

Micajo Poltekkes Kemenkes Semarang

shinta

-  2025
-  Micajo artikel
-  Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3304608990

Submission Date

Jul 29, 2025, 4:06 PM GMT+7

Download Date

Jul 29, 2025, 4:14 PM GMT+7

File Name

12817-42861-1-CE.docx

File Size

143.9 KB

8 Pages**3,245 Words****20,569 Characters**

26% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Small Matches (less than 8 words)
- Submitted works
- Internet sources

Top Sources

- 0%  Internet sources
- 26%  Publications
- 0%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

0%	Internet sources
26%	Publications
0%	Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Publication	Sri Jaelani, Sitawati Sitawati. "Efforts to Prevent Chronic Energy Deficiency Throu...	3%
2	Publication	Niken Ghurotul Basaria, Endah Mulyani. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tenta...	3%
3	Publication	Miranda Zerlina, Wardina Humayrah. "Hubungan Kesadaran dan Pengetahuan Gi...	2%
4	Publication	Firda - Fibrila, M. - Ridwan, Herlina - Herlina. "The Relationship between Knowled...	2%
5	Publication	Muhammad Taupik, Zul Fikar Ahmad, Andi Mursyidah, St. Surya Indah Nurdin. "P...	1%
6	Publication	Suci Yanuarti, Yenny Moviana, Mira Mutiyani, Gurid PE Mulyo, Nitta Isdiany. "GA...	1%
7	Publication	Mutmainnah, Sitti Patimah, Septiyanti. "Hubungan KEK dan Wasting dengan Kej...	1%
8	Publication	Winarsih, Ismarwati. "Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencega...	<1%
9	Publication	Nindi Anisa Putri, Dela Miranda, Abdullah, Afiska Prima Dewi. "Analisis Determin...	<1%
10	Publication	Tri Khayatunnisa. "HUBUNGAN ANTARA KURANG ENERGI KRONIS (KEK) DENGAN ...	<1%
11	Publication	Hanifatul Hikmah, Yuni Puji W, Istioningsih Istioningsih. "Faktor Maternal dan Po...	<1%

12	Publication	Oktarina Sri Iriani,, Dian Purnama Sari, Rosita, Haidir Syafrullah, Dini Sandi Arda...	<1%
13	Publication	Imade Suarjana. "Kurang Energi Kronik (KEK) Remaja Putri Pelajar SMU/SMK dI K...	<1%
14	Publication	Abdullah Syafei, Lulu'ul Badriyah. "Literasi Gizi (Nutrition Literacy) dan Hubunga...	<1%
15	Publication	Milenia F.A.V. Lahade, Anna H. Talahatu, Marselinus Laga Nur. "HUBUNGAN PEN...	<1%
16	Publication	Diki Muhammad, Almasyhuri Almasyhuri, Lusi Agus Setiani. "Evaluasi Tingkat Ke...	<1%
17	Publication	Imelda Telisa, Eliza Eliza. "Asupan zat gizi makro, asupan zat besi, kadar haemogl...	<1%
18	Publication	Min Yatul Rahma, Arcivid Chorynia Ruby. "Efektivitas Pelatihan Mindful Parenting...	<1%
19	Publication	Onih Caniago, Tuti Asrianti Utami, Fulgensius Surianto. "FAKTOR YANG MEMPEN...	<1%
20	Publication	Afiska Prima Dewi, Abdullah, Amali Rica Pratiwi, Febi Febriana Kusnaldi, Siska D...	<1%
21	Publication	Cahya Ningsih, Rifatul Masrikhiyah. "Hubungan Pendapatan, Tingkat Pendidikan ...	<1%
22	Publication	William T. Scott, Enden Dea Nataya, Clara Belzer, Peter J. Schaap. " Metabolic mod...	<1%
23	Publication	Dewi Rianasari, Nawang Sari, Robbayani Robbayani, Soeresmi Soeresmi et al. "Pe...	<1%
24	Publication	Lenna Maydianasari, Nonik Ayu Wantini, Jacoba Nugrahaningtyas Wahjuning Uta...	<1%
25	Publication	Muhamad Albani, Suyudi Arif, Sofian Muhlisin. "Pemanfaatan Limbah Anorganik ...	<1%

26	Publication	Deya Nadya Istiqomah, Yasir Farhat, Rahmani. "The Relationship Between The Le...	<1%
27	Publication	Gusti Permatasari, Gunung Setiadi, Arifin Arifin. "Hubungan Pengetahuan, Sikap ...	<1%
28	Publication	M. Soeprijadi Djoko Laksana. "PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN GENERATIF DIS...	<1%
29	Publication	Muntikah Muntikah, Iskari Ngadiarti, Sa'diah Multi Karina, Trina Astuti, Syarief D...	<1%
30	Publication	Weni Kurnia Sari, Sri Nova Deltu. "Sosialisasi tentang Pentingnya Tingkat Penget...	<1%
31	Publication	"1st Annual Conference of Midwifery", Walter de Gruyter GmbH, 2020	<1%
32	Publication	Andi Ihtirami, Andi Sitti Rahma, Andi Tihardimanto. "HUBUNGAN POLA MAKAN T...	<1%
33	Publication	Anis Setyowati, Lina Ratnawati, Rizka Mar'atus Sholichah. "Analisis Kuantitas Kun...	<1%
34	Publication	Khairul Anam, Norfai Norfai, Meilya Farika Indah. "Edukasi Gizi Spesifik Sebagai G...	<1%
35	Publication	Nurul Husnul Lail. "Hubungan Status Gizi, Usia Menarche dengan Dismenorea pa...	<1%
36	Publication	Putri Aulia Arza. "Pengaruh edukasi gizi berbasis media social terhadap kebiasaa...	<1%
37	Publication	Rini Wulandari Rini, Icha Dian Nurcahyani, St. Masithah, Kurnia Yusuf, Syafruddin...	<1%
38	Publication	Sofiyati Sofiyati. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan ...	<1%
39	Publication	Yeyen Putriana, Aaliyah Asti Putri, Risneni Risneni. "The Effect Of Using Pilamil (Pi...	<1%

Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gizi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Di MAN 1 Sleman

Shinta Elmanora*, Sholaikhah Sulistyoningtyas¹

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi,
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

ABSTRACT

Low food intake or nutritional status can be caused by low nutritional knowledge and eating behavior of an adolescent so that it may result in adolescent girls experiencing CED which has an impact on disrupting the process of adolescent growth and development. This study aims to determine the relationship between knowledge level of adolescent girls about nutrition and the incidence of chronic energy deficiency (CED) in MAN (Islamic Sate High School) 1 Sleman. This research was quantitative research with correlation analysis using cross-sectional. The sampling technique applied was quota sampling technique with the sample size of 59. The research instrument used a nutritional knowledge questionnaire and Mid-Upper Arm Circumference (MUAC) band. The statistical test used was Kendall Tau-b. The results showed that the majority of female adolescents did not experience CED (61%) and had sufficient nutritional knowledge (66.1%). The results of the statistical analysis test using Kendall-tau b showed that from 59 samples a significant value (p) of 0.036 ($p < 0.05$) was obtained, which means that the hypothesis is accepted. There is a significant relationship between the level of knowledge of adolescent girls about nutrition and the incidence of CED. Increase the awareness and knowledge of nutrition through encouragement from people surround, especially family; schools; and health workers in the form of counseling on nutrition and CED. In addition, other researchers can conduct further research by adding other variables and intervene by providing counseling.

Keywords: Nutrition Knowledge, CED, Adolescent Girls

ARTICLE INFO

Article history:

Received: Date, Month, Year (9pt)

Revised: Date, Month, Year (9pt)

Accepted: Date, Month, Year (9pt)

DOI:

CORRESPONDING AUTHOR

ORIGINAL RESEARCH

Pendahuluan

Peningkatan populasi remaja adalah salah satu alasan perlunya kelompok usia ini menjadi perhatian. Masa remaja juga dianggap sebagai periode gizi yang paling penting dalam kehidupan karena terjadinya peningkatan kebutuhan zat gizi dibandingkan dengan saat masa anak-anak, yang apabila tidak terpenuhi dapat menimbulkan berbagai masalah gizi pada remaja putri (Septiani, 2022). Status gizi sangat penting bagi remaja terutama pada remaja putri karena mereka merupakan calon ibu dan mereka membutuhkan kebutuhan gizi yang terus bertambah semakin bertambahnya usia untuk proses pertumbuhan dan perkembangan. Bila masa remaja ini konsumsi gizi pada remaja tidak seimbang, maka dapat mengakibatkan kekurangan gizi. Kekurangan gizi dapat memicu terjadinya Kekurangan energi kronik (KEK) (R. K. Dewi & Martini, 2021).

Seorang remaja putri yang mengalami KEK dapat meningkatkan risiko terkena berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormonal yang berdampak buruk bagi kesehatan. Gangguan kesehatan lain yang dapat disebabkan jika remaja mengalami KEK adalah kekurangan zat besi dengan dampak anemia, kekurangan kalsium dengan dampak osteoporosis, kekurangan gizi dengan dampak terganggunya proses pertumbuhan dan menurunnya konsentrasi serta produktivitas pada remaja. Rendahnya asupan makan atau status gizi dapat disebabkan

rendahnya pengetahuan dan perilaku makan seorang remaja. Pada usia remaja cenderung memiliki banyak aktivitas yang berpengaruh pada jumlah energi yang dibutuhkan tubuh. Sifat energi pada usia remaja menyebabkan aktivitas fisik tubuh meningkat sehingga kebutuhan energi juga akan meningkat (Miftahul, 2021)

Remaja yang mengalami kekurangan energi kronik dan hamil dengan usia kurang dari 20 tahun lebih berisiko dapat memberikan dampak negatif pada janinnya antara lain keguguran, kematian neonatal dan kematian bawaan, anemia pada bayi dan berat bayi lahir rendah termasuk terjadinya stunting pada anak sebagai dampak jangka panjang dari ibu hamil yang KEK. Kurang Energi Kronis (KEK) merupakan ketidakseimbangan energi dari zat gizi yang dikonsumsi kebutuhan sehari-hari dalam waktu lama atau menahun yang memicu rendahnya berat badan dan simpanan energi dalam tubuh dengan Lingkar Lengan Atas kurang dari 23,5 cm sehingga menyebabkan gangguan kesehatan (Jaelani & Sitawati, 2024)

Gizi seimbang merupakan komposisi pangan sehari-hari yang mengandung berbagai nutrisi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan mempertimbangkan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah pada gizi. Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri salah satunya adalah kurangnya asupan zat gizi sehingga mengakibatkan kekurangan energi kronis (L. A. K. S. Dewi et al., 2021)

Sejak tahun 2020 Pemerintah sudah melakukan penanganan pada remaja yang mengalami kekurangan energi kronik dengan secara aktif mendorong upaya mengatasi kejadian KEK pada remaja, namun belum ada program yang ditunjukan untuk pencegahan secara optimal. Remaja perlu mengetahui bahwa kekurangan energi kronik yang akan terjadi pada generasi di masa mendatang merupakan proses panjang dari faktor resiko gizi yang terjadi sejak masa remaja. Program penanganan yang dilakukan sebatas suplementasi tablet tambah darah. Dalam suplementasi zat besi ini, seharusnya juga dilakukan komunikasi perubahan perilaku. Sehingga diharapkan remaja mengetahui manfaat suplementasi dan mempraktekkan gizi seimbang, namun yang terjadi, tablet tambah darah hanya dibagikan saja tanpa ada pendampingan konsumsinya (Ana et al., 2023)

KEK menjadi perhatian utama bagi pemerintah karena memiliki dampak serius dalam jangka waktu yang panjang. Di Indonesia, proporsi wanita usia subur yang beresiko mengalami KEK lebih umum terjadi pada kelompok usia 15-19 merupakan kelompok tertinggi yang mengalami KEK dengan prevalensi 36,3%, dibandingkan dengan kelompok usia lebih tua 20-24 tahun sebesar 23,3% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018) Prevalensi KEK di Provinsi DIY secara regional pada remaja sebesar 19,08%. Kabupaten Sleman memiliki prevalensi KEK pada wanita usia subur sebesar 18,98% (Dinas Kesehatan DIY, 2024)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (L. A. K. S. Dewi et al., 2021) menunjukan bahwa ada hubungan antara asupan energi dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK). Tingkat pengetahuan siswi mengenai asupan energi yang baik dengan mencegah terjadinya kekurangan energi kronik. Tingkat pengetahuan siswi mengenai asupan energi yang baik dengan mencegah terjadinya kekurangan energi kronik Hal ini disebabkan rutusnya penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan di SMPN 1 Sidemen sehingga lebih mudahnya akses informasi dan pelajaran yang didapat oleh siswi di sekolah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ariani, 2022) menunjukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan status ekonomi dengan kejadian KEK. Pengetahuan akan berpengaruh terhadap perilaku dalam mengonsumsi makanan sehari-hari dan dalam memahami kebutuhan gizi yang baik dalam kehamilan, status ekonomi dapat mempengaruhi

terjadinya kejadian KEK pada ibu hamil yaitu berkaitan dengan pemenuhan asupan makanan yang dikonsumsi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Andriani, 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan gizi dengan kejadian KEK. Jika digambarkan pengetahuan ibu dengan kejadian KEK merupakan hubungan yang positif yaitu semakin baik pengetahuan ibu hamil maka tidak akan menderita KEK. Oleh karena itu diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan edukasi kepada ibu hamil terkait asupan gizi selama kehamilan.

Hasil studi pendahuluan di MAN 1 Sleman yang telah dilakukan pada tanggal 30 Oktober 2024 diperoleh data jumlah remaja putri sebanyak 119 siswi. Berdasarkan hasil pengukuran LiLA kepada 10 remaja putri diperoleh bahwa 7 remaja mengalami KEK dan 3 remaja tidak mengalami KEK. Berdasarkan hasil wawancara data tingkat pengetahuan 9 remaja dengan pengetahuan kurang dan 1 remaja dengan pengetahuan baik serta diperoleh bahwa di MAN 1 Sleman jarang diberikan sosialisasi ataupun pemeriksaan tentang kesehatan serta pengelolaan UKS dan PIK-R di MAN 1 Sleman belum berjalan dengan baik.

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian Kekurangan energi kronik (KEK) di MAN 1 Sleman.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian analitik korelasi. Analitik Korelasi merupakan penelitian yang menekankan adanya hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Model pendekatan yang digunakan adalah cross-sectional. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 4177/KEP-UNISA/II/2025. Teknik sampling menggunakan teknik kuota sampling dengan populasi kelas X sebanyak 119 orang dan dilakukan perhitungan besar sampel menggunakan rumus slovin didapatkan hasil sampel 59 orang. Untuk kelas X di MAN 1 Sleman terdapat 6 kelas yang akan diambil tiap kelas nya dengan proporsi yang sama untuk mencapai 59 sampel dengan menggunakan data presensi tiap kelasnya diambil 9 orang dan ditambah 5 orang dari 2 kelas terbanyak siswi.

Data primer yang diperoleh dari penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan gizi. KEK remaja putri di MAN 1 Sleman diperoleh dengan cara mengukur lingkaran lengan atas menggunakan pita LiLA. Analisa data menggunakan SPSS versi 24 untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti. Uji statistik yang digunakan adalah Kendall Tau-b

Hasil dan Pembahasan

Sampel penelitian berjumlah 59 orang dengan hasil uji menggunakan rumus *Slovin*, dari total populasi siswi kelas X sebanyak 119 di MAN 1 Sleman dengan rentang usia 15-18 tahun dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Usia Responden

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
15 tahun	11	18,6
16 tahun	40	67,8
17 tahun	7	11,9
18 tahun	1	1,7
Jumlah	59	100

Sumber : Hasil Olah Data SPSS versi 24

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa kelompok usia remaja putri di MAN 1 Sleman di kelas X terbanyak pada kategori usia 16 tahun sebanyak 40 responden (67,8%). Dilanjutkan dengan kategori usia 15 tahun sebanyak 11 responden (18,6%) lalu usia 17 tahun sebanyak 7 responden (11,9%) dan usia 18 tahun sebanyak 1 responden (1,7%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Gizi

Pengetahuan Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	19	32,2
Cukup	39	66,1
Kurang	1	1,7
Jumlah	59	100

Sumber : Hasil Olah Data SPSS versi 24

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan frekuensi data tingkat pengetahuan gizi responden. Mayoritas responden yang memiliki pengetahuan gizi cukup sebanyak 39 orang (66,1%) dari total 59 responden.

Tabel 3. Kejadian Kekurangan Energi Kronik

Kejadian KEK	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak KEK	36	61
KEK	23	39
Jumlah	59	100

Sumber : Hasil Olah Data SPSS versi 24

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan data kejadian KEK pada remaja putri kelas X di MAN 1 Sleman dengan mayoritas remaja putri tidak mengalami KEK sebanyak 36 responden (61%) dan remaja putri yang mengalami KEK sebanyak 23 responden (39%).

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Kejadian KEK

		Kejadian KEK				P Value		R
		Tidak KEK	%	KEK	%	Total	%	
Tingkat Pengetahuan Gizi	Baik	15	25,4	4	6,8	19	32,2	
	Cukup	21	35,6	18	30,5	39	66,1	0,036
	Kurang	0	0	1	1,7	1	1,7	0,273
Total		36	61	23	39	59	100	

Sumber : Hasil Olah Data SPSS versi 24

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan gizi baik pada remaja putri dengan KEK sebanyak 4 orang (6,8%) sedangkan remaja putri yang tidak mengalami KEK dengan pengetahuan baik sebanyak 15 orang (25,4%). Remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup dengan KEK sebanyak 18 orang (30,5%) sedangkan remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup tidak mengalami KEK sebanyak 21 orang (35,6%). Remaja Putri memiliki pengetahuan kurang dengan KEK sebanyak 1 orang (1,7%). Berdasarkan hasil uji analisis statistik menggunakan *kendall-tau b* menunjukkan bahwa dari 59 sampel diperoleh nilai signifikan (p) sebesar 0,036 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian KEK. Nilai koefisien korelasi menunjukkan 0,273 menurut (Sugiyono, 2019) artinya hubungan tersebut memiliki tingkat kekuatan hubungan yang lemah.

Tingkat Pengetahuan

Hasil penelitian dari 59 responden mayoritas berpengetahuan gizi cukup yaitu 39 orang (66,1%), responden dengan pengetahuan gizi baik yaitu 19 orang (32,2%) serta sedikitnya responden yang memiliki pengetahuan kurang yaitu hanya 1 orang (1,7%). Berdasarkan hasil penelitian pada kuesioner pengetahuan gizi terdapat ketidaktahuan dan kurangnya informasi mengenai zat gizi, kandungan gizi dalam makanan, pola makan, status gizi dan aktivitas fisik. Faktor kurangnya pengetahuan gizi pada remaja disebabkan oleh kurangnya pendidikan gizi yang memadai, kurangnya minat remaja terhadap topik mengenai gizi, pengaruh media sosial, kurangnya kesadaran pentingnya gizi dalam kehidupan sehari-hari dan keterbatasan ekonomi (Syafri, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nugroho, 2019) menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik mengenai gizi akan mempengaruhi kemampuan individu dalam memilih dan mengonsumsi makanan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi seimbang. Dengan pengetahuan yang cukup, seseorang akan lebih sadar akan pentingnya berbagai nutrisi (karbohidrat, protein, vitamin, mineral, dll) untuk tubuh, yang berfungsi untuk mencegah kekurangan gizi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari, 2020) menunjukkan bahwa pengetahuan gizi yang rendah pada remaja berhubungan dengan kebiasaan makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan cepat saji dan camilan yang tidak bergizi. Kurangnya pengetahuan gizi meningkatkan resiko kekurangan gizi.

Kejadian Kekurangan energi kronik

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian KEK (<23,5 cm) pada remaja putri kelas X di MAN 1 Sleman dengan mayoritas remaja putri tidak mengalami KEK sebanyak 36 responden (61%) dan remaja putri yang mengalami KEK sebanyak 23 responden (39%). Faktor remaja putri mengalami KEK disebabkan oleh kurangnya pengetahuan gizi, kebiasaan makan yang tidak sehat berupa makanan cepat saji, kondisi ekonomi keluarga yang tidak mendukung sehingga kurangnya akses ke makanan bergizi, kurangnya aktivitas fisik, faktor psikologis dan stres serta pengaruh media sosial (Syafri, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Andriani, 2024) menunjukkan bahwa Kekurangan Energi Kronis (KEK) atau yang dikenal sebagai *Energy Deficiency*, merupakan kondisi di mana remaja mengalami defisiensi gizi yang signifikan, yang dapat mengakibatkan masalah kesehatan karena kebutuhan nutrisi yang meningkat. Remaja yang berisiko mengalami KEK dapat diidentifikasi melalui pengukuran lingkaran lengan atas (LILA), dengan hasil kurang dari 23,5 cm menunjukkan adanya risiko tersebut. Masalah gizi ini merupakan masalah kompleks yang penanganannya perlu dilakukan melalui berbagai pendekatan, mengingat penyebabnya yang bersifat multi faktor khususnya pada remaja putri, karena kelompok ini sangat menentukan kualitas generasi yang akan datang (Septriani, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Poli Yendelina, 2024) menunjukkan bahwa secara keseluruhan, KEK pada remaja adalah masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius karena dampaknya yang signifikan pada perkembangan fisik dan mental. Pendekatan multi-sektoral yang melibatkan pendidikan, intervensi nutrisi, dan kebijakan kesehatan diperlukan untuk mengatasi masalah ini secara efektif.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Gizi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian Kekurangan energi kronik (KEK) di MAN 1 Sleman. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik *Kendall-tau b*.

Berdasarkan hasil uji analisis statistik menggunakan *kendall-tau b* dari 59 sampel diperoleh nilai signifikan (p) sebesar 0,036 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian KEK, dilihat dari hasil penelitian remaja putri yang tidak mengalami KEK memiliki pengetahuan gizi yang baik dan cukup, oleh karena itu terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian KEK karena semakin baik pengetahuan yang dimiliki seseorang dengan disertai perubahan perilaku dapat mengurangi resiko mengalami KEK.

Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan mengadopsi perilaku apabila mengetahui terlebih dahulu arti dan manfaat perilaku tersebut sehingga setelah diberikan stimulus seperti pengetahuan akan mengubah sikap seseorang dan melakukan perubahan perilaku dengan mempraktikkan atau melaksanakan. Pengetahuan mempengaruhi gaya hidup seseorang dalam menentukan perilaku seseorang dalam mengkonsumsi makanan yang berpengaruh terhadap kejadian KEK. Pengetahuan yang baik tentang gizi akan membuat seseorang semakin baik dalam memperhitungkan jumlah dan jenis makanan yang mereka konsumsi sehingga menurunkan resiko terjadinya KEK (Wulandari, 2020).

Nilai koefisien korelasinya sebesar 0,273 menurut (Sugiyono, 2019) artinya hubungan tersebut memiliki tingkat kekuatan hubungan yang lemah dikarenakan adanya faktor langsung dan tidak langsung menjadi penyebabnya. Faktor langsung dari KEK yaitu kurangnya asupan atau memiliki riwayat penyakit infeksi, sedangkan untuk faktor tidak langsung dari KEK yaitu kurangnya ketersediaan pangan, perilaku atau asuhan ibu dan anak, serta lingkungan yang tidak sehat. Faktor – faktor tersebut mempengaruhi kondisi terjadinya KEK pada remaja putri, bahwa selain tingkat pengetahuan faktor langsung dan tidak langsung juga berpengaruh. Faktor lain seperti ekonomi dan akses terhadap sumber daya juga memainkan peran penting dalam hal ini. (R. K. Dewi & Martini, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (L. A. K. S. Dewi et al., 2021) menyebutkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan asupan energi dengan kekurangan energi kronik (KEK). Tingkat pengetahuan siswi mengenai gizi dan asupan energi yang baik dapat mencegah terjadinya kekurangan energi kronik. Hal ini disebabkan rutinnnya penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan di SMPN 1 Sidemen sehingga lebih mudahnya akses informasi dan pelajaran yang didapat oleh siswi di sekolah.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Ariani, 2022) menyebutkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan gizi dan status ekonomi dengan kejadian KEK. Pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap perilaku dalam mengonsumsi makanan sehari-hari dan dalam memahami kebutuhan gizi yang baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nasution Sari, 2023) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri. Remaja putri yang memiliki pengetahuan gizi yang lebih baik disertai perubahan perilaku akan mengurangi resiko mengalami KEK.

Selain makanan dengan gizi seimbang, Al-qur'an menganjurkan untuk memakan makanan yang halal dengan begitu sama halnya dengan melindungi diri dari perilaku buruk. Ditulis pada al-qur'an surat Al-Ma'idah ayat 88 :

وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ

Artinya:

“Dan makanlah makanan yang halal lagi baik dari apa yang Allah telah rezekikan kepadamu, dan bertakwalah kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya.” (Q.S. Al-Ma'idah: 88)

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai signifikan (p) sebesar 0,036 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian KEK. Nilai koefisien korelasinya sebesar 0,273 artinya hubungan tersebut memiliki tingkat kekuatan hubungan yang lemah. Mayoritas remaja putri tidak mengalami KEK sebanyak (61%) dan memiliki pengetahuan gizi yang cukup sebanyak (66,1%). Disarankan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan gizi yang nantinya dapat merubah perubahan perilaku dan sikap mengenai gizi seimbang melalui dorongan dari orang sekitarnya terutama keluarga, pihak sekolah dan tenaga kesehatan berupa penyuluhan mengenai gizi dan KEK sehingga sadar akan pentingnya kesehatan dengan memenuhi kebutuhan gizi seimbang dan bagi peneliti lain dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel yang lain misalnya seperti pola makan, aktivitas fisik, penyakit infeksi serta pelayanan kesehatan terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK) serta dapat melakukan intervensi memberikan penyuluhan.

Daftar Pustaka

- Ana, V., Setyawati, V., Yuniastuti, A., Woro, O., Handayani, K., Farida, E., & Widowati, E. (2023). Faktor Risiko Kekurangan Energi Kronik Pada Remaja Putri Di Kota Semarang. Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana, 875–882. [Http://Pps.Unnes.Ac.Id/Pps2/Prodi/Prosiding-Pascasarjana-Unnes](http://Pps.Unnes.Ac.Id/Pps2/Prodi/Prosiding-Pascasarjana-Unnes)
- Andriani, D. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Tingkat Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sendana I. [Https://Repository.Unsulbar.Ac.Id/Id/Eprint/958/2/SKRIPSI%20DEVI%20ANDRIANI-B0420305_Organized.Pdf](https://Repository.Unsulbar.Ac.Id/Id/Eprint/958/2/SKRIPSI%20DEVI%20ANDRIANI-B0420305_Organized.Pdf)
- Ariani, N. P. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Status Ekonomi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (Kek) Pada Ibu Hamil Di Uptd Puskesmas Kintamani Iv. [Https://Repository.Itekes-Bali.Ac.Id/Medias/Journal/2115201055_Ni_Putu_Ariani-BAB_IV.Pdf](https://Repository.Itekes-Bali.Ac.Id/Medias/Journal/2115201055_Ni_Putu_Ariani-BAB_IV.Pdf)
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018. [Https://Kesmas.Kemkes.Go.Id/Assets/Upload/Dir_519d41d8cd98f00/Files/Hasil-Riskesda-2018_1274.Pdf](https://Kesmas.Kemkes.Go.Id/Assets/Upload/Dir_519d41d8cd98f00/Files/Hasil-Riskesda-2018_1274.Pdf)
- Dewi, L. A. K. S., Suarjana, I. M., & Padmiari, I. A. E. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Asupan Energi Dengan (Kek) Pada Siswi Smpn 1 Sidemen. In Journal Of Nutrition Science. File:///C:/Users/ASUS/Downloads/1236-8142-1-PB%20(1).Pdf
- Dewi, R. K., & Martini, S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gizi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Usia Remaja. Community Of Publishing In Nursing (COPING), 9(3), P-ISSN. File:///C:/Users/ASUS/Downloads/75598-457-224615-1-10-20210718.Pdf

- Dinas Kesehatan DIY. (2024). Buku Data 2023. <https://Yogyakarta.Bps.Go.Id>
- Jaelani, S., & Sitawati. (2024). Edukasi Pencegahan Kekurangan Energi Kronik Pada Remaja Dalam Upaya Penurunan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Citra Delima*, 1(2), 58–63. <https://doi.org/10.33862/Jp.V1i2.438>
- Miftahul, A. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro, Pengetahuan Gizi Dan Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Tanjung Raja.
- Nasution Sari, T. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi, Body Image Dan Status Ekonomi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (Kek) Pada Remaja Putri Di Mtsn 2 Padang Pariaman Tahun 2022. Universitas Andalas.
- Nugroho, M. R. A. (2019). Pengaruh Pengetahuan Gizi Terhadap Status Gizi Anak Usia Dini Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Indonesi*, 10(2), 123–132.
- Poli Yendelina, M. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Perilaku Makan Dengan Status Kurang Energi Kronis Pada Remaja Putri Di Sma Katolik Giovanni Kupang. Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.
- Septriani, S. (2022). Kejadian KEK Dengan Gizi. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/1459/1/SKRIPSI%20SELA%20SEPTRIANI%20%28CD%29%20%281%2911.Pdf>
- Sugiyono. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D. ALFABETA.
- Syafri, M. & T. E. (2020). Analisis Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Pola Makan Remaja Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 14(2), 111–118.
- Wulandari, L. , & S. D. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi Dengan Kejadian Gizi Buruk Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Kesehatan*, 12(2), 120–128.