

**HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN
ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 KARANG
INTAN KABUPATEN BANJAR KALIMANTAN SELATAN**

Karya Tulis Ilmiah

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat

untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan Oleh

Annisa Diva Amalia

1810913220021



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BANJARBARU**

Desember, 2023

Karya Tulis Ilmiah

**HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DENGAN KEJADIAN
KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK)
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 KARANG INTAN
KABUPATEN BANJAR KALIMANTAN SELATAN**

Dipersiapkan dan disusun oleh

ANNISA DIVA AMALIA

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 22 Desember 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain



Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun **Nana Astriana Hasibuan, Ns., M.Kes**

Pembimbing Pendamping



Dr. Herawati, Ns., M.Kep

Lola Ilona Elfani Kausar, Ns., M.Kep

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Agianto, Ns., MNS., Ph.D

Koordinator Program Studi Keperawatan

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka

Banjarbaru, Desember 2023

Annisa Diva Amalia

ABSTRAK

HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK (KEK) PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 KARANG INTAN KABUPATEN BANJAR KALIMANTAN SELATAN

Annisa Diva Amalia

Latar Belakang: Berdasarkan data angka kejadian KEK pada remaja putri masih cukup tinggi. Fase pertumbuhan yang cepat pada remaja berhubungan erat dengan kebutuhan gizinya. Untuk mendapatkan status gizi yang baik seorang remaja harus memastikan makanan yang dikonsumsi seimbang baik dari segi jumlah maupun jenis serta sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh, ketidakseimbangan asupan makan dapat menyebabkan KEK.

Tujuan: untuk mengetahui hubungan antara asupan makan dengan kejadian KEK pada remaja putri di SMA Negeri 1 Karang Intan Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 68 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner data demografi dan kuesioner *food frequency*. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *chi-square*

Hasil: tidak terdapat hubungan antara asupan makan dengan kejadian kekurangan energi kronik (KEK) pada remaja putri, dengan *p-value* $0,975 > \alpha 0,05$.

Kesimpulan: Pada remaja yang mengalami KEK umumnya memiliki asupan makan yang sering namun dengan jumlah yang sedikit, dimana asupan energi dari sumber karbohidrat, protein, serat dan lemak yang masih dalam kategori kurang.

Kata kunci: Remaja, Kekurangan Energi Kronik (KEK), asupan makan.

ABSTRACT

RELATIONSHIP FOOD INTAKE AND THE INCIDENCE OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) IN YOUNG WOMEN AT SMAN 1 KARANG INTAN BANJAR REGENCY SOUTH KALIMANTAN

Annisa Diva Amalia

Background: *The rapid growth phase in adolescents is closely related to their nutritional needs. To obtain good nutritional status, a teenager must ensure that the food he consumes is balanced both in terms of quantity and type and is in accordance with what the body needs. An imbalance in food intake can cause CED. Based on data, the incidence of CED in young women is still quite high.*

Purpose: *to determine the relationship between food intake and the incidence of CED in young women at SMA Negeri 1 Karang Intan, Banjar Regency, South Kalimantan.*

Metode: *This research is a type of quantitative research using a cross sectional approach. The respondents in this study were 68 people with a sampling technique using purposive sampling. The instruments in this research used a demographic data questionnaire and a food frequency questionnaire. The data analysis used in this research was the chi-square test*

Results: *there is no relationship between food intake and the incidence of chronic energy deficiency (CED) in young women, $p\text{-value } 0.975 > \alpha 0.05$.*

Conclusion: *Adolescents who experience CED generally have frequent food intake but in small amounts, where energy intake from carbohydrate, protein, fiber and fat sources is still in the insufficient category.*

Keyword: *adolescents, chronic energy deficiency (CED), food intake*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Asupan Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Karang Intan Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan”. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana keperawatan di Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada.

Dekan Fakultas Kedokteran Dr. dr.Istiana., M.Kes dan Koordinator Program Studi Keperawatan Agianto., S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.

Kedua dosen pembimbing yaitu Devi Rahmayanti S.Kep., Ns., M.Imun dan Dr. Herawati M.Kep yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ini. Kedua dosen penguji yaitu Nana Astriana Hasibuan., S.Kep., Ns., M.Kes dan Lola Ilona Elfani Kausar, Ns., M.Kep yang memberi kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, tetapi penulis berharap penelitian ini bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 22 Desember 2023

Penulis

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamiin, segala puji bagi Allah Subhanallah Wa Ta'ala tuhan semesta alam, atas kuasa dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Babah OO Wanto dan Mamah Apriyanti, S,Pd, terimakasih untuk semua do'a dan harapan baiknya yang selalu menyertai disepanjang perjalanan sampai dengan hari ini. Terimakasih untuk cinta kasihnya yang tidak terbatas serta segala bentuk jerih payah dan pengorbananya yang tidak akan mungkin bisa dibalas.
2. Seluruh keluarga besar, terimakasih untuk semua dukungannya.
3. Segenap dosen pembimbing, Ibu Devi Rahmayanti, S.Kep., Ns., M.Imun dan Ibu Dr. Herawati., M.Kep yang telah memberikan bimbingan kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Teman-teman seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu per satu, terimakasih banyak sudah kebersamai dalam setiap prosesnya. Semoga apapun yang kita lakukan dan kerjakan selalu diberikan kemudahan oleh Allah SWT.

5. Terakhir untuk diri saya sendiri, Annisa Diva Amalia terimakasih sudah berusaha dan bertanggungjawab hingga selesai.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Remaja	9
2.1.1 Definisi Remaja.....	9
2.1.2 Kriteria Usia Remaja.....	10
2.2 Kekurangan Energi Kronik (KEK).....	11
2.2.1 Pengertian Kekurangan Energi Kronik (KEK).....	11
2.2.2 Tanda dan Gejala terjadinya KEK.....	12
2.2.3 Faktor-Faktor Penyebab KEK.....	13
2.2.4 Dampak KEK.....	17
2.3 Penilaian Status Gizi Kekurangan Energi Kronik (KEK)	17
2.4 Asupan Makan	18
2.4.1 Pengertian Asupan Makan.....	18
2.4.2 Komponen Asupan Makan.....	20

2.4.3	Faktor Yang Mempengaruhi Asupan Makan.....	25
2.4.4	Aspek-Aspek Asupan Makan.....	26
2.5	Asupan Makan Seimbang.....	27
2.6	Metode Survei Asupan Makan.....	29
2.1	Kerangka Teori.....	32
BAB 3 KERANGKA KONSEP.....		33
3.1	Kerangka Konsep.....	33
3.2	Hipotesis.....	35
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		36
4.1	Rancangan Penelitian.....	36
4.2	Populasi dan sampel.....	36
4.2.1	Populasi Penelitian.....	36
4.2.2	Sampel Penelitian.....	37
4.3	Variabel Penelitian.....	38
4.3.1	Variabel Independen.....	38
4.3.2	Variabel Dependen.....	38
4.4	Instrumen Penelitian.....	39
4.4.1	Variabel Asupan Makan.....	39
4.4.2	Variabel Kekurangan Energi Kronik (KEK).....	40
4.5	Uji Validitas.....	41
4.6	Definisi Operasional.....	41
4.7	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	42
4.7.1	Teknik Pengumpulan Data.....	42
4.7.2	Pengolahan Data.....	43
4.8	Analisis Data.....	45
4.9	Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
4.9.1	Tempat penelitian.....	46
4.9.2	Etika Penelitian.....	46
5 HASIL PENELITIAN.....		48
5.1	Analisis Univariat.....	48
5.1.1	Karakteristik Responden.....	48
5.1.2	Asupan Makan.....	50

5.1.3	Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK)	50
5.2	Analisis Bivariat	51
BAB 6 PEMBAHASAN		52
6.1	Karakteristik Responden	52
6.1.1	Usia Remaja	52
6.1.2	Pekerjaan dan pendapatan Orangtua	53
6.1.3	Tingkat Pendidikan	55
6.2	Asupan Makan	56
6.3	Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK)	58
6.4	Hubungan Asupan Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK)	59
6.5	Keterbatasan Penelitian	61
6.6	Kendala penelitian	62
BAB 7 PENUTUP		63
7.1	Kesimpulan	63
7.2	Saran	64
DAFTAR PUSTAKA		65
LAMPIRAN		65