

Hubungan Kekurangan Energi Kronik dengan Prestasi Akademik Pada Remaja Putri di SMAN 10 Makassar

The Relationship between Chronic Energy Deficiency and Academic Achievement in Young Women at SMAN 10 Makassar

Shabina Samosir¹, Aswita Amir², Manjilala², Adriyani Adam²

¹Prodi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

shabinasamosir@poltekkes-mks.ac.id

Hp : 082159020311

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (CED) is a nutritional problem in adolescent girls which is characterized by an Upper Arm Circumference (LILA) <23.5 cm. KEK problems can have an impact on the incidence of anemia, infectious diseases, and the concentration power of young women. The main causes of malnutrition in adolescents are unbalanced eating patterns and the presence of infectious diseases. The aim of this research is to find out the relationship between chronic energy deficiency and academic achievement in young women. This research used an analytical observational research type with a cross sectional approach, carried out at SMAN 10 Makassar in January 2024. The sample in this research was 185 female students from class X and XI, taken using a simple random sampling technique. Research variables were collected using a KEK status questionnaire by measuring Upper Arm Circumference using the LILA tape, Academic Achievement data was obtained from the average value of the report card using a grader. The data analysis used the chi-square test. There were 113 female students who had KEK nutritional status (61.1%) and 72 female students who had normal nutritional status (38.9%). There were 153 female students who had good Academic Achievement scores (82.7%) and 32 female students who had poor Academic Achievement scores (17.3%). Based on the results of statistical test analysis, a p-value of 0.562 (p-value > 0.05) was obtained, indicating that there was no significant relationship between Chronic Energy Deficiency and Academic Achievement in Young Women at SMAN 10 Makassar. It is recommended that female students improve their consumption patterns and knowledge about balanced nutrition.

Keywords : KEK, Academic Achievement, Young Women

ABSTRAK

Kurang Energi Kronis (KEK) merupakan salah satu masalah gizi pada remaja putri yang ditandai dengan ukuran Lingkar Lengan Atas (LILA) <23,5 cm. Permasalahan KEK dapat berdampak pada kejadian anemia, penyakit infeksi, serta daya konsentrasi Remaja Putri. Penyebab utama kekurangan gizi pada remaja adalah pola makan yang tidak seimbang dan adanya penyakit infeksi yang sedang dialami. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui bagaimana Hubungan Kekurangan Energi Kronik dengan Prestasi Akademik Pada Remaja Putri. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, dilaksanakan di

SMAN 10 Makassar pada bulan Januari 2024. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI berjumlah 185 Siswi, yang diambil dengan cara teknik simple random sampling. Variabel penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner status KEK dengan pengukuran Lingkar Lengan Atas dengan menggunakan pita LILA, data Prestasi Akademik diperoleh dari nilai rata-rata rapor menggunakan legger nilai. Data analisis yang digunakan uji *chi-square*. Siswi yang memiliki status gizi KEK berjumlah 113 siswi (61.1%) dan siswi yang memiliki status gizi normal berjumlah 72 siswi (38.9%). Siswi yang memiliki nilai Prestasi Akademik baik berjumlah 153 siswi (82.7%) dan yang memiliki nilai Prestasi Akademik kurang sebanyak 32 siswi (17.3%). Berdasarkan hasil analisis uji statistik diperoleh *p-value* 0.562 (*p-value* > 0.05) menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Kekurangan Energi Kronik dengan Prestasi Akademik pada Remaja Putri di SMAN 10 Makassar. Disarankan agar siswi meningkatkan pola konsumsi dan pengetahuan tentang gizi seimbang.

Kata kunci : KEK, Prestasi Akademik, Remaja Putri

PENDAHULUAN

Pada masa sekarang wanita banyak yang mengalami kekurangan energi kronik. kekurangan energi kronik atau biasa di sebut KEK adalah di mana wanita ataupun Remaja Putri berada pada fase kekurangan gizi entah itu kalori maupun protein tetapi hal tersebut berlangsung beberapa tahun ataupun dalam jangka waktu yang tidak bisa ditentukan hal ini kerap terjadi dan pada saat ini Indonesia mengalami fase di mana wanita atau Putri mempunyai kekurangan energi kronik (Berutu, 2018).

Kekurangan Energi Kronik (KEK) terjadi saat remaja putri atau wanita mengalami defisiensi gizi jangka panjang. Risiko KEK merujuk pada kecenderungan remaja putri atau wanita untuk mengalami KEK. Penyebab utama kekurangan gizi pada remaja adalah pola makan yang tidak seimbang dan adanya penyakit infeksi yang sedang dialami. Remaja sering kali memiliki kebiasaan makan yang tidak memadai, sehingga melemahkan sistem kekebalan tubuh dan meningkatkan risiko terkena penyakit. Infeksi dapat mengganggu nafsu makan, yang berkontribusi pada kekurangan zat gizi. Penting untuk memahami bahwa kekurangan gizi memiliki konsekuensi serius bagi kesehatan dan pertumbuhan remaja putri (Fakhriyah et al. 2021).

Masalah gizi umum yang sering terjadi pada remaja putri adalah kurangnya asupan zat gizi, yang dapat menyebabkan kurang gizi dan berdampak pada Kekurangan Energi Kronis (KEK) serta anemia akibat kekurangan zat besi. Berdasarkan Riskesdas (2018), proporsi remaja putri yang mengalami KEK tanpa kehamilan pada tahun 2007

sebesar 30,9%, meningkat menjadi 46,6% pada tahun 2013, dan kemudian mengalami penurunan menjadi 36,3% pada tahun 2018.

Kekurangan energi kronik banyak sekali terjadi dan banyak faktor yang mendukung hal tersebut salah satunya yaitu masalah ekonomi tak heran masalah ekonomi kerap terjadi di Indonesia dan hal tersebut sangat berpengaruh terhadap gizi tak hanya ekonomi penyakit infeksi bawaan lahir juga mempengaruhi kekurangan energi kronik hal ini akan berkelanjutan pada saat wanita mengandung jika wanita tersebut kekurangan gizi maka hal tersebut akan berpengaruh terhadap bayi mereka kemudian juga terjadi karena faktor pola makan bagaimana cara mengatur pola makan dengan baik (Darmasetya, 2020).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurwijayanti pada tahun 2018, terdapat keterkaitan antara status gizi dan prestasi belajar pada remaja putri. Dalam penelitian tersebut, ditemukan bahwa ada hubungan positif antara status gizi yang baik dengan prestasi belajar yang lebih baik pada remaja putri. Dengan kata lain, remaja putri yang memiliki status gizi yang memadai cenderung memiliki tingkat prestasi belajar yang lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa gizi yang cukup dan seimbang memainkan peran penting dalam mendukung kemampuan belajar remaja putri.

KEK pada remaja putri juga dapat berdampak pada penurunan kemampuan berkonsentrasi yang berkaitan dengan penurunan simpanan zat besi dalam tubuh. Kekurangan zat besi dapat mengakibatkan penurunan jumlah oksigen yang dibawa oleh darah ke jaringan tubuh, termasuk otak. Akibatnya, kemampuan berkonsentrasi juga dapat menurun (Khayatunnisa 2021).

METODE

Jenis, Tempat, dan Waktu Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif bersifat observasional analitik untuk mengetahui hubungan kekurangan energi kronik dengan prestasi akademik pada remaja putri di SMAN 10 Makassar yang dilakukan dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 10 Makassar. Mulai bulan Desember 2023 sampai Maret 2024.

Jumlah dan Cara Pengambilan Sampel

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi SMAN 10 Makassar kelas X dan XI dengan jumlah 340 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan metode penentuan menggunakan rumus *Slovin* sehingga jumlah sampel yang diperlukan sebanyak 185 orang. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *random sampling* dengan metode penentuan yaitu siswa SMAN 10 Makassar yang memenuhi kriteria.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer meliputi nama, , umur, kelas, dan karakteristik orang tua. Data status KEK diperoleh dengan mengukur lingkaran lengan atas menggunakan pita LILA . Data prestasi akademik diperoleh dengan menggunakan nilai rata-rata rapor. Data sekunder meliputi lokasi penelitian dan jumlah siswa SMAN 10 Makassar.

Pengolahan dan Analisis Data

Data identitas sampel dikumpulkan kemudian diolah secara manual menggunakan *Microsoft Excel*. Data hasil status kekurangan energi kronik dimasukkan dalam kategori KEK dan tidak KEK. Data hasil prestasi akademik dimasukkan dalam kategori baik dan kurang.

Data dianalisis secara analitik dengan menggunakan komputer dan disajikan menggunakan tabel serta narasi. Uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% dan nilai α 0,05.

HASIL

Penelitian ini diketahui bahwa konsumsi status gizi dikategorikan KEK (61,1%), dan nilai rapor dikategorikan baik (82,7%). Hasil uji analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara kekurangan energi kronik dengan prestasi akademik dengan nilai ($p = 0,562$).

PEMBAHASAN

Kekurangan Energi Kronik dengan Prestasi Akademik

Hasil analisis data Hubungan kekurangan energi kronik dengan prestasi akademik Remaja Putri di SMAN 10 Makassar dari hasil uji *Chi-square* $p\text{-value}=0.562$ ($p\text{-value} > 0.05$) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan kekurangan energi kronik dengan Prestasi akademik pada Remaja Putri.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Padriyani, Sulastris and Syah (2014) didapatkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan prestasi akademik siswi di SMA 1 Padang, dimana pada tingkat kemaknaan 5% diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,882$. Dikarenakan status gizi bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi prestasi belajar sebagai indikator dari tingkat kecerdasan anak. Selain status gizi, prestasi belajar juga dipengaruhi oleh banyak faktor lainnya seperti faktor intelegensi, daya ingat, motivasi, lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat (Padriyani, Sulastris, and Syah 2014).

Persamaan peneliti dengan peneliti terdahulu yaitu hanya memperhitungkan faktor status gizi dan tidak mempertimbangkan faktor-faktor lainnya seperti faktor lingkungan dan sosial ekonomi (Mexitalia Setiawati, dr, Prasetyo Wijayanto, and Dahsyat Wasis Setiadi 2002)

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Sa'adah, Herman dan Sastri (2014) Pada uji analisis dengan *chi-square*, didapatkan $p = 0,020$ ($p < 0,05$) untuk status gizi wasting dan $p = 0,005$ ($p < 0,05$) untuk status gizi stunting. Hal ini menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar. (Sa'adah, Herman, and Sastri 2014)

Hasil penelitian ini juga berbeda dengan penelitian Khairunnisa yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi mahasiswa Akademi Kebidanan di Bekasi dengan nilai Indeks Prestasi Kumulatif ($p\text{-value}=0,001$). Perbedaan ini dapat disebabkan oleh faktor lingkungan dimana yang menjadi sampel penelitian Khairunnisa memiliki waktu belajar dan status gizi yang cukup terkontrol dikarenakan tinggal dan makan dengan katering asrama. (Khairunnisa 2013).

KESIMPULAN

Siswi yang memiliki status gizi KEK berjumlah 113 siswi sebanyak (61,6%). Siswi yang memiliki nilai Prestasi Akademik Baik berjumlah 153 siswi sebanyak (82.7%). Tidak Ada hubungan kekurangan energi kronik dengan prestasi akademik pada remaja putri di SMAN 10 Makassar.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dan mengevaluasi faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi prestasi akademik seperti faktor psikologis anak (inteligensi, sikap, motivasi, bakat dan minat) dan faktor keluarga (pola asuh, orang tua, status ekonomi).

DAFTAR PUSTAKA

- berutu, I. (2018). *Hubungan Kebiasaan Konsumsi Buah Dan Sayur, Terkait Gizi Remaja*.
- Fakhriyah, Fakhriyah, Isnaini Isnaini, Meitria Syahadatina Noor, Andini Octaviana Putri, Lisa Fitriani, Muhammad Hashfi Abdurrahman, and Ranindy Qadrinnisa. 2021. "Edukasi Remaja Sadar Gizi Untuk Pencegahan Kekurangan Energi Kronik (Kek) Dalam Menurunkan Angka Kematian Ibu (Aki) Di Wilayah Lahan Basah." *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 5(1):499. doi: 10.31764/jpmb.v5i1.5764.
- Darmasetya. (2020). *Buku Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Yogyakarta: Forde C.
- Khayatunnisa, Tri. 2021. "Hubungan Antara Kurang Energi Kronis (Kek) Dengan Kejadian Anemia, Penyakit Infeksi, Dan Daya Konsentrasi Pada Remaja Putri." *Jurnal Gizi Dan Pangan Soedirman* 5(1):46. doi: 10.20884/1.jgipas.2021.5.1.3263.
- Padriyani, Steffi Olivia, Delmi Sulastri, and Nur Afrainin Syah. 2014. "Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa –Siswi SMA Negeri 1 Padang Tahun Ajaran 2013/2014." *Jurnal Kesehatan Andalas* 3(3):471–74. doi: 10.25077/jka.v3i3.180.
- mexitalia setiawati, dr, SpA, Dr prasetyo wijayanto, and Dr dahsyat wasis setiadi. 2002. "Hubungan Kecerdasan Emosional, Status Gizi Dengan Prestasi Belajar."
- Sa'adah, Rosita Hayatus, Rahmatina B. Herman, and Susila Sastri. 2014. "Hubungan Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Guguk Malintang Kota Padangpanjang." *Jurnal Kesehatan Andalas* 3(3):460–65. doi: 10.25077/jka.v3i3.176.

Khairunnisa, Anjani. 2013. "Hubungan Status Gizi Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Akademi Kebidanan." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9):1689–99.

Konsumsi Kekurangan Energi Kronik dengan Prestasi Akademik

Tabel 1
Distribusi sampel Berdasarkan Hubungan kekurangan energi kronik dengan prestasi akademik

Status Gizi	Nilai				<i>P</i>
	Kurang		Baik		
	n	%	n	%	
KEK	21	19.5%	92	93.5	0.562
Normal	11	12.5%	62	59.5	
Jumlah	32	32.0%	153	153.0	

Data Primer 2024