

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi gizi lebih semakin meningkat terutama pada kelompok wanita usia subur (WUS). Banyak faktor berpengaruh terhadap gizi lebih. Tujuan penelitian adalah menganalisis determinan gizi lebih pada wanita usia subur (15-49 tahun) di Kelurahan Solok Sipin wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi.

Metode: Desain penelitian *cross sectional*, jumlah sampel 108 WUS dipilih menggunakan *proportionate random sampling*. Variabel independen adalah pekerjaan, riwayat keluarga, konsumsi makanan dan minuman berisiko, aktivitas fisik, durasi tidur, dan stres, sedangkan variabel dependen adalah gizi lebih dengan IMT > 25. Pengumpulan data menggunakan kuesioner FFQ, IPAQ, DASS 42 dengan wawancara, pengukuran berat dan tinggi badan. Analisis data menggunakan *chi-square* dan *cox regression*.

Hasil: Proporsi gizi lebih pada WUS sebesar 23,1%. WUS bekerja 33,3%, punya riwayat keluarga 34,3%, sering mengonsumsi makanan dan minuman berisiko 56,5%, aktivitas fisik ringan 84,3%, durasi tidur < 7 jam 47,2%, dan stres 39,8%. Ada hubungan pekerjaan (PR: 2,167; 95%CI = 1,103-4,255), riwayat keluarga (PR: 2,442; 95%CI = 1,234-4,832), konsumsi makanan dan minuman berisiko (PR: 3,082; 95%CI = 1,249-7,604), dan stres (PR: 2,687; 95%CI = 1,308-5,521) dengan gizi lebih. Faktor dominan gizi lebih pada WUS adalah pekerjaan (PR: 2,479; 95%CI = 1,106-5,553) setelah dikontrol riwayat keluarga, durasi tidur, dan stres.

Kesimpulan: Determinan gizi lebih pada WUS adalah WUS bekerja, punya riwayat keluarga, durasi tidur < 7 jam, dan stres. Pekerjaan merupakan faktor dominan gizi lebih. Disarankan WUS bekerja menerapkan pola makan gizi seimbang serta mengelola stres dengan baik terutama pada WUS punya riwayat keluarga.

Kata Kunci: Gizi Lebih, Wanita Usia Subur, Pekerjaan