentang gambaran tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa Teknik Arsitektur UI 2012 yang di ukur menggunakan *Sheldon Cohen Perceived Stress Scale* terdapat hubungan tingkat stress dengan frekuensi konsumsi makanan cepat saji, tinggi lemak, dan tinggi gula. Enam puluh koma lima persen responden dengan stress tinggi lebih sering mengkonsumsi makanan cepat saji, tinggi lemak, dan tinggi gula, dibanding dengan responden yang memiliki tingkat stress rendah yaitu 36, 7%. Gejala umum yang dialami individu yaitu gejala perilaku makan yang tidak normal (kelebihan) sebagai pelampiasan, mengarah pada obesitas dan perilaku makan yang tidak normal (kekurangan) sebagai bentuk penarikan diri dan kehilangan berat badan secara tiba-tiba (14).

Oleh karena itu, Wanita Usia Subur yang akan menikah perlu melakukan penanggulangan atau usaha dalam mengolah stressor sehingga mereka dapat bertahan atau mengurangi dampak negatif yang sekiranya berpengaruh pada kelangsungan hidupnya (15). Menurut (16) menyatakan bahwa saat seseorang berada dalam situasi terancam, maka respon koping perlu segera dibentuk. Koping digunakan untuk mempertahankan stabilitas intrapsikis selama menghadapi *stressor* (17).

Strategi koping yang digunakan oleh individu dipengaruhi baik oleh sumber koping maupun pilihan-pilihan yang tersedia (18). Penilaian individu terhadap situasi menekan sebagai situasi berbahaya dan dikontrol akan memunculkan koping berfokus pada emosi sedangkan penilaian terhadap situasi tidak berbahaya dan terkontrol akan memunculkan koping berfokus pada masalah. Namun, kedua bentuk koping tersebut dapat menurunkan tekanan psikologis dan menggiring pada kesejahteraan psikologis.

Penelitian yang dilakukan oleh (19) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stress dan kesejahteraan psikologis. (19) juga menyatakan bahwa untuk mencapai Kesejahteraan psikologis yang baik, individu harus terbebas dari stress, maka individu akan melakukan koping. Seseorang dikatakan memiliki Kesejahteraan psikologi yang tinggi jika dia merasa puas dengan kehidupan yang dijalani.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mengetahui hubungan antara Strategi koping, dan status gizi dengan kesejahteraan psikologi pada wanita usia subur pranikah di Kabupaten Bantul.

## **B. Perumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini, antara lain :

1. Apakah ada hubungan antara Strategi koping dengan status gizi pada WUS pranikah di Kabupaten Bantul ?
2. Apakah ada hubungan antara Strategi koping dengan Kesejahteraan psikologis pada WUS pranikah di Kabupaten Bantul ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan Strategi koping dengan status gizi dan Kesejahteraan psikologis pada WUS di Kabupaten Bantul.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran Strategi koping pada WUS pranikah di Kabupaten Bantul.
- b. Untuk mengetahui hubungan Strategi koping dengan status gizi pada WUS pranikah di Kabupaten Bantul.
- c. Untuk mengetahui hubungan Strategi koping dengan Kesejahteraan Psikologi pada WUS pranikah di Kabupaten Bantul.



#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peneliti melalui pengalaman dan penerapan ilmu yang bermanfaat di komunitas.

2. Manfaat Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi kepustakaan mengenai faktor yang dapat mempengaruhi status gizi dan cara Strategi koping pada WUS pranikah.

3. Manfaat Bagi Dinas Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi yang bermanfaat sehingga menjadi masukan dalam peningkatan program gizi dan kesehatan yang ditargetkan pada WUS pranikah.

## E. Keaslian Penelitian

| No | Peneliti                 | Judul Penelitian   | Metode Penelitian  | Hasil Penelitian   | Perbedaan dan Persamaan dengan penelitian  |
|----|--------------------------|--|--|--|--|
| 1  | Cahyani I, R (2016) (20) | Hubungan antara status stress psikososial dengan konsumsi makanan dan status gizi remaja di SMAN 2 Jember.                                 | Peneliti ini merupakan penelitian observasional analitik dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> . Populasi siswi – siswi sebanyak 312 siswi. pemilihan sampling menggunakan teknik <i>simple random sampling</i> . | Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara status stress psikososial dengan status gizi remaja SMA N 2 Jember dengan $p\text{ value } (0,004) < \alpha (0, 05)$   | <b>Perbedaan</b> penelitian ini adalah terdapat pada variabel independent. variabel independent adalah status stress psikososial. <b>Persamaan</b> pada penelitian ini adalah pada variabel dependent yaitu status gizi. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> . |
| 2  | Sinaga (2012) (21)       | Hubungan antara <i>Strategi koping</i> dan <i>psychological well being</i> pada orang tua yang memiliki anak tuna ganda usia 6 – 12 tahun. | Peneliti ini menggunakan penelitian kuantitatif, tipe penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian korelasional. Dengan jumlah sampel sebanyak 31 orang tua yang memiliki anak tuna ganda. Pada                               | Hasil dari penelitian ini dianalisis menggunakan <i>One – Way Analysis of Variance (ANOVA)</i> menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara <i>Strategi koping</i> dan <i>psychological well being</i> dengan nilai korelasi <i>Strategi</i> | <b>Perbedaan</b> pada penelitian ini adalah subyek penelitian ini pada orang tua yang memiliki anak tuna ganda usia 6- 12 tahun. hasil di analisis menggunakan <i>One – Way Analysis of Variance (ANOVA)</i> . Pada penelitian ini tidak melihat status gizi. <b>Persamaan</b> pada penelitian ini adalah pada variabel independent        |

|    |                           |  |   |   |   |
|----|---------------------------|--|---|---|---|
|    |                           |  | penelitian ini teknik <i>sampling</i> yang digunakan yaitu <i>non-probability sampling</i> .  | <i>koping</i> berfokus emosi sebesar 14, 1 % dan <i>Strategi koping</i> berfokus masalah sebesar 10, 8 % terhadap <i>psychological well being</i> .   | yaitu <i>Strategi koping</i> dan variabel dependent yaitu <i>psychological well- being</i> . Teknik pengambilan sampling menggunakan <i>non-probability sampling</i> .  |
| 3  | Zulfitri R (2015) (22)    | Pengaruh kesejahteraan psikologi lansia terhadap status gizi lansia di kelurahan meranti pandak pekanbaru. | Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kolerasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i> dengan jumlah sampel sebanyak 84 lansia yang di ambil menggunakan teknik <i>proportional cluster sampling</i> . variabel independent yaitu kesejahteraan psikologis, variabel dependent yaitu status gizi. | Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan <i>chi square</i> . hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara faktor kesejahteraan psikologi terhadap status gizi lansia dengan <i>p value = 0, 511</i> ( <i>p value &gt; 0, 05</i> ). | <b>Perbedaan</b> penelitian ini adalah pada variabel independen. variabel independent yaitu <i>psychological well- being</i> . metode pengambilan sampling yang digunakan adalah penelitian ini adalah <i>proportional cluster sampling</i> . Subyek yang diteliti adalah lansia.<br><b>Persamaan</b> pada penelitian ini adalah pada variabel dependent yaitu status gizi. Merupakan jenis penelitian dengan pendekatan <i>cross sectional</i> yang hasilnya di analisis menggunakan uji <i>Chi Square</i> . |
| 4. | Paramanitya Y (2011) (23) | Citra tubuh, asupan makan dan status gizi Wanita Usia Subur  | Penelitian ini merupakan jenis penelitian   | Hasil penelitian ini dianalisis dengan uji  | <b>Perbedaan</b> penelitian ini adalah pada variabel dependet yaitu citra tubuh dan asupan makan. metode  |

---

|                             |  |   |   |
|-----------------------------|--|---|---|
| Pranikah di Kota Yogyakarta | observasional dengan rancangan <i>cross sectional</i> dengan subyek penelitian berjumlah 157 orang yang diambil dengan metode <i>Quota Sampling</i> , yang merupakan salah satu jenis <i>nonprobability sampling</i> . | <i>Chi Square</i> , uji-t, dan regresi logistic ganda menggunakan program komputer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan status gizi secara statistic ( $p > 0,05$ ), sedangkan asupan makan dengan status gizi hubungannya bermakna ( $p < 0,05$ ). | pengambilan sampling yang digunakan adalah <i>Quote sampling</i> . <b>Persamaan</b> pada penelitian ini adalah pada variabel dependent yaitu status gizi pada WUS Pranikah. Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan uji <i>Chi Square</i> . |
|-----------------------------|--|---|---|

---



## DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). 2011. *Batasan dan Pengertian MDK*. Diakses pada 25 Desember 2017. Available from: <http://aplikasi.bkkbn.go.id/mdk/BatasanMDK.aspx>.
2. Ronnenberg, A.G., Wang, X., Xing, H., Chen, C., Chen, D., Guang, W., et al. Low preconception body mass index is associated with birth outcome in a prospective cohort of Chinese women. *J. Nutr.* 2003; 133: 3449-3455.
3. Erica G. Childbearing and Obesity in Women: Weight Before, During and After Pregnancy. *Obstet Gynecol Clin North Am.* 2009;36(2): 317.
4. Yhona Paramanitya, Siti Suliyah, Lis Nirrotun Nisa. Faktor- Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Calon Pengantin Wanita di Kabupaten Bantul [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Alma Ata; 2017.
5. Statistik Indonesia. (2010)*Rata-rata Umur Perkawinan menurut Daerah dan Jenis Kelamin Indonesia, 199 – 2005*. Diakses pada 25 Desember 2017. Available from: <http://www.datastatistik-indonesia.com>.
6. Hurlock, E.B. *Psikologi Perkembangan. Suatu Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima*. Alih Bahasa : Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta : Erlangga: 1980.
7. Dariyo, A. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta : PT Grasindo; 2003.
8. Monks, F. J., Knoers, A.M.P. & Haditono, S.R. *Psikologi Perkembangan. Pengantar Dalam Berbagai Bagianya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2002.
9. Atkinson, Rita L, dkk. *Pengantar psikologi Jilid 1*. Tangerang: Interaksara: 2010.
10. Guyton, Arthur C, John EH. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC; 2008.
11. Nadeak, T. A. U., Siagian, A., Etti. (2013). Hubungan Status Stres Psikososial Dengan Konsumsi Makanan dan Status Gizi Siswa SMU Methodist-8 Medan. Fakultas Kesehatan Masyarakat Departement Gizi Kesehatan Masyarakat USU Medan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia Vol.9 No.2* . [serial online]. Diakses pada 25 Desember 2017. Available from: <http://etd.repository.ugm.ac.id/pdf>.
12. Shara, K., & Soedijono, S. (2012). Faktor Resiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. [Serial online]. Diakses pada 25 Desember 2017. Available from: <http://lp3m.thamrin.ac.id/pdf>
13. Nadya, M. P. (2012). Hubungan Stres dan Faktor Lainnya dengan Konsumsi Makanan Mahasiswa Departement Arsitektur Fakultas Teknik Universitas Indonesia Program Gizi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. *Skripsi*. [Serial online]. Diakses pada 26 Desember 2017). Available from: <http://lib.ui.ac.id/pdf>.

14. Waluyo, M. *Psikologi Teknik Industri*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2009.
15. Siswanto. *Kesehatan Mental; Konsep Cakupan dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Penerbit C.V ANDI OFFSET; 2007.
16. Taylor L, La Mone. *Fundamental of nursing: the art and science of nursing care B*. Third Edition. Philadelphia: Lippincott; 1997.
17. Cushway, Barry. *Human Resource Management*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo; 1996.
18. Lazarus, R.S., & Folkman, S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company; 1984.
19. Ryff, C.D. Psychological well-being in adult life. *Current Direction in Psychological Science*. 1995; 4, 99-104.
20. Irma Rahmi C. Hubungan Antara Status Psikososial dengan Konsumsi Makanan dan Status Gizi Remaja di SMAN 2 Jember [Skripsi]. Jember: Universitas Jember; 2016.
21. Junita Sinaga. Hubungan Antara *Strategy Coping* dan *Psychological Well-Being* Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Tuna Ganda Usia 6-12 Tahun [Skripsi]. Depok: Universitas Indonesia; 2012.
22. Reni Zulfitri. Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Lansia Terhadap Status Gizi Lansia Di Kelurahan Meranti Pandak Pekanbaru [Skripsi]. Riau: Universitas Riau; 2015.
23. Paramanitya Y, Hadi H. Citra Tubuh, Asupan makan dan Status Gizi Wanita Usia Subur (WUS) Pranikah Di Kota Yogyakarta. *Journal Universitas Gadjah*, 2012; 8 (3):126-34.
24. World Health Organization. *Woman and Health: Today's evidence, Tomorrow Agenda Chapter 4*. Geneva: WHO; 2009.
25. World Health Organization. *Adolescent Nutrition: A review of Situation in Selected South-East Asian Countries*. Thailand: WHO; 2006.
26. Santrock, J. W. *Life span development. 7<sup>th</sup> edition*. Boston. Mc. Graw; 1999.
27. Werner, A., Ulldbjreg, N., Zachariae, R. & Nohr, E.A. Effect of self-hypnosis on duration of labor and maternal and neonatal outcomes: a randomized controlled trial. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 2012; 92(7): 816-23.
28. Borell, L/N., & Samuel, L. Body mass index categories and mortality risk in US adult: The effect of overweight and obesity on advancing death. *American Journal of Public Health*, 2014;104: 512-519.
29. Jokela, Markus. Obesity and common mental disorders: Examination of The Association Using Alternative Longitudinal Models in The Whitehall II Prospective Cohort Study. *Thesis*. University College London Research Departement of Epidemiology And Public Health; 2012.
30. Almatsier S. *Penilaian Status Gizi: Gizi Seimbang dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum; 2011.
31. Supariasa IDN dkk. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC; 2012.
32. Brown JE. *Nutrition Through Life Cycle*. USA: Thomson Wadsworth; 2005.

33. Center for Disease Control and Prevention. (2000). *BMI for age growth charts*. Diakses pada 26 Desember 2017. Available from: [http://www.cdc.gov/growthcharts/clinical\\_charts.htm](http://www.cdc.gov/growthcharts/clinical_charts.htm).
34. Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC; 2002.
35. UNICEF. *The State of The World's Children*. Oxford: Oxford University Press; 1998.
36. Zudhy, N. *Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Pelajar putri SMA Kelas X Denpasar Utara*. Denpasar: Universitas Udayana; 2015.
37. Bukit P. *Dampak Penyakit Infeksi Terhadap Status Gizi dan Respons Imun*. Jakarta: Majalah Kedokteran FK-UKI XVII No. 41; 1999.
38. Gibney, M.J., et al. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC; 2009.
39. Arisman. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2010.
40. Lazarus R, Folkman S. If it Changes, It Must be a Process Study of emotional and Coping During Three Satges of College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1984; 48: 150-170.
41. Keliat, B.A. *Penatalaksanaan Stres*. Jakarta : EGC; 1999.
42. Dewi, I. S. Kesiapan Menikah pada Wanita Dewasa Awal yang Bekerja [Skripsi]. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara; 2006.
43. Moos. R.H. *Coping responses inventory*. California: Psychological Assessment Resource, Inc; 1993.
44. Kirchner, B., Forns, M., Munoz, D., Pereda, N. (2008). Psychometric Properties and Dimensional Structure of the Spanish Version of the Coping Responses Inventory- Adult Form. *Psicothema*. Diakses pada 26 Desember 2017. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18940101>.
45. Kozier, B., Berman, A., Snyder, S.J., Erb., . Kozier & Erb's *Fundamental of Nursing Concept, Process, and Practice 8 th Edition*. New Jersey: Perason; 2008.
46. Parker, K. R., Coping in stressful Episodes: The Role of Individual Differences, Environmental Factor, and Situational Characteristic. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986; 51 (16) : 1277-1292.
47. World Health Organization. *Mental Health Atlas*. Geneva: WHO; 2005.
48. Adler, J. *Aristotle's Ethics: The Theory of Happiness-I*. Illinois University Press; 2003.
49. Wood, A., Joseph, S., & Maltby, J. Gratitude uniquely predicts satisfaction with life: Incremental validity above the domains and facets of the five factor model. *Personality and Individual Differences*. 2008; 45 (1), 49-54. doi:10.1016/j.paid.2008.02.019.
50. Corsini, Ray. *The Dictionary of Psychology*. London: Brunner/Rout Ledge; 2002.



51. Ryff, C. D., & Singer, B. Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implication for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1996; 14-23.
52. De Lazzari, S.A. *Emotional intelligence, meaning, and psychological well-being: a comparison between early and late adolescence*; 2000.
53. Liwarti. Hubungan pengalaman spiritual dengan *psychological well-being* pada penghuni lembaga permasyarakatan. *Jurnal sains dan praktik psikologi*, Magister Psikologi UMM, ISSN; 2013.
54. Ryff, C. D. Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 2014; 83, 10-28.
55. Ryff, C. D. Happiness is everything or is it? :explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality & Social Psychology*, 1989; 5,1069-1081.
56. Ryff, C. . & Keyes, C. L. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1995; 9 (4), 719-727.
57. Ryan, R. M., & Deci, E. L. On Happiness and Human Potentials: A review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Reviews*, 2001; 141-166.
58. Adler, N. E., Marmot, M., McEwen, B. S., & Stewart, J. *Socioeconomic Status and Health in Industrialized Nations: Social Psychological, and Biological Pathways*. New York : New York Academy of Sciences. 1999; vol: 896.
59. Grant, S., & Anglim, J. The big five traits as predictors of subjective and psychological well-being. *Psychological reports*. 2009; 105 (1), 205-231. Doi: 10.2466/pr0.105.1.205.231.
60. Chaturvedula, S., & Joseph, C. Dimensions of psychological well-being and personality in military aircrew : a preliminary study. *Ind J Aerospace Med*, 2007; 17-27.
61. Moe K. Factor influencing woman's psychological well-being within a positive function framework. *Disertation : unpublished*. Lexington – Kentucky : University of Kentucky; 2002.
62. Garcia, D., Nima, A.A., & Kjell, O.N.E. The affective profile, psychological well-being and harmony : environmental mastery and self-acceptance predict the sense of harmonious life. *PeerJ*, 2014; 1-21. Doi : 10.7717/peerj.259.
63. Abbot, R.A., Croudace, T.J., Ploubidis, G.B., Kuh, D., Richard, M., & Huppert, F.A. (2008). The relationship between early personality and midlife psychological well-being : evidence from UK birth cohort study *Journal Social Psychiatric Epidemiology*, 43: 679. Doi : 10.1007/s00127-008-0355-8.
64. Hayat, I., & Zafar, M. (2015). Relationship between psychological well-being and coping strategies among parents with down syndrome children. *International Journal of Humanities & Social Science*, Vo; 5, 7, SSN 2220-8488.

65. Yunus, J. b., & Mahajar, A. J. Stress and Psychological Well- Being of Government Officers in Malaysia. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*, 2011;7: 40-50.
66. Nikmat, A. W., Mohammad, M., Omar, A., & Razali, S. *Psychological Well-Being Stress, and Coping Style Among Pre Clinical Medical Students*. Selangor :Institute of Research, Development and Commercialization, University Teknologi Mara; 2010.
67. Qiao, G., Li, S., & Hu, J. Stress, Coping, and Psychological Well- Being among new Graduate Nurses in China. *Home Health Care Management Practice*, 2011; 398-345.
68. Machfoedz, I. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Fitramaya; 2014.
69. Nursalam. *Metodologi Ilmu Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika; 2013.
70. Lemeshow, S., Hosmer, D.W.Jr., Klar, J., & Lwanga, S.K. *Besaran Sampel dalam Penelitian Kesehatan*. Terjemahan Pramono, D., Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 1997.
71. Kumar, R. *Research Methodology. A Step-By-Step Guide for Beginners*. London: Sage Publications; 1999.
72. Saryono. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press; 2008.
73. Hidayat.A.A.A. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
74. Latif Nurrohman. Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Pada *Family Caregiver* Pasien Hemodialisis Di RSUP DR. Sardjito Yogyakarta [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada; 2017.
75. Astrini Arimurti Suhita. Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Wanita Menikah Dengan Gangguan Fertilitas Idiopatik Melalui Terapi *Narima Ing Pandum* [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada; 2017.
76. Arisandi, D., Setiyarini, S., Haryani. Hubungan Strategi Koping dengan *Anticipatory Grief* Keluarga Pasien Kanker Tahap Terminal di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta[Skripsi]. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran UGM; 2012.
77. Bahri, S & Zamzam, F. *Model Penelitian Kuantitatif Berbasis SEM-AMOS*. Yogyakarta:Deepublish; 2015.
78. Notoatmojo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
79. Dahlan, M. Sopiudin. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika ; 2009.
80. Hidayat, *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*, Jakarta: Salemba Medika; 2008
81. Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Bantul. 2016. *Jumlah Penduduk Kabupaten Bantul*. Diakses pada 25 Juni 2018.

82. Hahn, K.A., Wise, L.A., Riis, A.H., Mikkelsen, E.M., Rothman, K.J., Banholzer, K. et al. Clinical Epidemiology. Correl Menstrual Cycle Charact among Nulliparous Danish Women; 2013. 5:311-9. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3751379>.
83. Suryani D. Hubungan Malaria, Kecacingan dan Asupam zat besi dengan Kadar Hemoglobin Anak Sekolah Dasar diKecamatan Teluk Segara Kota Bengkulu. Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat. Tesis.
84. Zalfa, Khulaimata. Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Strategi Coping pada Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang [Skripsi]. Malang: Fakultas Psikologi UIN Maulana Ibrahim Malang; 2009.
85. Taylor, S.E. *Healt Psycology*,. 6<sup>th</sup> Ed. Singapore. MC. Graw hill Book Company; 2006.
86. Wijayanti, H. & Nurwiyanti, F. 2010. Kekuatan Karakter dan Kebahagiaan pada Suku Jawa. *Jurnal Psikologi* 3(3): 114-122.
87. Ana, M., Hamam, H., I Dewa Putu, P. Hubungan antara Asupan Energi, Asupan Lemak, dan Obesitas Pada Remaja Siswa-Siswi SLTP di Kota Yogyakarta dan di Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. 2005; 1 (3): 119-129.
88. Stone,A.A, & Neale, J. M. New measure of daily coping: Development and primary result. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1984; 46(4), 492-906.