

**FAKTOR- FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI
KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 12 KENDARI**

Skripsi

**Disusun sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Pendidikan
Diploma IV Gizi**



OLEH :

**WA ODE NURFADILA
P00313023108**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
PROGRAM STUDI DIPLOMA IV GIZI
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**FAKTOR- FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 12 KENDARI**

Yang diajukan oleh :

WA ODE NURFADILA

P00313023108

Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama,



**Rasmaniar, SKM, M.Kes
NIP. 1978070620011 2 001**

Tanggal...09 Agustus 2024...

Pembimbing pendamping



**Kasnawati, S.Gz, M.Kes
NIP: 19780908200112 2 002**

Tanggal...09 Agustus 2024...

PENGESAHAN DEWAN PENGUJI UJIAN AKHIR PROGRAM

Skripsi

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI
KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 12 KENDARI**

Oleh :
WA ODE NURFADILA
P00313023108

Telah diuji dan disetujui pada tanggal : 9 Agustus 2024

TIM DEWAN PENGUJI

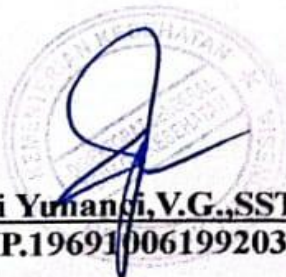
1. Rasmaniar, SKM, M.Kes
2. Kasmawati, S.Gz, M.Kes
3. Dr. Suriana Koro, SP, M.Kes
4. Hariani, SST, MPH
5. Dr. Intan Ria Nirmala, SP. M.Gizi

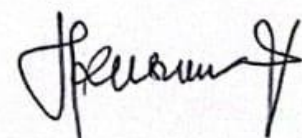
Ketua Dewan Penguji.....*Rasmaniar*
Sekretaris Penguji*Kasmawati*
Anggota Penguji*Dr. Suriana Koro*
Anggota Penguji*Hariani*
Anggota Penguji*Dr. Intan Ria Nirmala*

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kendari

Ketua Program Studi D.IV Gizi


Sri Yuhani, V.G., SST, MPH
NIP.196910061992032002


Evi Kusumawati, SST, M.Si, Med
NIP.197903272007012024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Wa Ode Nurfadila

Nim : P00313023108

Program Studi/Jurusan : D-IV / Gizi

Menyatakan dengan bahwa skripsi yang berjudul " **Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri Di SMAN 12 Kendari** " ini adalah bukan karya tulis orang lain baik sebagian atau seluruhnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Kendari, 09 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



Wa Ode Nurfadila

P00313023108

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas Poltekkes Kemenkes Kendari, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wa Ode Nurfadila

Nim : P00313023108

Program Studi/Jurusan : Diploma IV/Gizi

Judul Skripsi : Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri Di SMAN 12 Kendari.

Menyatakan bahwa setuju untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Kendari Hak Bebas Royalti Non Eksekutif atas Skripsi saya yang berjudul :

“FAKTOR- FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 12 KENDARI”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksekutif ini Poltekkes Kemenkes Kendari berhak menyimpan, mengalihmedia / formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Kendari

Pada Tanggal Agustus 2024



(Wa Ode Nurfadila)

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Wa Ode Nurfadila
2. Nim : P00313023108
3. Tempat/Tanggal Lahir : Bangkali, 10 Oktober 2000
4. Anak Ke : 3 dari 5 bersaudara
5. Suku/Bangsa : Muna/Indonesia
6. Agama : Islam
7. Alamat : Desa Bangkali, Kec. Watopute, Kab. Muna
8. Email : waodenurfadila10@gmail.com

B. Latar Belakang Pendidikan

1. Tamat SDN 9 Kontunaga : 2013
2. Tamat SMPN 1 Watopute : 2016
3. Tamat SMAN 1 Watopute : 2019
4. D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari : 2022
5. D-IV Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari : 2024

FAKTOR- FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 12 KENDARI

RINGKASAN

Wa Ode Nurfadila

Dibawah bimbingan Rasmaniar dan Kasmawati

Latar belakang : Di Indonesia kasus kekurangan energi kronik utamanya disebabkan karena kurang asupan gizi seperti energi dan protein, sehingga zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh tidak tercukupi. Seseorang yang kekurangan energi dapat mengalami penurunan berat badan dan memicu rendahnya simpanan energi dalam tubuh yang akan menyebabkan kurang energi kronik (KEK). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian KEK diantaranya yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung.

Tujuan : Untuk mengetahui faktor- faktor yang berhubungan dengan kekurangan energi kronik (KEK) pada remaja putri di SMA Negeri 12 Kendari

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian observational deskriptif dan menggunakan desain penelitian *Cross-Sectional Study*. Cara pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan teknik Proporsional Random Sampling

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan tingkat asupan energi dengan kurang energi kronis (KEK) pada remaja putri dibuktikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,031 < 0,005$. ada hubungan tingkat asupan protein dengan kurang energi kronis (KEK) pada remaja putri dibuktikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,010 < 0,005$, ada hubungan pola makan dengan kurang energi kronis (KEK) pada remaja putri dibuktikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,027 < 0,005$. Sedangkan pengetahuan tidak adanya hubungan yang signifikan dengan Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja putri dibuktikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,746 > 0,005$, gaya hidup tidak adanya hubungan yang signifikan dengan Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja putri dibuktikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,239 > 0,005$.

Kesimpulan : Faktor utama terjadinya KEK pada remaja putri di SMAN 12 Kendari adalah tingkat asupan energi dan protein yang kurang serta pola makan yang kurang.

Kata kunci : Kekurangan Energi Kronik, Pengetahuan, Gaya Hidup, Asupan Energi, Asupan Protein, Dan Pola Makan

FACTORS RELATED TO CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (KEK) IN ADOLESCENT GIRLS AT SMAN 12 KENDARI

ABSTRACT

Wa Ode Nurfadila

Under supervision of academic advisor 1 & academic advisor 2 :
Rasmaniar and Kasmawati

Background: In Indonesia, cases of chronic energy deficiency are mainly caused by insufficient nutritional intake such as energy and protein, so that the nutrients needed by the body are not sufficient. A person who lacks energy can experience weight loss and trigger low energy stores in the body which will cause chronic energy deficiency. Factors that can influence the occurrence of chronic energy deficiency include direct and indirect causal factors.

Objective: To find out the factors related to chronic energy deficiency in adolescent girls at SMA Negeri 12 Kendari

Method: This study is a descriptive observational research and uses a cross-sectional study research design. The sampling method carried out in this study uses the Proportional Random Sampling technique

Results: The results of this study showed that there was a relationship between energy intake levels and chronic energy deficiency in adolescent girls as evidenced by the $p\text{-value} = 0.031 < 0.005$. there was a relationship between protein intake levels and chronic energy deficiency in adolescent girls as evidenced by a $p\text{-value} = 0.010 < 0.005$, there was a relationship between diet and chronic lack of energy in adolescent girls as evidenced by a $p\text{-value} = 0.027 < 0.005$. While knowledge of the absence of a significant relationship with Chronic Energy Deficiency in adolescent girls was evidenced by a $p\text{-value} = 0.746 > 0.005$, lifestyle there was no significant relationship with Chronic Energy Deficiency in adolescent girls as evidenced by the $p\text{-value} = 0.239 > 0.005$

Conclusion: The main factors for the occurrence of chronic energy deficiency in adolescent girls at SMAN 12 Kendari are low levels of energy and protein intake and poor diet.

Keywords: *Chronic Energy Deficiency, Knowledge, Lifestyle, Energy Intake, Protein Intake, and Diet*

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia- Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini dengan judul “**Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri Di SMAN 12 Kendari**” sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Diploma IV Bidang Gizi.

Proses penyusunan Skripsi ini telah melewati perjalanan panjang dalam penyusunannya yang tentunya tidak lepas dari bantuan moril dan material pihak lain. karena sudah sepatutnya penulis dengan segala kerendahan dan keikhlasan hati menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak **Teguh Fathurrahman, S.KM, MPPM** selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.
2. Ibu **Sri Yunanci, V.G, SST, MPH**, selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari.
3. Ibu **Evi Kusumawati, SST, M.si. Med**, selaku Ketua Prodi D-IV Jurusan Gizi Kendari.
4. Ibu **Rasmaniar, SKM, M.Kes** selaku Pembimbing I yang telah ikhlas meluangkan waktu dan berbagi ilmu serta senantiasa memberikan masukan dan bimbingan guna keberhasilan penyusunan Skripsi ini.
5. Ibu **Kasmawati, S.Gz, M.Kes** selaku pembimbing II yang telah memberi dukungan dan membantu penulis dalam penyusunan Skripsi ini.

6. Ibu Dr. Suriana Koro, SP, M.Kes selaku penguji I, ibu Hariani, SST, MPH selaku penguji II, dan ibu Dr. Intan Ria Nirmala, SP, M.Gizi selaku penguji III yang memberikan saran untuk skripsi ini.
7. Seluruh Staf dan Dosen pegajar Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari yang selama ini telah memberikan pengetahuan selama penulis mengikuti pendidikan.
8. Rekan-rekan mahasiswa/mahasiswi D-IV alih jenjang Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari Angkatan 2022, yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bantuan dan motivasi selama penyusunan skripsi Ini.

Ucapan terima kasih yang tak ternilai harganya penulis persembahkan kepada kedua orang tua saya **Ferman dan Wa Ode Mira**, dan Ina saya (**Wa Dia**), serta saudara saya (**Hamzah, La Ode Abdul Jeki, La Ode Muhamad Faldin Dan Wa Ode Nur Intan**), keluarga besar dan teman-teman saya yang telah memberikan kasih sayang, merawat, memberikan doa, dukungan moril, dan material serta segala pengorbanan yang tidak dapat ternilai dalam mendidik sejak kecil dengan penuh cinta hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik

Akhir kata penulis menyatakan bawah dalam penyusunan skripsi ini masih sangat jauh dari kesempurnaan, maka dari itu saran dan kritik yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan penulisan sangat diharapkan. Atas saran dan kritik, penulis ucapkan banyak terima kasih. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca, Aamiin.

Kendari, Juli 2024

Wa Ode Nurfadila

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
PENGESAHAN DEWAN PENGUJI UJIAN AKHIR PROGRAM.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	iv
BIODATA PENULIS.....	v
RINGKASAN	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR GAMABAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan umum tentang remaja.....	10
B. Tinjauan umum tentang Kekurangan Energi Kronik (KEK)	14
C. Tinjauan umum tentang Pengetahuan	15
D. Tinjauan umum tentang Gaya Hidup	19
E. Tinjauan umum tentang asupan energi dan asupan protein	22
F. Tinjauan umum tentang pola makan	28
G. Kerangka teori dan kerangka konsep.....	33

BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel	35
D. Variabel Penelitian	36
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	37
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	38
G. Defenisi Operasional dan Kriteria Objektif	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil	46
B. Pembahasan	54
BAB V PENUTUP.....	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian penelitian	7
Tabel 2. Kecukupan Protein pada Remaja Putri berdasarkan AKG 2019	25
Tabel 3. Kecukupan Energi pada Remaja Putri berdasarkan AKG 2019	29
Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden	47
Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan status KEK	47
Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan	48
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Gaya Hidup	48
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Energi	49
Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Protein	49
Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Pola Makan	49
Tabel 11. Hubungan pengetahuan dengan kekurangan energi kronik (KEK)	50
Tabel 12. Hubungan gaya hidup dengan kekurangan energi kronik (KEK)	51
Tabel 13. Hubungan asupan energi dengan kekurangan energi kronik (KEK)	51
Tabel 14. Hubungan asupan protein dengan kekurangan energi kronik (KEK)	52
Tabel 15. Hubungan pola makan dengan kekurangan energi kronik (KEK)	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pernyataan kesedian menjadi responden	75
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian.....	76
Lampiran 3 Kuesioner Pengetahuan	77
Lampiran 4 Kuesioner Gaya Hidup	78
Lampiran 5 Kuesioner Asupan Energi dan Protein.....	79
Lampiran 6 Kuesioner Pola Makan.....	80
Lampiran 7 Master Tabel	82
Lampiran 8 Hasil Analisis dan Statistik.....	85
Lampiran 9 Surat Badan Riset Dan Inovasi Daerah Pemerintah Provinsi Sulawesi Tenggara	90
Lampiran 10 Surat Komisi Etik Peneitian Kesehatan (KEPK).....	91
Lampiran 11 Surat Keterangan Telah Melakukan Penlitan	92
Lampiran 12 Surat Bebas Pustaka	93

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Letak SMAN 12 Kendari	46
Gambar 2 Dokumentasi Penelitian.....	94