

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja mengalami penambahan massa otot, penambahan jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon yang dapat mempengaruhi kebutuhan gizinya (Hardinsyah and Supariasa, 2016). Kebutuhan gizi dapat terpenuhi dari asupan makanan yang cukup berguna untuk menjalankan kegiatan fisik remaja yang sangat meningkat (Noviyanti and Marfuah, 2017). Namun, kebutuhan gizi yang tidak terpenuhi dapat menyebabkan kurangnya energi yang dihasilkan tubuh sehingga terjadi kekurangan zat gizi (Ertiana *et al.*, 2019). Salah satu masalah gizi yang mengancam remaja Indonesia adalah kurang energi kronis (KEK). Remaja yang mengalami KEK dapat disebabkan oleh kurangnya asupan zat gizi karena alasan ekonomi ataupun psikososial seperti penampilan (Kemenkes, 2018). Asupan energi yang kurang dapat menyebabkan simpanan energi dalam tubuh rendah dan penurunan berat badan (Arista *et al.*, 2017). KEK dapat diketahui dengan ukuran lingkaran lengan atas (LILA) wanita usia subur kurang dari 23,5 cm (Ardi, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi KEK di Indonesia menjadi 17,3% pada WUS hamil dan 14,5% pada WUS tidak hamil, dan prevalensi KEK pada WUS 15-19 tahun yang tidak hamil dalam penelitian Riskesdas mencapai angka 36,3%. Hal ini menunjukkan bahwa memang terjadi penurunan prevalensi KEK dari tahun 2013 ke tahun 2018, namun risiko KEK ini tetap harus diperhatikan mengingat angkanya yang masih

tinggi yaitu >10%. Oleh karena itu perlu dilakukan perbaikan atau penanggulangan agar bisa mendapatkan penurunan prevalensi yang lebih signifikan disetiap tahunnya. Provinsi Jawa Timur merupakan salah satu dari 10 provinsi di Indonesia dengan prevalensi KEK penduduk wanita usia subur di atas pevalensi nasional (13,6%). Prevalensi penduduk wanita usia subur (usia 15–49 tahun) sedang hamil dan mengalami risiko KEK di Jawa Timur sebesar 29,8%, sedangkan di tingkat nasional prevalensi penduduk WUS yang sedang hamil dan mengalami risiko KEK sebesar 24,2%. Hal ini menunjukkan bahwa penduduk WUS yang sedang hamil dan KEK di Jawa Timur masih lebih tinggi daripada di tingkat nasional (Azizah and Adriani, 2018).

Berdasarkan survei pendahuluan yang telah dilakukan di SMA Annidhomiyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan pada tanggal 14 September 2022 survei pendahuluan yang dilakukan yaitu dengan cara pengukuran lingkaran lengan atas pada 10 siswi SMA Annidhomiyah Desa Bindang menunjukkan terdapat sekitar 70% mempunyai risiko kekurangan energi kronis dengan ukuran LILA <23,5 cm.

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 (Arista *et al.*, 2017). KEK memiliki dampak buruk bagi masa remaja maupun fase kehidupan selanjutnya. Dampak buruk KEK pada masa remaja adalah anemia,

perkembangan organ yang kurang optimal, pertumbuhan fisik yang kurang, dan mempengaruhi produktivitas kerjanya (Yulianasari, Nugraheni and Kartini, 2019). Remaja yang mengalami KEK hingga fase ibu hamil dapat berpengaruh buruk terhadap janin, seperti keguguran, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia pada bayi, dan bayi berat lahir rendah, sedangkan saat persalinan dapat mengakibatkan persalinan sulit dan lama, persalinan sebelum waktunya, dan pendarahan (Ardi, 2021).

Berbagai cara dapat dilakukan dalam upaya pencegahan KEK pada remaja, salah satunya dengan pendidikan gizi. Pendidikan gizi dapat menghasilkan peningkatan pada pengetahuan, kesadaran serta perubahan perilaku untuk mencapai kesadaran gizi dan kesehatan yang optimal. Dalam proses pendidikan kesehatan, supaya diperoleh hasil yang efektif dibutuhkan alat bantu atau media pendidikan, seperti misalnya *booklet*. Dari uraian masalah diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri di SMA Annidhomiyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan”

1.2 Rumusan masalah

Adakah Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri di SMA Annidhomiyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri di SMA Annidhomyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Pola Makan Pada Remaja Putri di SMA Annidhomyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan
2. Mengidentifikasi Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri di SMA Annidhomyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan
3. Menganalisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Remaja putri di SMA Annidhomyah Desa Bindang Kecamatan Pasean Kabupaten Pamekasan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu cara dalam pengembangan ilmu kesehatan khususnya kesehatan pada remaja berkaitan dengan masalah kekurangan energi kronik (KEK) dengan meningkatkan asupan gizi melalui pola makan yang baik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini sebagai masukan bagi remaja putri dalam meningkatkan pola makan dengan baik agar terpenuhi gizinya sehingga tidak beresiko mengalami kejadian kekurangan energi kronik (KEK)

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat di jadikan pertimbangan dalam pengambilan tindakan asuhan kebidanan bagi kesehatan remaja

3. Bagi Institusi Penelitian

- a. Sebagai bahan masukan dalam kegiatan proses belajar mengajar terutama mengetahui hubungan pola amakan dengan kejadian kekurangan energi kronik (KEK) pada remaja putri
- b. Sebagai bahan bacaan dan menambah wawasan bagi mahasiswa Universitas Wiraraja

4. Bagi Peneliti

Sebagai masukan atau informasi awal untuk mengembangkan penelitian yang sangat berharga, sebagai saran melatih diri untuk menganalisa dan memecahkan masalah dengan metode ilmiah sesuai dengan ilmu pengetahuan yang telah di dapat dari bangku kuliah.