

# Hubungan Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Faktor Lainnya dengan Risiko Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Siswi SMK Informatika Bina Generasi 3 Kabupaten Bogor 2023 = The Relationship between Energy Intake, Macronutrients and Other Factors with Chronic Energy Deficiency (CED) in Informatika Bina Generasi 3 Vocational High School Students, Bogor Regency in 2023

Siregar, Elisabet Anggita, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920530554&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Risiko kekurangan energi kronik (KEK) merupakan keadaan dimana remaja putri mempunyai kecenderungan untuk menderita KEK. Kategori risiko KEK di Indonesia didasarkan pada hasil ukur lingkaran lengan atas (LILA) kurang dari atau sama dengan 23,5 cm. Apabila KEK terjadi pada remaja dapat menyebabkan menurunnya kemauan belajar dan kesehatan fisik pada remaja putri, mengingat dampak KEK pada remaja putri juga dapat berlanjut hingga dewasa dan dapat berdampak buruk pada masa kehamilan dan melahirkan bayi stunting. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor asupan energi, asupan gizi makro, frekuensi makan, kebiasaan sarapan pagi, citra tubuh, uang saku, dan pekerjaan ibu dengan kejadian KEK pada siswi Sekolah Menengah Kejuruan Informatika Bina Generasi 3 Kabupaten Bogor tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain studi analitik deskriptif dengan menggunakan metode cross sectional dan metode pengambilan sampelnya dengan simple random sampling pada siswi Sekolah Menengah Kejuruan Informatika Bina Generasi 3 Bogor yaitu kelas 11 - 12 periode 2022/2023 pada Agustus 2023. Analisis data menggunakan statistik chi-square. Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 53,3% siswi Sekolah Menengah Kejuruan Informatika Bina Generasi 3 berisiko KEK dan 47,8% tidak berisiko KEK. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi, asupan karbohidrat, asupan lemak, asupan protein, frekuensi makan, dan pengetahuan gizi dengan risiko kurang energi kronik (KEK) pada siswi. . Asupan energi (p-value= 0,002) dan karbohidrat (p-value= 0,003) merupakan faktor terbesar terjadinya risiko KEK pada siswi, yaitu dimana siswi yang mempunyai asupan energi yang kurang berpeluang 5,400 dan 5,789 kali lebih besar berisiko KEK dibandingkan dengan responden dengan asupan energi dan karbohidrat yang cukup. Diharapkan siswi dapat lebih meningkatkan asupan energi dan asupan zat gizi makro melalui melakukan pola makan yang baik yaitu dengan memperbaiki frekuensi makan dengan rutin yaitu 3 kali sehari dengan makan utama dan meningkatkan kualitas makan dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi seimbang.

.....The risk of chronic energy deficiency (CED) is a condition in which young women tend to suffer from CED. The CED risk category in Indonesia is based on the results of measuring the upper arm circumference (MUAC) which is less than or equal to 23.5 cm. If CED occurs in adolescents it can cause a decrease in the willingness to learn and physical health in young women, considering that the impact of CED on young women can also continue into adulthood and can have a negative impact during pregnancy and childbirth. retarded baby. This study aims to determine the relationship between energy intake, macronutrient intake, meal frequency, breakfast habits, body image, pocket money, and mother's occupation with the incidence of CED in female students at SMK Informatics Bina Generasi 3, Bogor Regency, in 2023. This study used a research design descriptive analysis using the cross-sectional method and the sampling method using simple

random sampling in female students of SMK Informatics Bina Generasi 3 Bogor, namely class 11 – 12 for the 2022/2023 period in August 2023. Data analysis used chi-square statistics. The results showed that 53.3% of female students at SMK Informatika Bina Bata 3 were at risk of KEK and 47.8% were not at risk of CED. There is a significant relationship between energy intake, carbohydrate intake, fat intake, protein intake, meal frequency, and nutritional knowledge with the risk of chronic energy deficiency (CED) in female students. Energy intake (p-value = 0.002) and carbohydrates (p-value = 0.003) are the biggest risk factors for CED in female students, namely students who have less energy intake are 5,400 and 5,789 times more likely to be at risk of CED compared to respondents with low energy intake. sufficient energy and carbohydrates. It is hoped that female students can further increase their energy intake and macronutrient intake by adopting a good diet, namely by improving the frequency of eating regularly, namely 3 times a day with main meals, and improving the quality of eating by consuming nutritionally balanced foods.