

Abstrak

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG, POLA MAKAN DAN TINGKAT KECUKUPAN PROTEIN DENGAN KEJADIAN KEK REMAJA PUTRI DI SMK SWAGAYA 1 PURWOKERTO

Maghfira Aulia Riyadi Putri, Izka Sofiyya Wahyurin, Atikah Proverawati

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Kejadian KEK pada remaja putri dapat berdampak terhadap masa tumbuh kembangnya. Beberapa faktor penyebab KEK antara lain *body image*, aktivitas fisik, penyakit infeksi, pola makan, asupan makan dan pengetahuan gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah tingkat pengetahuan gizi seimbang, pola makan dan tingkat kecukupan protein berhubungan dengan kejadian KEK pada remaja putri.

Metodologi: Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* yang melibatkan 81 orang remaja putri SMK Swagaya 1 Purwokerto berusia 15-18 tahun dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner Pengetahuan Gizi Seimbang, *Food Recall* 3x24jam untuk variabel tingkat kecukupan protein dan FFQ (*Food Frequency Questionnaire*) untuk variabel pola makan. Kejadian KEK pada remaja ditentukan menggunakan pita LILA dengan *cut off* <22 cm. Variabel dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dengan kemaknaan 5%.

Hasil Penelitian: Mayoritas remaja putri memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang baik (70,4%), pola makan baik (51,95%), dan tingkat kecukupan protein tidak cukup (63%). Mayoritas remaja tidak mengalami KEK (77,8%). Hubungan tingkat pengetahuan gizi seimbang ($p=0,845$), pola makan ($p=0,154$), dan tingkat kecukupan protein dengan kejadian KEK ($p=0,461$).

Kesimpulan: Tingkat pengetahuan gizi seimbang, pola makan dan tingkat kecukupan protein tidak memiliki hubungan dengan kejadian KEK.

Kata Kunci: kejadian KEK, pola makan, tingkat kecukupan protein, tingkat pengetahuan gizi seimbang.

Abstract

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF BALANCED NUTRITION, DIET AND PROTEIN ADEQUACY LEVEL WITH THE INCIDENCE OF CED ADOLESCENT GIRLS IN SMK SWAGAYA 1 PURWOKERTO

Maghfira Aulia Riyadi Putri, Izka Sofiyya Wahyurin, Atikah Proverawati

Background: Adolescence is a transition period from childhood to adulthood. The incidence of CED in adolescent girls can have an impact on their growth and development. Some of the factors that cause CED include body image, physical activity, infectious diseases, diet, food intake and knowledge of balanced nutrition. This study aims to determine whether the level of knowledge of balanced nutrition, diet and protein adequacy levels are associated with the incidence of CED in adolescent girls.

Methods: The research design used cross sectional involving 81 adolescent girls of SMK Swagaya 1 Purwokerto aged 15-18 years with purposive sampling technique. The instruments used Balanced Nutrition Knowledge questionnaire, 3x24h Food Recall for protein sufficiency level variable and FFQ (Food Frequency Questionnaire) for dietary pattern variable. The incidence of CED in adolescents was determined using the LILA band with a cut off of <22 cm. Variables were analyzed using Chi-Square test with 5% significance.

Result: The majority of adolescent girls had a good level of knowledge of balanced nutrition (70.4%), a good diet (51.95%), and an insufficient level of protein adequacy (63%). The majority of adolescents did not experience CED (77.8%). The relationship between the level of knowledge of balanced nutrition ($p=0.845$), dietary patterns ($p=0.154$), and the level of protein adequacy with the incidence of CED was not significant ($p=0.461$).

Conclusion: The level of knowledge of balanced nutrition, diet, and the level of protein adequacy had no relationship with the incidence of CED.

Keywords: incidence of CED, diet, protein adequacy level, knowledge level of balanced nutrition.