

**PENGETAHUAN SISWI SEBELUM DAN SETELAH EDUKASI
PENCEGAHAN KURANG ENERGI KRONIK (KEK)
PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 19 MAKASSAR**

*Students Knowledge Before and After Education to Prevent Chronic Energy
Deficiency (KEK) In Adolescent Women at Sman 19 Makassar*

Arham Kurniawan¹, Adriyani Adam¹, Mustamin¹, Zakaria¹

¹Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

arhamkurniawan@poltekkes-mks.ac.id

Hp : 082292681277

ABSTRACT

During adolescence, various changes occur, both physical and psychological. The main nutritional problem that is quite prominent is Chronic Energy Deficiency (KEK). KEK in adolescent girls, if not handled properly, can continue and have an impact on the pregnancy period, giving birth to babies with low birth weight (BBLR), risk of death and giving birth to stunted children. Low food intake is influenced by several factors, one of which is knowledge. Lack of knowledge will affect food choices and meeting nutritional needs. This research aims to analyze the influence of female students' knowledge through education in preventing Chronic Energy Deficiency (KEK). This research is a type of quantitative research with a pre-experimental method with a one group pre-test post-test design. The sample size was 68 female students at SMAN 19 Makassar from July 2023 to March 2024, knowledge of young women before and after being given education by administering pre-test and post-test questionnaires. This research data was processed using the McNemar test. The research results showed that students' knowledge before being given education was sufficient (60.3%) and good (39.7%). After being given education, there was a change in knowledge, good (77.9%) and sufficient (22.1%). The results of statistical analysis show that there is an influence of female students' knowledge through education on the prevention of Chronic Energy Deficiency (KEK). Future researchers can carry out further research using video media on the target group, namely the youth group and adding variables of attitude, eating patterns or those related to KEK issues.

Keywords: *KEK, Knowledge, Videos*

ABSTRAK

Pada masa remaja terjadi berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Masalah gizi utama yang cukup menonjol adalah Kekurangan Energi Kronis (KEK). KEK pada remaja putri jika tidak ditangani dengan baik dapat berlanjut dan berdampak pada masa kehamilan, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR),

berisiko kematian dan melahirkan anak stunting. Rendahnya asupan makanan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pengetahuan. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pilihan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pengetahuan siswi melalui pendidikan dalam mencegah Kekurangan Energi Kronis (KEK). Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode *pra-eksperimental* dengan desain *one group pre-test post-test*. Besar sampelnya adalah 68 siswi SMAN 19 Makassar pada bulan Juli 2023 sampai Maret 2024, pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan dengan pemberian angket *pre-test dan post-test*. Data penelitian ini diolah menggunakan uji *McNemar*. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan cukup (60,3%) dan baik (39,7%). Setelah diberikan edukasi terjadi perubahan pengetahuan, baik (77,9%) dan cukup (22,1%). Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan siswi melalui pendidikan terhadap pencegahan Kurang Energi Kronis (KEK). Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan media video pada kelompok sasaran yaitu kelompok remaja dan menambahkan variabel sikap, pola makan atau yang berkaitan dengan masalah KEK.

Kata Kunci : KEK, Pengetahuan, Video

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami permasalahan gizi. Masalah gizi utama yang cukup menonjol pada kelompok ini adalah kekurangan energi kronis (KEK).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan penurunan prevalensi KEK pada proporsi Wanita Usia Subur (WUS) dengan risiko KEK pada usia 15-49 tahun yang sedang hamil sebesar 24,2% dan yang tidak hamil sebesar 20,8% dan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018

terdapat 17,3% penduduk usia 15-49 tahun yang hamil, dan 14,5% yang tidak hamil. Prevalensi KEK berdasarkan provinsi Sulawesi Selatan masih diatas rata-rata nasional yaitu sebesar 34,59%, dengan prevalensi KEK pada WUS hamil sebanyak 16,87% dan pada WUS tidak hamil sebesar 17,72%, serta prevalensi KEK pada WUS di Provinsi Sulawesi Selatan. WUS tidak hamil di kota Makassar sebesar 13,02% (Risikesdas, 2018).

Faktor penyebab KEK pada remaja putri antara lain rendahnya asupan makanan, aktivitas fisik, penyakit/infeksi, tingkat ekonomi, tingkat pendidikan, dan tingkat sosial. Rendahnya asupan makanan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pengetahuan. Kurangnya pengetahuan berkaitan dengan tingkat pendidikan seseorang yang akan mempengaruhi pilihan makanan dan pemenuhan kebutuhan gizi (Noor dkk., 2021).

Pengetahuan seseorang dapat ditingkatkan melalui proses pendidikan. Pendidikan kesehatan sangat diperlukan untuk memberikan kesadaran dan mengubah pengetahuan seseorang tentang pentingnya pelayanan kesehatan bagi dirinya, keluarga dan masyarakat. Video merupakan salah satu media audio visual yang dapat mengungkapkan objek dan peristiwa yang tampak sebagaimana adanya. Intervensi dengan menggunakan media video diketahui efektif dalam meningkatkan pengetahuan seseorang.

METODE

Desain, Tempat, dan Waktu

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif bersifat deskriptif analitik dengan metode *pre-experimental* dengan rancangan *one grup pre-test post-test design*. Penelitian ini dilakukan di SMAN 19 Makassar Kecamatan Manggala Kota Makassar, Mulai bulan Juli 2023 sampai Maret 2024.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMAN 19 Makassar kelas X dan XI tahun 2023 sebanyak 208 orang. Pengambilan sampel dilakukan

secara *random sampling* dengan cara loot dan mendapatkan sampel sebanyak 68 orang siswi.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data dalam penelitian ini yakni berupa data sekunder dan primer. Data primer meliputi data yang didapatkan melalui pengukuran secara langsung, seperti pengetahuan siswi diperoleh melalui kuisioner yang disediakan. Data sekunder meliputi data umum lokasi penelitian, jumlah siswi dan jadwal kegiatan.

Pengolahan dan Analisis Data

Data hasil pengisian kuisioner sebelum diolah, data diteliti kembali, jika terdapat kesalahan maka akan dilakukan perbaikan. Pemberian kode pada data yang telah dikumpulkan untuk memudahkan pengelompokan data. Data dianalisis secara analitik menggunakan komputer yang kemudian di sajikan menggunakan tabel serta narasi. Analisis data menggunakan uji *McNemar*.

HASIL

Distribusi responden berdasarkan umur pada penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden berumur 16 tahun 48,5%. Distribusi sampel berdasarkan kelas menunjukkan bahwa kelas subyek sebagian besar kelas X 57,4%. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan edukasi dengan kategori cukup sebesar 60,3%, distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan kategori baik sebesar 77,9%.

Pengetahuan	Sebelum		Setelah		p value
	n	%	n	%	
BAIK	27	57,4	53	77,9	
CUKUP	41	42,6	51	22,1	0,000
Total	68	100	68	100	

Hasil analisis pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan pencegahan KEK menunjukkan nilai $\rho=0,000 < 0,05$, menunjukkan adanya pengaruh edukasi melalui video terhadap pengetahuan pencegahan KEK.

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan salah satu domain perilaku. Pengetahuan adalah hasil dari tahu terhadap suatu objek melalui indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, peraba, pembau, serta perasa yang sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran dan indera penglihatan (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan atau kognitif sangatlah penting karena merupakan domain yang berperan dalam membentuk tindakan seseorang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi dengan pengetahuan cukup sebanyak 41 orang (60,3%) dan baik sebanyak 27 orang (39,7%). Setelah diberikan edukasi gizi terjadi perubahan pengetahuan yang baik sebanyak 53 orang (77,9%) dan yang cukup sebanyak 15 orang (22,1%). Peningkatan perubahan tersebut disebabkan responden menerima edukasi menggunakan media video dengan cukup baik. Hasil uji *McNemar* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) maka H_a diterima dan H_o ditolak sehingga ada pengaruh pemberian edukasi pencegahan KEK menggunakan media video terhadap perubahan pengetahuan sampel.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nanda, 2022 yang menunjukkan bahwa hasil distribusi frekuensi pengetahuan diketahui bahwa nilai $p\text{ value} = 0,00 < 0,05$ sehingga hipotesis dapat dinyatakan diterima atau ada perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media video.

Edukasi gizi yang diberikan dengan menggunakan media video ini dilakukan selama 2 hari dan dilakukan di 1 angkatan perharinya. Pemberian *pre-test* dilakukan selama 20 menit lalu diberikan edukasi berbasis video selama 10 menit, siswa yang diberikan edukasi dalam suasana ceria, bisa membuat daya serap dan daya ingat siswa lebih banyak terhadap materi yang disampaikan, kemudian memberikan *post-test* selama 20 menit.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nanda Mentari dkk (2022) yaitu Pengetahuan seseorang dapat diperoleh dari proses pendidikan. Video merupakan media audio visual yang dapat menyajikan informasi, memaparkan sebuah proses dengan jelas, menjelaskan sebuah konsep yang cukup rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat ataupun memperlambat waktu. Video dapat merangsang

indera penglihatan dan pendengaran responden sehingga informasi-informasi yang diberikan lebih mudah ditangkap dan diserap oleh responden. Adanya perubahan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan dengan menggunakan media video membuktikan bahwa media video memberikan pengaruh yang baik dalam menyampaikan informasi (Nanda Mentari dkk., 2022).

Peningkatan pengetahuan responden sejalan dengan penelitian Waryana, dkk (2019) mengenai pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap perubahan pengetahuan remaja putri dalam mencegah KEK. Penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh edukasi menggunakan media video terhadap pengetahuan remaja putri dengan p-value 0,00. Hal ini dapat terjadi karena media video yang diberikan dapat menstimulasi indra penglihatan dan pendengaran sehingga dapat memberikan pengertian atau pengetahuan yang semakin jelas (Waryana, Sitasari A, 2019).

KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan siswa sebelum intervensi dengan kategori baik 39,7%, dan kurang 60,3%. Tingkat pengetahuan siswa setelah intervensi dengan kategori baik 77,9%, dan kurang 22,1%. Ada pengaruh pemberian edukasi melalui media video dengan peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian lanjutan menggunakan media video pada kelompok sasaran yaitu kelompok remaja dan menambahkan variabel sikap, pola makan atau yang berkaitan dengan permasalahan KEK.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen dan staf jurusan gizi poltekkes kemenkes makassar, orang tua, teman-teman seperjuangan, dan semua pihak serta komunitas yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Nanda Mentari, R., Arum, P., Rizal Permadi, M., & Jannah, M. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Video terhadap Perubahan Pengetahuan dan Asupan Makan Remaja Putri Kurang Energi Kronik (KEK). *HARENA: Jurnal Gizi*, 3(1), 2774–7654.
- Noor, M. S., Setiawan, M. I., Putri, A. O., Lasari, H., Qadrinnisa, R., Ilham, M., Nur, S. Y. L., & Lestari, D. (2021). *Buku ajar kekurangan energi kronik (KEK)* (Vol. 57).
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* (Vol. 110, Nomor 9).
- Waryana, Sitasari A, F. D. (2019). Intervensi Media Video Berpengaruh Pada Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Mencegah Kurang Energi Kronik. *J AcTion Aceh Nutr J*, 4(1), 58–62.