

# **SKRIPSI**

## **ANALISIS HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA WANITA USIA SUBUR DI KECAMATAN TANJUNG BATU KABUPATEN OGAN ILIR**



**OLEH**

**NAMA : NATASYA FADLIYA AUDITA**

**NIM : 10021281823023**

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2023**

# **SKRIPSI**

## **ANALISIS HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA WANITA USIA SUBUR DI KECAMATAN TANJUNG BATU KABUPATEN OGAN ILIR**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)  
Sarjana Gizi pada Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : NATASYA FADLIYA AUDITA  
NIM : 10021281823023

**PROGRAM STUDI GIZI (S1)  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2023**

**PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

Skripsi, Juni 2023

Natasya Fadliya Audita, dibimbing oleh Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.

**Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir**  
xvii + 93 halaman, 23 tabel, 4 gambar, 7 lampiran

**ABSTRAK**

Kekurangan energi kronis merupakan salah satu keadaan malnutrisi dimana terdapat ketidakseimbangan antara asupan gizi dan pengeluaran energi pada seseorang yang berlangsung menahun yang mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan. Dewasa ini, banyak sekali individu yang belum mempunyai cukup kesadaran akan pentingnya asupan makanan yang masuk kedalam tubuh mereka sehingga asupan makanan yang dikonsumsi sering tidak mencukupi kebutuhan atau bahkan terlalu melebihi sehingga dikhawatirkan dapat merugikan dikemudian hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran kejadian KEK, asupan zat gizi makro, pendidikan dan pendapatan serta menganalisis hubungannya dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Responden berjumlah 88 orang yang dipilih dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Data diolah dengan uji statistik dan dianalisis secara deskriptif. Hasil analisis menyatakan sebanyak 11,4% responden mengalami KEK, 98,9% responden memiliki asupan karbohidrat yang kurang, 64,8% responden memiliki asupan protein yang kurang, 62,5% responden memiliki asupan lemak yang kurang, 75% responden berpendidikan rendah dan 84,1% responden memiliki pendapatan di bawah UMR. Menurut analisis bivariat, tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat ( $p = 1,000$ ), asupan protein ( $p = 0,484$ ), asupan lemak ( $p = 0,167$ ), pendidikan ( $p = 0,440$ ) dan pendapatan ( $p = 1,000$ ) dengan kejadian KEK. Kesimpulan dari penelitian adalah kebanyakan responden yang memiliki asupan karbohidrat, protein dan lemak serta memiliki pendidikan rendah dan pendapatan di bawah UMR tidak mengalami KEK namun sebagian besar responden yang mengalami KEK memiliki asupan karbohidrat dan protein yang kurang serta memiliki tingkat pendidikan yang rendah dan pendapatan di bawah UMR. Bagi wanita usia subur, diharapkan untuk lebih memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi sebagai sumber zat gizi makro.

**Kata Kunci** : Zat Gizi Makro, Kekurangan Energi Kronis, Wanita Usia Subur  
**Kepustakaan** : 48 (2000 – 2022)

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi  
Fakultas Kesehatan Masyarakat



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM  
NIP. 198604252014042001

Pembimbing



Indah Yuliana, S.Gz., M.Si  
NIP. 198804102019032018

**NUTRITIONAL SCIENCE STUDY PROGRAM  
FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
SRIWIJAYA UNIVERSITY**

Thesis, June 2023

Natasya Fadliya Audita, supervised by Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.

**Analysis The Relationship between Macronutrients Intake and Chronic Energy Deficiency (CED) in Women of Reproductive Age In Tanjung Batu District, Ogan Ilir Regency.**

xvii + 93 Pages, 23 tables, 4 pictures, 7 attachments

**ABSTRACT**

*Chronic energy deficiency (CED) is a condition of malnutrition where the amount of nutrition intake and the energy expenditure in someone are not in a balanced situation that have lasted for years resulting in health problems. Nowadays, many individuals do not have enough awareness of the importance of food intake that enters their bodies causing the amount of food they consumed often too little or even too much than what they actually needed which could affect their health in the future. The purpose of this study was not only to identify the CED cases, macronutrients intake, education and income level in women of reproductive age in Tanjung Batu District, Ogan Ilir Regency but also to determine the relationship between macronutrients intake and chronic energy deficiency (CED). This study is a quantitative study with a cross-sectional research design. Respondents amounted to 88 people selected using a purposive sampling method. The data were processed by statistical tests and analyzed descriptively. The results of the analysis stated that 11.4% of respondents experienced CED, 98.9% of respondents had inadequate carbohydrate intake, 64.8% of respondents had inadequate protein intake, 62.5% of respondents had inadequate fat intake, 75% of respondents had low education and 84.1% of respondents had income below the regional minimum wage. According to bivariate analysis, there was no relationship between carbohydrate intake ( $p = 1.000$ ), protein intake ( $p = 0.484$ ), fat intake ( $p = 0.167$ ), education level ( $p = 0.440$ ) and income level ( $p = 1.000$ ) with the incidence of CED. The conclusion of this study is that most of the respondents who had inadequate carbohydrate, protein and fat intake as well as having low education and had income below the regional minimum wage do not suffer from Chronic Energy Deficiency (CED). However, most of the respondents who experienced CED had inadequate carbohydrate and protein intake as well as having low level of education and had income below the regional minimum wage. It is advisable to pay more attention to the type of food consumed as a source of macronutrients.*

**Keyword** : Macronutrients Intake, Chronic Energy Deficiency, Women of Reproductive Age

**Library** : 48 (2000 – 2022)

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi  
Fakultas Kesehatan Masyarakat



Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM  
NIP. 198604252014042001

Pembimbing



Indah Yuliana, S.Gz., M.Si  
NIP. 198804102019032018

# LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME

## LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 22 Juni 2023

Yang bersangkutan,



Natasya Fadliya Audita

NIM. 10021281823023

# HALAMAN PENGESAHAN

## HALAMAN PENGESAHAN

ANALISIS HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN  
KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA WANITA  
USIA SUBUR DI KECAMATAN TANJUNG BATU, KABUPATEN OGAN  
ILIR

### SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Memperoleh Gelar Sarjana Gizi

Oleh :

NATASYA FADLIYA AUDITA

10021281823023

Indralaya, 22 Juni 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Pembimbing



Indah Yuliana, S.Gz., M.Si  
NIP. 198804102019032018

## HALAMAN PERSETUJUAN

### HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa skripsi ini dengan judul “Analisis Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir” telah dipertahankan di hadapan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 29 Mei 2023.

Indralaya, 21 Juni 2023

Tim Penguji Skripsi :

**Ketua Penguji :**

1. Yuliarti, S.KM., M.Gizi  
NIP. 198807102019032018

(  )

**Anggota Penguji :**

1. Desri Maulina Sari, S.Gz., M.Epid  
NIP. 198612112019032009
2. Indah Yuliana. S.Gz., M.Si  
NIP. 198804102019032018

(  )

(  )

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Sriwijaya



Ketua Jurusan Gizi  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Sriwijaya

  
Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM  
NIP. 198604252014042001

## **RIWAYAT HIDUP**

### **Data Pribadi**

Nama : Natasya Fadliya Audita  
NIM : 10021281823023  
Tempat, Tanggal Lahir : Palembang, 27 Mei 2000  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Jl. Sei Rambang No. 823A RT01 RW04,  
Kelurahan Siring Agung, Kecamatan Ilir Barat I,  
Kota Palembang  
Email : auditanatasyaa@gmail.com

### **Riwayat Pendidikan**

TK (2004 – 2005) : TK Aisyiyah 4 Palembang  
SD (2006 – 2012) : SD Muhammadiyah 06 Palembang  
SMP (2012 – 2015) : SMP Negeri 1 Palembang  
SMA (2015 – 2018) : SMA Plus Negeri 17 Palembang  
S1 (2018 – 2023) : Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan  
Masyarakat, Universitas Sriwijaya



## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT karena atas ridho-Nya penulis mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir”. terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan serta doa dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM selaku Ketua Jurusan S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Indah Yuliana, S.Gz., M.Si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan wawasan, motivasi, arahan serta bimbingan sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Yuliarti, S.KM. M.Gizi selaku dosen penguji I yang telah memberikan arahan dan saran serta menyediakan waktu untuk bimbingan hingga selesainya skripsi penulis.
5. Ibu Desri Maulina Sari, S.Gz. M.Epid selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan dan saran serta menyediakan waktu untuk bimbingan hingga selesainya skripsi penulis.
6. Para dosen, karyawan dan seluruh civitas akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
7. Seluruh responden penelitian di Kecamatan Tanjung Batu yang bersedia memberikan informasi kepada penulis.
8. Keluarga tersayang Papa Buyung Mursadi, Mama Suita Pujianti, Atu Nabilla Rizkia Audita dan M. Ziedane Gymnastiar yang senantiasa mendoakan, mendukung dan memberikan semangat kepada penulis dalam mengerjakan skripsi.
9. Amalia Salsabila, Atiqah Fadiah Nashfati, Nadhia Nur Putriana, Putri Hijir Khairani, Rifdah Widda Islamy dan Yohana Theresia Gea selaku teman –

teman dari Showbeyy yang selalu menyemangati dan mendukung penulis selama mengerjakan skripsi.

10. Seluruh teman – teman di Program Studi Gizi tahun 2018.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu namun turut serta dalam membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam pengerjaan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan. Maka dari itu penulis menerima segala kritik dan saran agar kedepannya menjadi lebih baik lagi dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membacanya.

Indralaya,

Penulis

Natasya Fadliya Audita

## HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Natasya Fadliya Audita  
NIM : 10021281823023  
Program Studi : Gizi  
Fakultas : Kesehatan Masyarakat  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui / ~~tidak menyetujui~~ \*) (jika tidak menyetujui sebutkan alasannya) untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : Analisis Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (Kek) pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya  
Pada tanggal : Juni 2023  
Yang Menyatakan,

Natasya Fadliya Audita

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN PLAGIARISME .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
1.5.1 Lingkup Lokasi .....	5
1.5.2 Lingkup Materi.....	6
1.5.3 Lingkup Waktu.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7

2.1	Gizi pada Wanita Usia Subur .....	7
2.1.1	Gizi Makro .....	7
2.1.2	Gizi Mikro .....	11
2.2	KEK pada Wanita Usia Subur .....	12
2.2.1	Penilaian .....	12
2.3	Penyebab Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur ...	14
2.3.1	Faktor langsung .....	14
2.3.2	Faktor tidak langsung .....	15
2.4	Food Recall sebagai Metode Penilaian Konsumsi Pangan .....	17
2.4.1	Langkah-langkah dalam Metode Food Recall 24 Jam .....	17
2.4.2	Kelebihan dan Kekurangan Metode <i>Food Recall</i> 24 Jam .....	18
2.4.3	Alat yang Digunakan .....	18
2.5	Kerangka Teori .....	20
2.6	Kerangka Konsep .....	21
2.7	Hipotesis .....	21
2.8	Definisi Operasional .....	22
BAB III METODE PENELITIAN .....		25
3.1	Desain Penelitian .....	25
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian .....	25
3.2.1	Populasi .....	25
3.2.2	Sampel .....	26
3.3	Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data .....	28
3.3.1	Jenis Data .....	28
3.3.2	Cara Pengumpulan Data .....	29
3.3.3	Teknik Pengumpulan Data .....	30
3.3.4	Alat Pengumpulan Data .....	30

3.4	Pengolahan Data.....	31
3.4.1	Pemeriksaan Data ( <i>Editing</i> ) .....	32
3.4.2	Pengkodean Data ( <i>Coding</i> ) .....	32
3.4.3	Memasukan Data ( <i>Entry</i> ) .....	33
3.4.4	<i>Cleaning Data</i> .....	33
3.5	Validitas Data.....	33
3.6	Analisis dan Penyajian Data .....	33
3.6.1	Analisis Univariat.....	33
3.6.2	Analisis Bivariat.....	33
3.6.3	Penyajian Data .....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN .....		36
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	36
4.1.1	Kondisi Geografis, Demografi dan Topografi di Kecamatan Tanjung Batu .....	36
4.1.2	Penduduk.....	37
4.1.3	Sarana dan Tenaga Kesehatan.....	39
4.2	Hasil Penelitian .....	40
4.2.1	Hasil Analisis Univariat .....	40
4.2.2	Hasil Analisis Bivariat .....	43
BAB V PEMBAHASAN .....		48
5.1	Keterbatasan Penelitian.....	48
5.2	Pembahasan.....	48
5.2.1	Kejadian KEK di Kecamatan Tanjung Batu .....	48
5.2.2	Gambaran Asupan Karbohidrat pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu .....	49
5.2.3	Gambaran Asupan Protein pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu.....	50

5.2.4	Gambaran Asupan Lemak pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu.....	50
5.2.5	Gambaran Pendidikan pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu.....	51
5.2.6	Gambaran Pendapatan pada Wanita Usia Subur di Kecamatan Tanjung Batu.....	51
5.2.7	Hubungan antara Asupan Karbohidrat dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur .....	52
5.2.8	Hubungan antara Asupan Protein dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur.....	52
5.2.9	Hubungan antara Asupan Lemak dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur.....	54
5.2.10	Hubungan antara Pendidikan dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur.....	55
5.2.11	Hubungan antara Pendapatan dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur.....	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....		58
6.1	Kesimpulan .....	58
6.2	Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA .....		60

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Angka Kecukupan Karbohidrat Sehari pada Wanita Usia Subur .....	8
Tabel 2.2 Angka Kecukupan Protein Sehari pada Wanita Usia Subur .....	9
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Lemak Sehari pada Wanita Usia Subur .....	10
Tabel 2.4 Klasifikasi KEK Dewasa berdasarkan LILA .....	12
Tabel 2.5 Klasifikasi KEK Dewasa berdasarkan IMT .....	14
Tabel 2.6 Klasifikasi Tingkat Konsumsi .....	15
Tabel 2.7 Definisi Operasional .....	22
Tabel 3.1 Rincian Jumlah Sampel Penelitian .....	26
Tabel 3.2 Jenis Data Penelitian .....	28
Tabel 4.1 Distribusi Penduduk di Kecamatan Tanjung Batu .....	38
Tabel 4.2 Distribusi Sarana Kesehatan di Kecamatan Tanjung Batu .....	39
Tabel 4.3 Distribusi Tenaga Kesehatan di Kecamatan Tanjung Batu .....	40
Tabel 4.4 Distribusi Kejadian KEK pada WUS di Kecamatan Tanjung Batu .....	40
Tabel 4.5 Distribusi Asupan Karbohidrat pada WUS di Kecamatan Tanjung Batu .....	41
Tabel 4.6 Distribusi Asupan Protein pada WUS di Kecamatan Tanjung Batu .....	42
Tabel 4.7 Distribusi Asupan Lemak pada WUS di Kecamatan Tanjung Batu .....	42
Tabel 4.8 Distribusi Tingkat Pendidikan pada WUS di Kecamatan Tanjung Batu .....	43
Tabel 4.9 Distribusi Tingkat Pendapatan pada WUS di Kecamatan Tanjung Batu .....	43
Tabel 4.10 Hubungan antara Asupan Karbohidrat dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur .....	44
Tabel 4.11 Hubungan antara Asupan Protein dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur .....	45
Tabel 4.12 Hubungan antara Asupan Lemak dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur .....	45
Tabel 4.13 Hubungan antara Pendidikan dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur .....	46



Tabel 4.14 Hubungan antara Pendapatan dengan Kejadian KEK pada Wanita Usia Subur .....	47
--	----

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pita LILA.....	13
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	20
Gambar 2.3 Kerangka Konsep .....	21
Gambar 4.1 Wilayah Kecamatan Tanjung Batu .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Formulir Food Recall Individu .....	66
Lampiran 2. Kuesioner Ibu Indah Yuliana, S.Gz., M.Si.....	69
Lampiran 3. Lembar Bimbingan Skripsi.....	78
Lampiran 4. Kaji Etik Penelitian FKM Unsri .....	80
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	81
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	82
Lampiran 7. Output SPSS Data Penelitian.....	84

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Saat ini, masih banyak individu yang belum mempunyai cukup kesadaran akan pentingnya asupan makanan, sehingga makanan yang dikonsumsi sering tidak mencukupi kebutuhan atau bahkan terlalu melebihi sehingga dikhawatirkan dapat merugikan kesehatan mereka di kemudian hari (Pritasari et al., 2017). Menurut Dieny et al. (2019), Seorang individu harus memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan menjalani pola hidup sehat untuk meningkatkan kualitas hidupnya, keturunannya, dan untuk mencegah berbagai masalah gizi.

Menurut kerangka konsep UNICEF (1998), disebutkan bahwa ada dua penyebab baik penyebab langsung maupun tak langsung terjadinya suatu masalah gizi pada seseorang. Penyebab langsungnya adalah infeksi penyakit dan asupan, sedangkan penyebab tak langsungnya adalah layanan kesehatan, perawatan atau pola asuh anak dan ibu hamil, serta ketersediaan pangan rumah tangga. Masalah gizi yang dapat terjadi pada wanita antara lain seperti, status gizi yang tidak normal yang disebabkan oleh kekurangan atau kelebihan gizi dan kekurangan energi kronis (KEK) yang sering terjadi pada wanita usia subur.

Asupan gizi seseorang berkaitan langsung dengan status gizinya. Status gizi seseorang tergantung dari asupan gizi serta kebutuhannya, jika antara asupan gizi dengan kebutuhan tubuhnya seimbang, maka akan menghasilkan status gizi yang baik (Thamaria, 2017). Penelitian yang dilakukan Siregar (2019), mengatakan asupan gizi yang dilihat dari pola makan seseorang memengaruhi status gizi seseorang dengan asupan karbohidrat sebagai yang faktor paling dominan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wijayanti et al. (2019) yang menunjukkan hubungan signifikan asupan gizi yang berupa energi, karbohidrat, dan protein dengan status gizi.

Asupan gizi pada seseorang bukan hanya dapat memengaruhi status gizinya saja, masalah gizi seperti kekurangan energi kronis (KEK) yang umum terjadi pada wanita usia subur (WUS) dan ibu hamil juga dipengaruhi oleh asupan gizi

yang masuk ke dalam tubuh. Selain itu, dalam melakukan aktivitasnya, seseorang membutuhkan yang namanya energi. Energi tersebut dapat diperoleh melalui konsumsi zat gizi yang ada pada makanan. Zat gizi terbagi menjadi zat gizi makro yang dibutuhkan dalam jumlah banyak dalam tubuh dan zat gizi mikro yang walaupun hanya dibutuhkan dalam jumlah sedikit namun tetap ada dalam makanan (Almatsier, 2004). Zat gizi makro terdiri atas karbohidrat, protein dan lemak. Cadangan energi dapat disimpan dalam bentuk glikogen salah satunya di otot, sementara kelebihan zat gizi makro yang lain disimpan dalam bentuk jaringan adiposa yang ada pada lemak di bawah kulit, sehingga lingkaran lengan atas dapat digunakan sebagai indikator untuk melihat riwayat asupan gizi seseorang pada masa lampau (Hastuti, 2012).

Beberapa faktor dapat berkontribusi terhadap terjadinya kekurangan energi kronis (KEK). Menurut Aprilianti & Purba (2018), kebanyakan wanita usia subur yang mengalami KEK memiliki pengetahuan dan sikap yang kurang baik serta mengalami defisit energi dan protein. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian Hubu et al. (2018) yang menyatakan bahwa rendahnya asupan energi dan asupan protein serta pengetahuan gizi yang kurang berhubungan dengan kejadian kekurangan energi kronis pada wanita prakonsepsi sedangkan menurut hasil penelitian yang dilakukan Paramata & Sandalayuk (2019), kejadian KEK pada wanita usia subur banyak ditemukan pada wanita yang berusia 15-24 tahun, memiliki tingkat pendidikan yang rendah yaitu sebagian besar pada wanita dengan pendidikan terakhir sekolah dasar dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga.

Masa pra konsepsi merupakan masa sebelum hamil yang diasumsikan sebagai wanita dewasa atau wanita usia subur (WUS) yang siap menjadi seorang ibu. Kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan masalah gizi seperti kurang energi kronik (KEK) dapat sangat mempengaruhi keadaan tubuh dan sistem produksi hormon yang berkaitan erat dengan terjadinya menstruasi (Nazilla et al., 2021). Menurut Putri (2019), status gizi pra konsepsi juga akan memengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi sehingga akan lebih baik jika pencegahannya dilaksanakan pada saat sebelum hamil namun

sayangnya masih banyak wanita di negara-negara berkembang yang belum menyadari pentingnya hal tersebut.

Menurut data RISKESDAS tahun 2018, 14,5% wanita tidak hamil di Indonesia menderita kurang energi kronis (KEK) dengan angka kejadian paling tinggi terdapat pada kelompok dengan rentang usia antara 15 sampai 19 tahun yaitu sebesar 36,3% dan 23,3% untuk kelompok dengan rentang usia 20 sampai 24 tahun sedangkan prevalensi KEK pada wanita tidak hamil di Sumatera Selatan adalah 12,82 dengan angka kejadian paling tinggi terjadi di kelompok dengan rentang usia 15 sampai 19 tahun dan 20 sampai 24 tahun dengan persentase masing-masing 33,74% dan 17,76%.

Kejadian KEK pada wanita tidak hamil di Kabupaten Ogan Ilir adalah sebesar 22,12%. Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir dan Puskesmas Kecamatan Tanjung Batu, belum terdapat data untuk besar prevalensi KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu. Kecamatan Tanjung Batu sendiri merupakan salah satu kecamatan dengan luas wilayah terbesar di Kabupaten Ogan Ilir yaitu 263,75 km<sup>2</sup>. Kecamatan tersebut memiliki 19 desa dan 2 kelurahan yang jarak antar desanya bisa dikatakan lumayan jauh. Seluruh desa yang ada di Kecamatan Tanjung Batu hanya dapat dijangkau menggunakan transportasi darat maka dari itu adanya alat transportasi baik pribadi maupun umum sangat penting. Sayangnya pada beberapa desa, alat transportasi umum dan jalur transportasi yang dimiliki belum cukup baik serta ada pula yang masih minim akan ketersediaan rumah makan (BPS Kabupaten Ogan Ilir, 2022).

Berdasarkan pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai analisis hubungan asupan gizi dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Keadaan gizi pra konsepsi seorang wanita akan memengaruhi sistem produksi hormon yang berkaitan erat dengan terjadinya menstruasi, kondisi kehamilan serta kesejahteraan bayi di kemudian hari sehingga ada baiknya menjaga kesehatan gizi sejak sebelum hamil yaitu dengan memperhatikan

asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh. Angka kejadian KEK pada wanita tidak hamil di Kabupaten Ogan Ilir pada tahun 2018 yaitu 22,12%. Kabupaten Ogan Ilir sendiri terdiri dari 16 kecamatan salah satunya adalah Kecamatan Tanjung Batu. Pada Kecamatan Tanjung Batu ini sendiri ditemukan belum adanya data mengenai kejadian KEK pada wanita usia subur. Kecamatan yang memiliki 19 desa dan 2 kelurahan ini memiliki jarak antar desanya bisa dikatakan lumayan jauh dan pada beberapa desa memiliki jalur transportasi yang tidak terlalu baik serta minim tersedianya rumah makan. Merujuk pada latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran asupan zat gizi makro pada wanita usia subur dan hubungannya dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi makro dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi gambaran asupan zat gizi makro, pendidikan, pendapatan dan kejadian KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.
- b. Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dengan kejadian KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.
- c. Menganalisis hubungan asupan protein dengan kejadian KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.
- d. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan kejadian KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.
- e. Menganalisis hubungan pendidikan dengan kejadian KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.

- f. Menganalisis hubungan pendapatan dengan kejadian KEK pada wanita usia subur di Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Sebagai sumber referensi tambahan, sekaligus untuk menambah informasi dan pengetahuan di bidang gizi, khususnya tentang asupan gizi dan kaitannya dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai asupan gizi dan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur.

- b. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Memberikan informasi dan referensi serta menjadi dasar penelitian selanjutnya mengenai asupan gizi dan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada wanita usia subur.

- c. Bagi Masyarakat

Menjadi sajian informasi bagi masyarakat di wilayah Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir untuk mengambil tindakan kedepannya.

## **1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

### **1.5.1 Lingkup Lokasi**

Penelitian ini dilakukan di 18 desa dan 2 kelurahan yang terdapat pada Kecamatan Tanjung Batu, Kabupaten Ogan Ilir, Provinsi Sumatera Selatan. Desa tersebut meliputi Seri Bandung, Seri Tanjung, Bangun Jaya, Tanjung Tambak, Tanjung Tambak Baru, Tanjung Baru Petai, Tanjung Batu Seberang, Tanjung Atap, Tanjung Atap Barat, Tanjung laut, Limbang Jaya I, Limbang Jaya II, Tanjung Pinang I, Tanjung Pinang II, Senuro Timur, Senuro Barat, Pajar Bulan dan Burai sedangkan untuk kelurahannya meliputi Tanjung Batu dan Tanjung Batu Timur.



### **1.5.2 Lingkup Materi**

Ruang lingkup materi dari penelitian ini yaitu mengenai asupan zat gizi makro pada wanita usia subur.

### **1.5.3 Lingkup Waktu**

Penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus 2022 sampai bulan Februari 2023.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Aprilianti, D., & Purba, J. S. R. (2018). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Asupan Energi dan Protein Terhadap Risiko Kurang Energi Kronik (KEK). *Pontianak Nutrition Journal*, 01(01).
- Arisman. (2010). *Gizi dalam Daur Hidup*. Jakarta : EGC.
- Azizah, A., & Adriani, M. (2018). Tingkat Kecukupan Energi Protein Pada Ibu Hamil Trimester Pertama Dan Kejadian Kekurangan Energi Kronis. *Media Gizi Indonesia*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i1.21-26>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Ogan Ilir. (2022). *Kecamatan Tanjung Batu dalam Angka*. Kabupaten Ogan Ilir : BPS Kabupaten Ogan Ilir.
- Bustan, W. N., Salam, A., Jafar, N., Virani, D., & Mansur, M. A. (2021). Wahyuni Nurqadriyani: Hubungan Pola Konsumsi dan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 10(1), 34–51.
- Dharma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Dictara, A. A., Angraini, D. I., Mayasari, D., & Karyus, A. (2020). Hubungan Asupan Makan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Kota Bandar Lampung. *Majority*, 9(2), 1–6.
- Dieny, F. Rahadiyanti, A. Kurniawati, D. (2019). *Gizi Prakonsepsi*. Jakarta : Bumi Medika.
- Dwifitri, U., Zulkarnain, M., Flora, R., Purnama, Y., & Slamet, S. (2022). Karakteristik, Asupan Protein, Kadar Protein Total dan Kejadian Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil: Studi Cross Sectional. *Jurnal*

*Kesehatan Metro Sai Wawai*, 15(2), 108–120.  
<http://dx.doi.org/10.26630/jkm.v15i1.3497>

Erma, S.A., Jafar, N., & Indriasari, R. (2013). Hubungan pola makan dan status sosial ekonomi dengan kejadian KEK pada ibu hamil di Kabupaten Gowa tahun 2013. Diakses dari <http://repository.unhas.ac.id/handle/123456789/5508>

Fauziana, S., & Fayasari, A. (2020). Hubungan Pengetahuan, Keragaman Pangan, Dan Asupan Gizi Makro Mikro Terhadap Kek Pada Ibu Hamil. *Binawan Student Journal*, 2(1), 191–199. <https://doi.org/10.54771/bsj.v2i1.107>

Fitri, R. Y., Sulung, N., & Rusti, S. (2019). Determinan Kejadian Composite Index of Anthropometric Failure (Ciaf) Di Kabupaten Sijunjung, Padang Pariaman Dan Pasaman Barat. *Human Care Journal*, 4(1), 48. <https://doi.org/10.32883/hcj.v4i1.206>

Gulo, W. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Gramedia Widiasarana Indonesia.

Helena. (2013). *Buku Saku Gizi dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC

Hermawan, S., & Amirullah. (2016). *Metode Penelitian Bisnis Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif*. Malang : Media Nusa Creative.

Hery P, J. (2022). *Indikator Kesejahteraan Rakyat Kabupaten Ogan Ilir*. Kabupaten Ogan Ilir : BPS Kabupaten Ogan Ilir.

Heryana, A. (2020). *Uji Chi Square*. Universitas Esa Unggul.

Hubu, N., Nuryani, N., & Hano, Y. H. (2018). Pengetahuan, Asupan Energy dan Zat Gizi Berhubungan dengan Kekurangan Energy Kronis pada Wanita Prakonsepsi. *Gorontalo Journal of Public Health*, 1(1), 015. <https://doi.org/10.32662/gjph.v1i1.144>

Indriantoro, Nur., dan Supomo, Bambang. (2013). *Metodologi Penelitian Bisnis Untuk Akuntansi & Manajemen*. Yogyakarta: BPFE

- Kusharto, C., & Supariasa, I. (2014). *Survei Konsumsi Gizi*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Mulyani, I., Safrullah, A., & Astuti, N. F. W. (2016). Persepsi Body Image dan Pola Makan Terkait Terjadinya Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Siswa Sekolah Menengah Atas It Abu Bakar Yogyakarta. Thesis: Universitas Gajah Mada. (E-Thesis).
- Nazilla, E. M., Yusnaini, & Kartinezahri. (2021). Literatur Review : Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja. *Nasuwakes: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(2), 136–145.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nova, M., & Yanti, R. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi pada Siswa MTs.S An-Nur Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 5(2), 169–175. <https://doi.org/10.33653/jkp.v5i2.145>
- Paramata, Y., & Sandalayuk, M. (2019). Kurang Energi Kronis pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. *Gorontalo Journal of Public Health*, 2(1), 120. <https://doi.org/10.32662/gjph.v2i1.390>
- Permenkes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang
- Permenkes RI. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 28 Tahun 2019 tentang Peraturan Menteri Kesehatan tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia.
- Praditasari, J. A., & Sumarmik, S. (2018). Asupan Lemak, Aktivitas Fisik Dan Kegemukan Pada Remaja Putri Di Smp Bina Insani Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 13(2), 117. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.117-122>
- Pritasari. Damayanti, D. Lestari, N. (2017). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Putri, M. C., Angraini, D. I., & Hanriko, R. (2019). Hubungan Asupan Makan

- dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah. *Journal Agromedicine*, 6(1), 105–113. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/2260/pdf>
- Rini, R. F., Herutomo, T., & Haryanto, I. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Jatiluhur Purwakarta Tahun 2017. *Journal of Holistic and Health Sciences*, 2(1), 36–43. <https://doi.org/10.51873/jhhs.v2i1.23>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Provinsi Sumatera Selatan. Badan Penelitian dan Pengembangan*.
- Santoso, S. (2014). *Statistik NonParametrik : Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Setyaningrum, D., Netty, & Handayani, E. (2020). Hubungan Pengetahuan, Status Pekerjaan dan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pelaihari Kabupaten Tanah Laut Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan*, 66.
- Siregar, E. I. S. (2019). Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Status Gizi Pegawai Direktorat Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan. *Journal of Pharmaceutical And Sciences*, 2(2), 29–35. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v2i2.30>
- Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Jakarta : Ditjen DIKTI-DEPDIKNAS.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Suma'mur. (2014). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta : Sagung Seto

- Supariasa, I., Bakri, B., & Fajar, I. (2014). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC.
- Thamaria, N. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Utami R, N., Mustamin, M., Ipa, A., & Rochimiwati, S. N. (2019). Family income with less chronic energy (LCE) in pregnant women. *Media Gizi Pangan*, 25(2), 57. <https://doi.org/10.32382/mgp.v25i2.391>
- Wardhani, P. I., Agustina, & Ery, M. (2020). Hubungan Body Image dan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri SMAN di Jawa Barat. *Jph Recode*, 3(2), 127–139.
- Waryono. (2009). *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Widyastuti, S. D., & Sugiarto, H. (2021). Kaitan Pendidikan, Umur, Dan Gravida Dengan Kurang Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Yang Bersalin Di Praktik Bidan Mandiri “Y” Kabupaten Indramayu. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 5(3), 124–132. <https://doi.org/10.33366/nn.v5i3.2351>
- Wijayanti, A., Margawati, A., & Wijayanti, H. S. (2019). Hubungan Stres, Perilaku Makan, Dan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal of Nutrition College*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i1.23807>
- Wisdayanti, Nurhapsa, & Fitriani, U. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Kurang Energi Kronik Pada Wanita Usia Subur Di Kecamatan Maiwa Kabupaten Enrekang. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 5(1), 475–486. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes/article/view/724>