

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN PERSIAPAN MASA
PRAKONSEPSI TERHADAP KEJADIAN
KEKURANGAN ENERGI KRONIS PADA REMAJA
PEREMPUAN DI WILAYAH PUSKESMAS
MAKRAYU KOTA PALEMBANG**



OLEH

TIONA BERLIAN A BEE

NIM : 10021381722063

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

2021

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN PERSIAPAN MASA
PRAKONSEPSI TERHADAP KEJADIAN
KEKURANGAN ENERGI KRONIS PADA REMAJA
PEREMPUAN DI WILAYAH PUSKESMAS
MAKRAYU KOTA PALEMBANG**

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



OLEH

TIONA BERLIAN A BEE

NIM : 10021381722063

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

2021

GIZI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, 27 September 2021

Tiona Berlian A Bee

Hubungan Pengetahuan Persiapan Masa Prakonsepsi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi kronis Pada Remaja Perempuan di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang

xiii + 76 halaman, 18 tabel, 2 gambar, 8 Lampiran

ABSTRAK

Kelompok usia yang memiliki risiko tertinggi untuk terjadinya kekurangan energi kronis (KEK) yaitu pada kelompok Wanita Usia Subur (WUS) 15–49 tahun yang tidak dalam keadaan hamil yaitu berisiko sebesar 20,8%. Pada tahun 2017 di Kota Palembang prevalensi terjadinya KEK sebesar 10,0% dengan kejadian KEK tertinggi berada di wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang yaitu sebesar 7,4%. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan pengetahuan persiapan masa prakonsepsi terhadap kejadian KEK yang terjadi pada remaja perempuan di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 176 remaja perempuan yang berusia 15-19 tahun. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dan multivariat dengan menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 50,6% remaja perempuan yang mengalami KEK dengan lingkaran atas terkecil yaitu 18,8 cm. Terdapat 61,9% remaja yang kurang mengetahui tentang persiapan masa prakonsepsi, 35,2% remaja yang mengalami gizi kurang, 4% remaja memiliki riwayat penyakit, 96% remaja dengan pola makan yang kurang baik dan 8,5% remaja memiliki pengaruh citra tubuh. Hasil bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan, pola makan dan indeks masa tubuh serta tidak terdapat hubungan antara pengaruh citra tubuh dan riwayat penyakit. Hasil multivariat menyatakan bahwa tingkat pengetahuan memiliki pengaruh lebih besar terhadap kejadian KEK. Kejadian KEK di wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang tergolong tinggi (>50%) yang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, pola makan, dan IMT. Dalam menanggulangi kejadian KEK maka Puskesmas Makrayu dapat melakukan promosi kesehatan dan melakukan kegiatan pengukuran status gizi pada remaja perempuan yang berada di wilayah Puskesmas Makrayu. Sehingga kelompok sasaran dapat lebih mengetahui status gizi yang dimiliki dan dapat menjaga pola hidup dan pola makan yang sehat dan bergizi seimbang serta dapat lebih aktif mencari tahu informasi lebih lanjut sehingga mulai mempersiapkan diri menjadi WUS yang tidak mengalami KEK.

Kata Kunci : Indeks Masa Tubuh, Kekurangan Energi Kronis, Pola Makan, Remaja Perempuan, Tingkat Pengetahuan.

Kepustakaan : 60 (2003-2020)

NUTRITION
FACULTY OF PUBLIC HEALTH SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, September 27th 2021

Tiona Berlian A Bee

The Correlation of Knowledge of Preconception Period Preparation to the Incidence of Chronic Energy Deficiency in Adolescent Girls in the Makrayu Community Health Center, Palembang City

xiii + 76 pages, 18 tables, 2 pictures, 8 attachment

ABSTRACT

The age group that has the highest risk for chronic energy deficiency (CED) is the group of women of childbearing age (WCA) 15–49 years who are not pregnant, with a risk of 20.8%. In 2017 in Palembang City the prevalence of CED was 10.0% with the highest incidence of CED being in the Makrayu Health Center area of Palembang City, which was 7.4%. The purpose of this study was to analyze the correlation of preconception preparation knowledge to the incidence of CED that occurred in adolescent girls in the Makrayu Health Center area of Palembang City. This study used a cross sectional research design using purposive sampling technique as many as 176 adolescent girls aged 15-19 years. Data analysis was carried out univariate, bivariate and multivariate using the Chi-square test. The results showed that there were 50,6% adolescent girls who experienced CED with the smallest upper arm circumference of 18.8 cm. There are 61,9% adolescents who do not know about preconception preparation, 35,2% adolescents who are malnourished, 4% adolescents have a history of disease, 96% adolescents with poor diet and 8,5% adolescents have an influence on body image. The bivariate results showed that there was a correlation between the level of knowledge, diet and body mass index and there was no relationship between the effect of body image and disease history. Multivariate results stated that the level of knowledge had a greater influence on the incidence of KEK. The incidence of CED in the Makrayu Health Center area of Palembang City is high (50%) which is influenced by the level of knowledge, diet, and BMI. In tackling the CED incident, the Makrayu Health Center can carry out health promotions and carry out nutritional status measurement activities for adolescent girls who are in the Makrayu Health Center area. So that the target group can better know their nutritional status and can maintain a healthy and balanced lifestyle and diet and can be more active in finding out more information so that they begin to prepare themselves to become WCA who do not experience CED.

Keywords : Body Mass Index, Chronic Energy Deficiency, Diet, Adolescent Girls, Knowledge Level.

Libraries : 60 (2003-2020)

HALAMAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujur-jujurnya dengan mengikuti Kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Inderalaya, Agustus 2020

Yang Bersangkutan



Tiona Berlian A Bee

NIM. 10021381722063

HALAMAN PERSETUJUAN

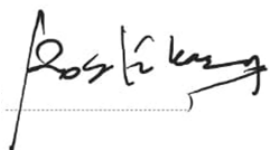
Hasil penelitian skripsi ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan Persiapan Masa Prakonsepsi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Remaja Perempuan Di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 27 September 2021

Indralaya, 27 September 2021

Tim Penguji Skripsi :

Ketua :

1. Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes., AIF
NIP. 197109271994032004

()

Anggota :

2. Ditia Fitri Arinda, S.Gz., M.PH
NIP. 199005052016072201
3. Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM
NIP.198604252014042001
4. Fatmalina Febry, S. KM., M.Si.
NIP. 197802082002122003

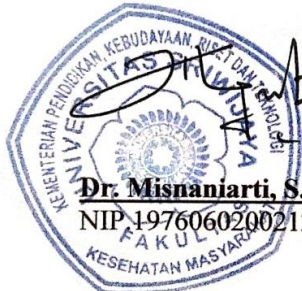
()

()


()

Mengetahui

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat


Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M
NIP. 19760602002122001

Koordinator Program Studi Gizi


Fatmalina Febry, SKM., M.Si.
NIP. 197802082002122003

Universitas Sriwijaya

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN PERSIAPAN MASA
PRAKONSEPSI TERHADAP KEJADIAN
KEKURANGAN ENERGI KRONIS PADA REMAJA
PEREMPUAN DI WILAYAH PUSKESMAS
MAKRAYU KOTA PALEMBANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Gizi

Oleh :

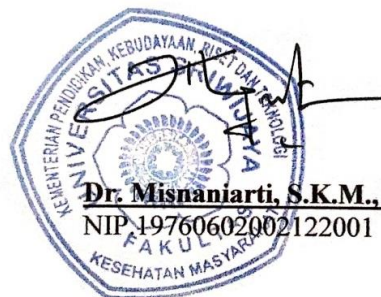
TIONA BERLIAN A BEE

10021381722063

Indralaya, 27 September 2021

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Pembimbing



Fatmalina Febry, SKM., M.Si.

NIP. 197802082002122003

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Tiona Berlian A Bee
NIM : 10021381722063
Tempat dan Tanggal Lahir : Rawa Bening, 21 Juni 1999
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Rs.sriwijaya (sekarjaya), lorong melati 3 blok
EB.08, kecamatan Baturaja Timur, Kabupaten
Ogan Komering Ulu
Email : tionaberlian74@gmail.com
No. Telepon/HP : 0895604523137

Riwayat Pendidikan

1. TK (2004 – 2005) : TK RA. Melati Baturaja
2. SD (2005 – 2011) : SD Negeri 43 OKU
3. SMP (2011 – 2014) : MTsN Baturaja
4. SMA (2014 – 2017) : SMA Negeri 04 OKU
5. Kuliah (2017 – 2021) : Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya

Riwayat Organisasi

1. 2007 – 2011 : Anggota Dokter Kecil SDN 43 OKU
2. 2011 – 2013 : Anggota Marching Band MTsN Baturaja
3. 2012 – 2013 : Bendahara Umum Osis MTsN Baturaja
4. 2012 – 2013 : Anggota Paskibraka MTsN Baturaja
5. 2014 – 2016 : Anggota Rohis SMA Negeri 04 OKU
6. 2015 – 2016 : Anggota Tim Basket Putri SMA Negeri 04 OKU
7. 2017 – 2019 : Anggota LDF Adz-dzikra Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
8. 2017 – 2018 : Anggota Badan Otonom *English and Study Club* Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
9. 2018 – 2019 : Ketua Departemen HRD Badan Otonom *English and Study Club* Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Persiapan Masa Prakonsepsi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Remaja Perempuan Di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang” ini dapat terlaksana. Tidak lupa untuk mengucapkan terimakasih atas semua bantuan dari berbagai pihak yang telah berkontribusi dengan memberikan sumbangan baik materi maupun. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT. yang selalu kebersamai dan memberikan kekuatan, nikmat kesehatan dan kelancaran serta kemudahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
2. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M. sebagai Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat.
3. Fatmalina Febry S. KM., M. Si. sebagai Kepala Prodi S1 Gizi dan sebagai Dosen Pembimbing yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan memberikan masukan selama penyusunan skripsi ini dengan baik.
4. Dr. Rostika Flora, S. Kep., M.Kes., AIF selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran dan bimbingan yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Ditia Fitri Arinda, S. Gz., M.PH selaku penguji 2 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran dan bimbingan yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Indah Purnama Sari, S.KM., M.KM selaku penguji 3 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran dan bimbingan yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

7. Para dosen dan staf Prodi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
8. Nina Herlina, AM. G. dan seluruh staff yang bekerja di Puskesmas Makrayu Kota Palembang yang sudah memberikan fasilitas, memberi arahan dan membantu dalam melakukan penelitian.
9. Keluarga tercinta, terutama Ayah Muhammad Ridwan, S. Pd., MM dan Ibu Yanuartini, S. Pd., M.Pdi yang selalu mendoakan dan saudari-saudariku Tiara Destiana A.Bee, Mouly Saphira, Izzati Nabila dan Ratu Lulu Fairuza yang selalu mendukung serta memberikan semangat setiap harinya.
10. Orang terdekat, Mouly Saphira dan Muhammad Dwiandra yang telah membantu dalam pengumpulan data validasi dan data kuesioner penelitian sehingga kegiatan penelitian berjalan dengan lancar dan lebih cepat.
11. Teman-teman seperjuanganku selama masa kuliah Rachma Nurul Fajriah, Viona Fika Permata, Yani Sagihira, Dwi Nur Atika, Mutia Saniyyah, Sinta Windasari dan Rahmi Almiya yang telah memberikan banyak kenangan dan cerita selama kuliah serta memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
12. Seluruh BPH BO ESC tahun 2018-2019 Andre, Kak Ana, Kak Maurend, Mbak Yunita, Suci, Viona, Rahmi, Cacak, Yulia, Mimi, Wafiq, Rye dan Galuh yang sudah banyak memberikan pengalaman serta masa yang indah selama menjadi BPH BO ESC.
13. Ketua lesan Bulek Lilia Krisna dan teman-teman 4Lawanqku Rahma Fitri Amalia, Siti Chaidatul Chodiah, Intan Larasati, Meigi Dwi Saputra, Vemia Apda Wijaya, Antonio Dwi Putra dan Rena Ning Tyas yang telah memberi banyak kenangan dan memberikan semangat satu sama lain.
14. Seluruh lapisan masyarakat yang terlibat dalam penelitian terutama remaja perempuan yang berada di wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang yang telah bersedia menjadi responden.

Selama penyusunan skripsi “Hubungan Pengetahuan Persiapan Masa Prakonsepsi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Remaja Perempuan Di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang” masih banyak kekurangan yang terjadi. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat dibutuhkan guna melengkapi dan penyempurnaan skripsi ini.

Inderalaya, 27 September 2021



Tiona Berlian A Bee

NIM. 10021381722063

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Tiona Berlian A Bee
NIM : 10021381722063
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exlucive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Hubungan Pengetahuan Persiapan Masa Prakonsepsi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronis Pada Remaja Perempuan Di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang”

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 : 27 September 2021

Yang menyatakan,



Tiona Berlian A Bee

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR ISTILAH	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kekurangan Energi Kronis	7
2.2 Gizi Prakonsepsi	15
2.3 Penelitian Terdahulu	18
2.4 Kerangka Teori	21
2.5 Kerangka Konsep	22
2.6 Definisi Operasional	23
2.7 Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Desain Penelitian	27
3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian	27
3.3 Teknik Pengambilan Sampel	29
3.4 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data	30
3.5 Pengolahan Data	33
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	33
3.7 Analisis dan Penyajian Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN	39
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
4.2 Hasil Penelitian	42

BAB V PEMBAHASAN	56
5.1 Keterbatasan Penelitian	56
5.2 Pembahasan.....	56
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	67
6.1 Kesimpulan	67
6.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Angka Kecukupan Zat Gizi Perempuan	11
Tabel 2.2 Kategori IMT/U	13
Tabel 2.3 Ambang Batas Pengukuran IMT.....	13
Tabel 2.4 Penelitian Terkait Kejadian	18
Tabel 2.5 Definisi Operasional.....	23
Tabel 3.1 Hasil Perhitungan Besar Sampel.....	28
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas	34
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas	35
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Status Pendidikan Remaja Perempuan di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang	43
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Riwayat Penyakit dan IMT Perempuan di Wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang	43
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian	44
Tabel 4.4 Analisis Univariat Pengetahuan Persiapan Masa Prakonsepsi	46
Tabel 4.5 Analisis Univariat Pola Makan	47
Tabel 4.6 Analisis Univariat Citra Tubuh.....	49
Tabel 4.7 Hasil Analisis Bivariat.....	51
Tabel 4.8 Pemodelan Awal Analisis Multivariat	54
Tabel 4.9 Identifikasi Variabel <i>Confounding</i>	54
Tabel 4.10 Pemodelan Akhir Analisis Multivariat	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	21
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	22

DAFTAR ISTILAH

- Kekurangan Energi Kronis : Kekurangan gizi energi dan protein dalam jangka waktu yang lama atau menahun.
- Lingkar Lengan Atas : Penentuan status gizi seseorang berdasarkan lingkar lengan bagian atas dengan angka normal yaitu diameter $\geq 23,5$ cm.
- Prakonsepsi : Masa pada saat sebelum terjadinya pembuahan (pertemuan antar sel sperma dan sel telur).
- Windows Opportunity* : Celah peluang untuk mempersiapkan periode yang lebih baik.

DAFTAR SINGKATAN

KEK	: Kekurangan Energi Kronis
WUS	: Wanita Usia Subur
LILA	: Lingkar Lengan Atas
IMT	: Indeks Masa Tubuh
HPK	: Hari Pertama Kehidupan
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BBLR	: Berat Bayi Lahir Rendah
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
PR	: <i>Prevalence Ratio</i>
CI	: <i>Confidence Interval</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

Lampiran 2. Kaji Etik Penelitian

Lampiran 3. Surat Keterangan Selesai Penelitian

Lampiran 4. *Output* Hasil Data Penelitian

Lampiran 5. Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 7. Kuesioner Penelitian

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Permasalahan terkait gizi yang terjadi di Indonesia dan di negara berkembang lain pada umumnya masih didominasi oleh masalah gizi kurang. Masalah gizi di Indonesia ternyata lebih serius dan dapat memengaruhi status gizi pada periode siklus kehidupan berikutnya (*intergeneration impact*) yang terjadi pada kelompok usia tertentu. Salah satu penyebab terjadinya permasalahan gizi yaitu dari rendahnya tingkat pengetahuan gizi seseorang. Rendahnya pengetahuan gizi memiliki peran dalam masalah nutrisi karena dapat menyebabkan rendahnya pemilihan makanan yang mempengaruhi perilaku makan dan asupan makanan. Penurunan asupan gizi dapat berdampak pada sistem kekebalan tubuh yang menurun sehingga tubuh mudah terserang berbagai macam penyakit terutama penyakit infeksi. Dalam hal ini jumlah asupan makanan dan penyakit infeksi menjadi penyebab langsung permasalahan gizi. Selain itu, faktor lain yang berperan dalam menentukan status kesehatan seseorang adalah tingkat sosial ekonomi, pendidikan, pekerjaan, dan pengeluaran. (Hamid et al., 2014).

Terdapat karakteristik utama pada remaja yang masuk kedalam kategori wanita usia subur yaitu ditandai dengan terjadinya peristiwa fisiologis seperti fungsi organ reproduksi sudah berkembang dengan baik yang ditandai dengan terjadinya menstruasi (Fillah et al., 2019). Salah satu permasalahan gizi yang sangat spesifik terjadi pada masa remaja karena usia remaja sangat rentan untuk terjadinya pertumbuhan yang kurang optimal serta kekurangan gizi seperti Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang menjadi permasalahan utama (Telisa et al., 2020).

Kekurangan energi kronis ialah keadaan seseorang yang mengalami kekurangan gizi (energi dan protein) yang sudah berlangsung lama ataupun menahun yang ditandai dengan hasil pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) yang kurang dari angka normal yang sudah ditetapkan, yaitu <23,5 cm. Sehingga KEK menjadi salah satu prioritas untuk ditanggulangi (Paramata & Sandalayuk, 2019). Seorang perempuan yang mengalami kekurangan energi

kronis apabila hasil pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) kurang dari 23,5 cm dan akan berisiko lebih tinggi untuk melahirkan anak dengan berat lahir rendah dan akan mengalami kekurangan energi pula dikemudian hari (Pemerintah Kota Palembang, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO) permasalahan gizi terutama Kekurangan Energi Kronis pada tahun 2012, di negara berkembang tercatat sebanyak 40% kasus kematian ibu yang berkaitan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan anemia. Berdasarkan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA), prevalensi nasional KEK di kalangan wanita usia subur adalah 14,8% dengan jumlah penderita sekitar 30 juta jiwa (Ariany, 2012).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 proporsi wanita usia subur berisiko KEK usia 15-19 tahun yang tidak hamil sebesar 30,9% (Putri et al., 2019). Sedangkan pada tahun 2013 proporsi untuk terjadinya KEK yang pada usia remaja 15-19 tahun mengalami peningkatan yaitu remaja yang mengalami KEK dan tidak hamil yaitu sebesar 46,6% (Direktoral Jenderal, 2017). Dari keseluruhan persentase risiko terjadinya Kekurangan Energi Kronis (KEK), prevalensi tertinggi risiko KEK terjadi pada usia remaja dan pada tahun 2016 menurut provinsi bahwa prevalensi risiko kekurangan energi kronis yang terjadi pada wanita usia subur yang tidak hamil (15-49 tahun) sebesar 20,8% (Putri et al., 2019).

Terdapat beberapa tahapan untuk terjadinya kekurangan energi kronis, yaitu pada tahap awal kecukupan zat gizi terutama energi dan protein tidak memenuhi kebutuhan dalam jangka waktu yang lama sehingga cadangan jaringan akan digunakan. Tahapan kedua terjadinya penggunaan cadangan energi secara terus menerus sehingga membuat penurunan jaringan tubuh yang ditandai dengan penurunan berat badan. Tahapan terakhir ialah terjadinya perubahan biokimia pada tubuh yang dapat dilakukan dengan pemeriksaan laboratorium (Fillah et al., 2019).

Status Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebelum hamil memengaruhi pertumbuhan janin dan menjadi pertimbangan capaian peningkatan berat selama kehamilan. Kurang energi kronis biasanya terjadi pada saat masa remaja dan akan terus berlanjut apabila tidak ditangani sehingga dapat

berdampak pada saat masa kehamilan nantinya, yaitu dapat mengalami anemia, komplikasi saat kehamilan, perdarahan dan akan melahirkan bayi BBLR (berat bayi lahir rendah) 4,8 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak mengalami KEK. Setiap tahun, diperkirakan sekitar 350.000 bayi BBLR ≤ 2.500 gram yang dapat menjadi penyebab permasalahan kesehatan lainnya seperti gizi kurang dan kematian bayi (Ariany, 2012).

Prakonsepsi ialah masa sebelum terjadinya pembuahan yaitu pertemuan antar sel sperma dan sel ovum. Selain itu, masa prakonsepsi merupakan *windows opportunity* untuk mempersiapkan periode 1000 HPK (hari pertama kehidupan) sehingga harus memperhatikan status gizi dan kesehatan selama masa prakonsepsi karena dapat memengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi dan dapat dijadikan sebagai pencegahan masalah gizi yang salah satunya ialah kekurangan energi kronis dan penanggulangannya akan lebih baik jika dilaksanakan pada saat sebelum hamil (Hamid et al., 2014). Untuk mencegah agar tidak terjadinya KEK maka untuk dapat mempersiapkan masa prakonsepsi dengan baik yaitu dengan cara memanfaatkan pelayanan konseling gizi dan kesehatan serta memantau dan melakukan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) $>23,5$ cm, menjaga atau meningkatkan status gizi sesuai dengan pedoman gizi seimbang dengan membiasakan mengkonsumsi aneka ragam makanan, sayuran hijau dan buah berwarna serta dapat mengkonsumsi suplemen ataupun makanan yang mengandung asam folat karena dapat membantu menurunkan kejadian ovulasi infertil serta dapat mengkonsumsi suplemen ataupun makanan yang mengandung zat besi karena dapat mencegah untuk terjadinya anemia dan gangguan ovulasi (Fillah et al., 2019).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Palembang pada tahun 2014 di Kota Palembang, prevalensi kekurangan energi kronis sebesar 4.8%. Prevalensi tertinggi di wilayah Puskesmas Sukarami 8.8%, dan terendah di wilayah Puskesmas Punti Kayu 0.3% (Pemerintah Kota Palembang, 2015). Sedangkan pada tahun 2017 Kota Palembang mengalami kenaikan prevalensi terjadinya kekurangan energi kronis yaitu menjadi 10,0% dengan prevalensi tertinggi di wilayah Puskesmas Makrayu yaitu 7,4 % (Fitriani, 2017).

1.2 Rumusan Masalah

Masa prakonsepsi merupakan masa sebelum hamil yang diasumsikan sebagai wanita usia subur (WUS) yang siap menjadi seorang ibu. Status gizi prakonsepsi akan memengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi dan ibu. Pencegahan kekurangan gizi seperti kekurangan energi kronis yang dilakukan saat sebelum hamil akan lebih baik, seperti memperhatikan asupan makanan perhari nya karena sangat berpengaruh terhadap status gizi tiap individu dan dapat menjadi indikator untuk terjadinya kekurangan energi kronis atau tidak. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Palembang, didapatkan bahwa terjadinya kenaikan prevalensi untuk permasalahan gizi terutama permasalahan kekurangan energi kronis yang dialami oleh wanita usia subur yang berawal hanya 4,8% pada tahun 2014 lalu meningkat menjadi 10,0% pada tahun 2017 dan dari prevalensi kekurangan energi kronis tersebut, wilayah dengan prevalensi tertinggi berada di wilayah Puskesmas Makrayu yaitu sebesar 7,4%. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan pengetahuan persiapan masa prakonsepsi terhadap kejadian kekurangan energi kronis yang terjadi pada remaja perempuan di Wilayah Puskesmas Makrayu Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan persiapan masa prakonsepsi terhadap kejadian kekurangan energi kronis yang terjadi pada remaja perempuan di Wilayah Puskesmas Makrayu Palembang, Kecamatan Ilir Barat II, Jalan Makrayu Kota Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi karakteristik dari remaja berdasarkan umur, status pendidikan, indeks masa tubuh (IMT) dan riwayat penyakit.
2. Menganalisis hubungan indeks masa tubuh, penyakit infeksi, pola makan dan citra tubuh sebagai variabel *confounding* dengan kejadian KEK pada remaja perempuan.

3. Menganalisis hubungan pengetahuan persiapan selama masa prakonsepsi terhadap kejadian KEK setelah dikontrol dengan variabel *confounding*.
4. Mengetahui tingkat pengetahuan persiapan masa prakonsepsi terhadap kejadian KEK.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Data yang di dapatkan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan untuk studi pustaka dan dapat dijadikan sebagai referensi mengenai Gizi Prakonsepsi dan kejadian Kekurangan Energi Kronis bagi civitas akademik FKM UNSRI.

1.4.2 Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data kejadian kekurangan energi kronis pada wanita usia subur usia 15-19 tahun dan dapat sebagai masukan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat terutama pada remaja perempuan.

1.4.3 Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu sumber informasi ataupun sebagai data dasar untuk dilakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan Gizi Prakonsepsi dan kejadian Kekurangan Energi Kronis.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Lokasi

Penelitian ini akan dilakukan di Wilayah Puskesmas Makrayu, Kecamatan Ilir Barat II, Jalan Makrayu Kota Palembang.

1.5.2 Lingkup Waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Juni 2021- Juli 2021.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini dilakukan agar dapat mengetahui hubungan antara pengetahuan persiapan masa prakonsepsi terhadap kejadian kekurangan

energi kronis yang terjadi pada remaja perempuan di wilayah Puskesmas Makrayu Kota Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Achadi. 2013. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Amalia, L. 2004. *Citra Tubuh Remaja ditinjau Dari Komparasi Sosial Atribut Daya Tarik dan Harga Diri*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Anggraeny, Olivia. Ayuningtyas Dian A. 2017. *Gizi Prakonsepsi, Kehamilan, dan Menyusui*. Malang: UB Press.
- Ariany DE, A. E. & I. A. 2012. *Validitas Lingkar Lengan Atas Mendeteksi Risiko Kekurangan Energi Kronis pada Wanita Indonesia*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 83–90.
- Arista, Widajanti, Aruben, 2017, Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tingkat Konsumsi Energi, Protein, dan Indeks Massa Tubuh/Umur dengan Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*-Vol.5 No.4 Oktober 2017: 2356-3346.
- Bell, AC. Swinburn BA. 2007. What are the key food groups to target for preventing obesity and improving nutrition in schools?. *European Journal of Clinical Nutrition*. 58, 258-263.
- BPS Kota Palembang. 2020. *Kecamatan Ilir Barat Dua Dalam Angka (Ilir Barat Dua Subdistrict in Figures) 2020*.
- BPS Kota Palembang. 2021. *Kota Palembang Dalam Angka (Palembang Municipality in Figures) 2021*.
- Ciputra. 2016. *Pengertian Hipotesis dan Langkah Perumusan Hipotesis*. Diakses pada Senin 11 Januari.
- Cornelia. Edith Sumedi. 2014. *Konseling Gizi Proses Komunikasi, Tata Laksana, serta Aplikasi Konseling Gizi pada Berbagai Diet*. Jakarta: Penebar Plus.
- Dewi Rahmayani Rahman, A.Razak M.Thaha, A. S. 2013. *Asosisasi Pengetahuan dan Sikap Wanita Prakonsepsi Tentang Kapsul Gizi Mikro Terhadap Kepatuhan Mengonsumsi di Kota Makassar*.
- Dewi, Shely Rosita. 2013. *Hubungan antara Pengetahuan Gizi, Sikap Terhadap Gizi dan Pola Konsumsi Siswa kelas XII Program Keahlian Jasa Boga di SMK Negeri 6 Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Dieny, Fillah Fithra. Ayu Rahadiyanti. Dewi Marfu'ah K. 2019. *Gizi Prakonsepsi*.

- Jakarta: Bumi Medika.
- Direktoral Jenderal, K. K. 2017. Laporan Kinerja Ditjen Kesehatan Masyarakat Tahun 2017.
- Ervina, W., Thaha, A., & Najamuddin, U. 2014. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Gizi Seimbang Pada Wanita Prakonsepsi Di Kota Makassar*.
- Fatimah, Nur Aini. 2019. Gambaran Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Siswi Kelas X di SMK N 1 Tepus Gunungkidul Tahun 2019. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan.
- Fauziah, H. 2014. Analisis Faktor Risiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada wanita prakonsepsi di Kota Makassar. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Fidyah, A., Atika, W., & Pratidina, L. R. 2014. *Pengaruh Kekurangan Energi Kronis (KEK) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. Jurnal Kesehatan, 5, 167–172.
- Fikawati, Sandra. Ahmad Syafiq. dkk. 2017. *Gizi Anak dan Remaja*. Depok: Rajawali Pers.
- Fitriani, R. 2017. Gambaran Pengetahuan, Asupan Makan dan Tingkat Sosial Ekonomi pada Ibu Hamil Berisiko Kekurangan Energi Kronik di Puskesmas Makrayu Kota Palembang Tahun 2018. Universitas Muhammadiyah Gersik, 01, 1–7.
- Hamid, F., Thaha, A. R., & Salam, A. 2014. *Analisis Faktor Risiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Wanita Prakonsepsi Di Kota Makassar*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Hasanah, Nurul. 2018. Faktor-Faktor yang Berperan Terhadap Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Mahasiswi Universitas Lampung: Sebuah Studi Kualitatif. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Hidayati, F. 2011. Hubungan Antara Pola Konsumsi, Penyakit Infeksi dan Pantang Makanan Terhadap Risiko Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Puskesmas Ciputat Kota Tangerang Selatan Tahun 2011. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- 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>
- Irianto, Djoko Pekik. 2017. *Pedoman Gizi Lengkap: Keluarga & Olahragawan*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Kementrian Kesehatan RI. 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 97 Tahun 2014. *Journal of Sustainable Agriculture, 5(1-2), 171-185.* https://doi.org/10.1300/J064v05n01_12
- Kementrian Kesehatan RI. 2019. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 (Vol. 3). <https://doi.org/10.1101/843326>
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2011. Nomor : 1995/MENKES/SK/XII/2010 Tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak.
- Kurniawan, M.Y. Briawan D. Caraka R.E. 2015. Persepsi tubuh dan gangguan makan pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 11, 105-114.*
- MB, A. R., Nurpudji, A. T., Burhanuddin, B. 2013. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kekurangan Energi Kronis Pada Ibu Hamil di Tampa Padang, Kabupaten Mamuju, Sulawesi Barat. *Media Gizi Masyarakat Indonesia, 2(2), 98-103.*
- Miko, A., & Dina, P. B. 2016. *Hubungan Pola Makan Pagi dengan Status Gizi pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Aceh. AcTion: Aceh Nutrition Journal, 1(2), 83.* <https://doi.org/10.30867/action.v1i2.15>
- Muh, A., Irawan, A., Thaha, A. R., & Virani, D. 2013. Hubungan Asupan Energi dan Protein Dengan Status IMT dan LILA Ibu Prakonsepsional di Kecamatan Ujung Tanah dan Biringkanaya Kota Makassar. In *Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.*
- Mulyani, Itza. Safrullah Amir. Nur Fitri Widya Astuti. 2016. Laporan *Focus Group Discussion (FGD) Persepsi Body Image dan Pola Makan Terkait Terjadinya Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Siswa Sekolah Menengah Atas IT Abu Bakar Yogyakarta.* Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Natari, D. A. M. 2016. *Studi Deskriptif Mengenai Body Image pada Wanita Usia Dewasa Awal yang Aktif Menggunakan Media Sosial di Kota Bandung.*

- Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 287.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Ningsih, F. 2014. Hubungan Pola Makan dan Status Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Tompo bulu Kabupaten Gowa Tahun 2014. Makassar: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Nurhayati, Agi. 2019. *Univariat, Bivariat, Multivariat dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*. Diakses pada Rabu 23 Januari.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Palimbo, Adriana. Syamsul Firdaus, Rafiah. 2014. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK). *Dinamika Kesehatan*, 5(2), 1-10.
- 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>
- Paridah. Citrikesumasari. dkk. 2014. *Peran Kader Posyandu Pada Pelayanan Terpadu Wanita Prakonsepsi Di Wilayah Puskesmas Pattingalloang*. *Jurnal MKMI*. 102-109.
- Pemerintah Kota Palembang. 2015. *Profil Kesehatan Kota Palembang Tahun 2014*.
- Pujiatun, Tri. 2014. *Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Protein Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Siswa Putri Di SMA Muhammadiyah 6 Surakarta*. Surakarta: Muhammadiyah Surakarta.
- Putra, Rahmat N. Y. Ermawati. Arni Amir. 2016. *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Negeri 1 Padang*. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 551-557.
- 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), 106–113.
- Rahim, R., Thaha, A. R., & Citrikesumasari. 2013. *Pengetahuan dan Sikap*

- Wanita Prakonsepsi tentang Gizi dan Kesehatan Reproduksi Sebelum dan Setelah Suscatin di Kecamatan Ujung Tanah. Journal Kesmas Universitas Hasanuddin, 1–15.*
- Rahmadan, F. D. 2013. *Determinan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil KEK.*
- Rahmadi, Antun. 2013. Perbandingan Pengukuran Lingkar Lengan Atas Dengan Indeks Masa Tubuh Dalam Penentuan Risiko Kurang Energi Kronis Pada Siswi SMA Negeri 04 Kotabumi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, 6(2), 14-19.*
- Safitri, Dina, Arneliwati, Erwin, 2014, Analisis Indikator Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Usia Menarche Remaja Putri, *JOM PSIK, Vol. 1, No. 2, 1-10.*
- Sari, Inda. 2020. *Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Pemulutan Kabupaten Ogan Ilir.* Inderalaya: Universitas Sriwijaya.
- Setiowati, Anies. 2014. Hubungan Indeks Massa Tubuh, Persen Lemak Tubuh, Asupan Zat Gizi dengan Kekuatan Otot. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia, 4(1), 32-38.*
- Suarjana, I Made. Hertog Nusanyoto, Ni Nyoman Astika Dewi. 2020. Kurang Energi Kronik (KEK) Remaja Putri Pelajar SMU/SMK di Kabupaten Karangasem Propinsi Bali. *Jurnal Sehat Mandiri, 5 (1), 41-51.*
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta
- Suhardjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi.* Jakarta: Bumi Aksara.
- Suharyati. Budi Hartati. 2019. *Penuntun Diet dan Terapi Gizi.* Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Syukur, N. A. 2016. *Faktor - Faktor yang Menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK) pada Ibu Hamil di Puskesmas Sidomulyo Kota Samarinda. Mahakam Midwifery Journal, 1(1), 38–45.*
- Telisa, Imelda. Eliza. 2020. Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Besi, Kadar Haemoglobin dan Risiko Kurang Energi Kronis pada Remaja Putri. *Jurnal AcTion: Aceh Nutrition Journal, (5)1, 80-86.*

- Tenri Puli, A.Razak Thaha, A. S. 2014. Hubungan Sosial Ekonomi Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Wanita Prakonsepsi di Kota Makassar.
- Umisah, I. N., & Puspitasari, D. I. 2017. *Perbedaan Pengetahuan Gizi Prakonsepsi dan Tingkat Konsumsi Energi Protein pada Wanita Usia Subur (WUS) Usia 15-19 Tahun Kurang Energi Kronis (KEK) dan Tidak KEK di SMA Negeri 1 Pasawahan*. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 23. <https://doi.org/10.23917/jurkes.v10i2.5527>
- Utama, T. A., Listiana, N., & Susanti, D. 2013. *Perbandingan Zat Besi dengan dan Tanpa Vitamin C terhadap Kadar Hemoglobin Wanita Usia Subur*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(8), 344–348.
- Wati, L., Yanti, E., Lilly, H. (2014). Hubungan Pengetahuan Mengenai Gizi, Pendapatan Keluarga dan Infestasi Soil Transmitted Helminths dengan Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di Daerah Pesisir Sungai Siak Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa*, 1(2), 1-10.