

ABSTRAK

Herlina Dwi Agustina

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN POLA MAKAN
DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS (KEK) PADA
REMAJA PUTRI DI MTsN 3 SURABAYA

xvii + 61 Halaman + 11 Tabel + 10 Lampiran

Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan kondisi kekurangan gizi yang sering dialami remaja putri dengan gangguan makan kronis. Asupan makanan seseorang secara konsisten rendah, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan. Salah satu indikator dari kondisi ini adalah Lingkar Lengan Atas yang berukuran kurang dari 23,5 cm. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan pola makan dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 3 Surabaya.

Penelitian ini termasuk dalam jenis studi observasional analitik dengan rancangan pendekatan *cross-sectional*. Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa metode, yaitu pengukuran Lingkar Lengan Atas untuk menilai status KEK, pengisian kuesioner guna mengukur tingkat pengetahuan gizi, serta wawancara menggunakan metode *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) untuk mengidentifikasi pola konsumsi makanan. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 60 remaja putri. Untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dan pola makan dengan kejadian KEK, digunakan uji statistik *chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dan pola makan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada remaja putri di MTsN 3 Surabaya. Berdasarkan temuan ini, remaja putri diharapkan dapat lebih memperhatikan pola makan sehari-hari dengan memilih makanan yang bergizi dan seimbang. Selain itu, peningkatan pengetahuan gizi melalui berbagai sumber informasi juga penting untuk dilakukan. Pemahaman yang baik mengenai gizi berperan dalam membentuk kebiasaan makan yang sehat dan dapat membantu mencegah terjadinya KEK.

Kata Kunci : Tingkat pengetahuan gizi, pola makan, kejadian KEK

Daftar bacaan : 10 Buku, 41 Jurnal (2014-2024)

ABSTRACT

Herlina Dwi Agustina

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE LEVEL AND DIET AND THE INCIDENCE OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY (CED) IN ADOLESCENT GIRLS IN MTsN 3 SURABAYA

xvii + 61 Tapes + 11 Tables + 10 Appendices

Chronic Energy Deficiency (CED) is a condition of malnutrition that is often experienced by adolescent girls with chronic eating disorders. A person's food intake is consistently low, which can lead to health problems. One of the indicators of this condition is the Upper Arm Circumference which measures less than 23.5 cm. This study aims to analyze the relationship between the level of nutritional knowledge and diet and the incidence of CED in adolescent girls in MTsN 3 Surabaya.

This study is included in the type of analytical observational study with a cross-sectional approach design. Data collection was carried out through several methods, namely Upper Arm Circumference measurement to assess CED status, filling out questionnaires to measure nutritional knowledge levels, and interviews using the Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) method to identify food consumption patterns. The number of participants in this study was 60 young women. To analyze the relationship between the level of nutritional knowledge and diet and the incidence of CED, a chi-square statistical test was used.

The results showed that there was a significant relationship between the level of nutrition knowledge and diet and the incidence of Chronic Energy Deficiency (CED) in adolescent girls in MTsN 3 Surabaya. Based on these findings, young women are expected to pay more attention to their daily diet by choosing nutritious and balanced foods. In addition, increasing nutritional knowledge through various sources of information is also important to do. A good understanding of nutrition plays a role in forming healthy eating habits and can help prevent the occurrence of CED.

Keywords: Level of nutrition knowledge, diet, incidence of CED

Reading list : 10 Books, 41 Journals (2014-2024)