

Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kurang Energi Kronik Pada Remaja Putri

by Sitti Nur Aisyah Muhlis

Submission date: 15-Jun-2023 11:00AM (UTC+0700)

Submission ID: 1996509854

File name: kro_dengan_Kurang_Energi_Kronik_Pada_Remaja_Putri_Bismillah.pdf (230.3K)

Word count: 3389

Character count: 19786

Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kurang Energi Kronik pada Remaja Putri

Correlation of Household Level Food Availability and Macronutrient Intake with Chronic Energy Deficiency in Adolescent Girls

Sitti Nur Aisyah Muhlis¹, Aswita Amir², Sitti Sahariah Rowa², Sukmawati²

¹Mahasiswa Sarjana Terapan, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

²Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Makassar

*Korespondensi : E-Mail : sittnuraisyahmuhlis@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Nutritional problems that often occur in adolescent girls are lack of nutrient intake which results in malnutrition, which is too thin and lasts continuously which can lead to chronic energy deficiency. Adolescent girls are said to be at risk of suffering from SEZ if their upper arm circumference is <23.5 . Good household food availability is the main capital in improving nutritional status in the family, especially in adolescent girls. The purpose of this study was to determine the relationship between household food availability and macronutrient intake with chronic energy deficiency in adolescent girls. The type of research used is a cross-sectional study. The sampling technique used was the purposive sampling method. The sample in this study was class X adolescent girls at SMA Negeri 17 Makassar. The sample size was 56 samples. The results of statistical tests using the Chi-square test showed that there was a relationship between food availability and chronic energy deficiency with a p-value of 0.025. The results of statistical tests showed there was a relationship between protein intake and chronic energy deficiency with a p-value of 0.022, while fat intake (p-value = 0.390) and carbohydrates (p-value = 0.870) had no relationship with chronic energy deficiency. Based on the results of the study, adolescent girls have insufficient macronutrient intake, so adolescent girls are expected to increase macronutrient intake because it helps in the growth process. For female students, it is expected to improve their knowledge about balanced nutrition.

Keywords: household level food availability, macronutrient intake, chronic energy deficiency

ABSTRAK

Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri yaitu kurangnya asupan zat gizi yang mengakibatkan terjadinya kurang gizi, yaitu terlalu kurus dan berlangsung secara terus menerus yang dapat memicu terjadinya kurang energi kronik. Remaja putri dikatakan berisiko menderita KEK apabila Lingkar Lengan Atas $<23,5$. Akses terhadap ketersediaan pangan tingkat rumah tangga yang baik merupakan kontributor terpenting untuk meningkatkan status gizi keluarga, terutama bagi remaja putri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan asupan zat gizi makro dengan kurang energi kronik pada remaja putri. Jenis penelitian yang digunakan adalah *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X di SMA Negeri 17 Makassar. Besar sampel sebanyak 56 sampel. Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan ada hubungan ketersediaan pangan dengan kurang energi kronik dengan nilai $p=0,025$. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan asupan protein dengan kurang energi kronik dengan nilai $p=0,022$,

sedangkan asupan lemak (nilai $p=0,390$) dan karbohidrat (nilai $p=0,870$) tidak memiliki hubungan dengan kurang energi kronik. Berdasarkan hasil penelitian, remaja putri memiliki asupan zat gizi makro yang kurang, sehingga remaja putri diharapkan dapat meningkatkan asupan zat gizi makro karena membantu dalam proses masa pertumbuhan. Bagi siswi, diharapkan meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang.

Kata Kunci : ketersediaan pangan tingkat rumah tangga, asupan zat gizi makro, kurang energi kronik

Masalah gizi yang umum terjadi pada wanita muda adalah kekurangan gizi yang menyebabkan kekurangan gizi, yang dapat menyebabkan kekurangan energi kronis (KEK). Status gizi remaja sangat penting bagi remaja putri, karena sebagai calon ibu mereka mengalami peningkatan kebutuhan gizi untuk proses pertumbuhan. (Hamzah, 2016).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar mengatakan bahwa proporsi Kurang Energi Kronik (KEK) pada remaja putri pada tahun 2007 yaitu 30,9%, dan pada tahun 2013 kembali meningkat menjadi 46,6%, dan menurun kembali pada tahun 2018 yaitu sebesar 36,6% (Riskesdas, 2018).

Ketidakseimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan remaja menyebabkan malnutrisi dan overnutrition. Malnutrisi pada usia muda melemahkan daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan timbulnya penyakit (penyakit), menyebabkan pertumbuhan abnormal (memendek), kecerdasan rendah, penurunan produktivitas dan fungsi reproduksi. Gizi lebih pada usia muda mempengaruhi kesehatan orang dewasa, misalnya melalui penyakit degeneratif dan obesitas pada usia dewasa. (Indasari, 2020)

Gizi buruk pada keluarga terutama pada kalangan muda disebabkan oleh kurangnya kualitas dan kuantitas makanan dalam rumah tangga. Pola makan merupakan kebutuhan dasar manusia, baik secara individu maupun kolektif, karena sangat penting pada masa perkembangan.

Idealnya, makanan harus tersedia dalam jumlah dan kualitas yang cukup setiap hari. Ketersediaan pangan yang mudah didapat di tingkat rumah tangga merupakan faktor terpenting untuk meningkatkan status gizi keluarga, terutama untuk meningkatkan status gizi kaum muda. (Khoenisa dkk, 2021). Semakin bervariasi pola makan, semakin baik suplai nutrisi ke tubuh. Status gizi yang baik dapat mencerminkan baik buruknya ketahanan gizi suatu keluarga (Hamzah, 2016).

¹³ *Global Food Security Index (GFSI)* menyatakan bahwa Indonesia tercatat sebesar 60,2 poin tahun 2022 pada skor indeks ketahanan pangan global, hal tersebut mengalami peningkatan 1,7% dibandingkan pada tahun 2021 yang sebesar 59,2 poin. Data konsumsi pangan khususnya beras pada Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2021 yaitu 977.460,60 (Badan Pusat Statistik Sulsel, 2021).

Pangan dan gizi memegang peranan penting dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Ketahanan pangan rumah tangga dapat diukur dengan indikator ketersediaan pangan. Zat gizi yang digunakan sebagai indikator ketahanan gizi adalah kecukupan zat gizi makro (Food, 2021).

¹⁰ Keadaan gizi adalah keadaan yang dihasilkan dari keseimbangan antara konsumsi zat gizi tubuh dan kebutuhan zat gizi. Status gizi sangat dipengaruhi oleh pola makan. Dua faktor yang mempengaruhi bagaimana nutrisi digunakan dalam tubuh, yaitu primer dan sekunder. Faktor primer adalah status gizi

makanan akibat komposisi makan yang salah, sedangkan faktor sekunder adalah kurangnya zat gizi yang memenuhi kebutuhan tubuh akibat berkurangnya pemanfaatan zat gizi. (Thamaria, n.d., 2017)

Keseimbangan antara asupan dan nutrisi yang dibutuhkan untuk kesehatan yang optimal adalah penting. Ketika kebutuhan asupan gizi karena ketersediaan makanan, kebutuhan seseorang terpenuhi untuk membantu meningkatkan kebutuhan harian dan metabolisme tubuh sehingga orang tersebut mencapai keadaan gizi yang optimal. (Andina Rachmayani dkk., 2018).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hartina pada tahun 2020 menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara ketersediaan pangan rumah tangga dengan status gizi remaja dengan $p \text{ value} = 0,024$ ($p < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Karis (2015) yang menyatakan ada hubungan bermakna antara ketersediaan pangan dengan status gizi pada usia menarche pada remaja putri, dengan nilai signifikan $p = 0,03$ ($p < 0,05$) (Hartina dkk., 2020).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan asupan zat gizi makro (protein, lemak, karbohidrat) dengan kurang energi kronik (KEK) pada remaja putri.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Salah satu jenis penelitian adalah penelitian study *cross sectional* atau potong lintang untuk mengetahui hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dan asupan zat gizi makro dengan kurang energi kronik pada remaja putri.

Tempat dan Waktu Penelitian

- Lokasi penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 17 Makassar

- Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2022-Februari 2023

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini ialah siswi kelas 10 SMA Negeri 17 Makassar. Sampel dalam penelitian ini ialah siswi kelas 10 SMA Negeri 17 Makassar sesuai kriteria sampel. Besar sampel menggunakan metode *purposive sampling* dan didapatkan besar sampel sebanyak 56 orang.

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder.

Data primer meliputi pengidentifikasi sampel seperti nama, jenis kelamin, usia, kelas, dan tanggal lahir. kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data ketersediaan pangan tingkat rumah tangga, data asupan zat gizi makro, dan data kurang energi kronik pada remaja putri.

Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian dan jumlah siswi SMA Negeri 17 Makassar diperoleh dari pihak sekolah.

Cara Pengolahan, Analisis dan Penyajian Data

1. Pengolahan Data

Data ketersediaan pangan tingkat rumah tangga diolah dengan cara memberi skor pada jawaban kuesioner yang terdiri dari 7 pertanyaan dengan 3 pilihan jawaban. Data asupan zat gizi makro diolah dengan menggunakan aplikasi *Nutrisurvey*. Data status kurang energi kronik diperoleh dari hasil pengukuran lingkaran lengan atas (LILA).

2. Analisis Data

Analisis data dilakukan yaitu menggunakan analisa bivariabel yaitu untuk menguji hubungan variabel bebas yaitu ketersediaan pangan dan

asupan zat gizi makro dengan variabel terikat yaitu kurang energi kronik pada remaja putri. Uji statistic yang digunakan adalah *chi-square*.

3. Penyajian Data

Data disajikan dalam bentuk tabel disertai dengan penjelasan dalam bentuk narasi.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Lokasi

SMA Negeri 17 Makassar adalah salah satu sekolah menengah atas yang ada di Provinsi Sulawesi Selatan. SMA Negeri 17 Makassar mulai beroperasi pada bulan Januari 1992 atas prakarsa tokoh pendidikan di daerah Sulawesi Selatan, Kanwil Depdikbud yang mendapat dukungan sepenuhnya dari Pemda Tingkat I Sulawesi Selatan kerjasama dengan Pengurus Yayasan Latimojong berupaya untuk mendirikan sebuah sekolah unggulan di setiap daerah provinsi di seluruh Indonesia.

Sekolah ini menempati lahan seluas sekitar 3 hektar dengan bangunan yang diwariskan oleh Fakultas Teknik Universitas Hasanuddin (UNHAS) di Jalan Sunu No. 11 Makassar. Pada saat pendiriannya mendapat perhatian yang besar baik dari Pemerintah Provinsi Sulawesi Selatan maupun dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan itu sendiri. SMA Negeri 17 Makassar resmi disahkan pada tanggal 23 Agustus 1993 dengan surat keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan. Nomor: 0313/O/1993 tahun ajaran 1992/1993.

Karakteristik Sampel

Tabel 1
Distribusi Berdasarkan Umur

Umur	n	%
15	34	60,7
16	21	37,5
17	1	1,8
Total	56	100

Data Primer, 2023

Tabel 1
Distribusi Sampel Berdasarkan Kelas

Kelas	n	%
X MIPA 1	17	30,4
X MIPA 2	19	33,9
X MIPA 3	20	35,7
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 3
Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan Ayah

Jenis Pekerjaan	n	%
PNS/TNI/POLRI	17	30,4
Karyawan	19	32,2
Swasta/Wiraswasta		
Pengusaha	1	1,8
Petani/nelayan	1	1,8
Dokter	2	3,6
Tidak Bekerja	1	1,8
Lain-Lain	1	5,4
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

8

Tabel 4

Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan
Ibu

Jenis Pekerjaan	n	%
PNS/TNI/POLRI	12	21,4
Karyawan	12	21,4
Swasta/Wiraswasta	2	3,6
Pedagang	1	1,8
Pengusaha	2	3,6
Dokter	11	19,6
IRT	3	5,4
Guru/Dosen	7	12,5
Tidak Bekerja	6	10,7
Lain-Lain	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

8

Tabel 5

Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan
Ibu

Jenis Pekerjaan	n	%
PNS/TNI/POLRI	12	21,4
Karyawan	12	21,4
Swasta/Wiraswasta	2	3,6
Pedagang	1	1,8
Pengusaha	2	3,6
Dokter	11	19,6
IRT	3	5,4
Guru/Dosen	7	12,5
Tidak Bekerja	6	10,7
Lain-Lain	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

9

Tabel 6

Distribusi Sampel Berdasarkan Pendidikan
Ayah

Pendidikan	n	%
Tidak Sekolah	1	1,8
Tamat SD	0	0
Tamat SMP	1	1,8
Tamat SMA	11	19,6
Perguruan Tinggi	43	76,8
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

9

Tabel 7

Distribusi Sampel Berdasarkan Pendidikan
Ibu

Pendidikan	n	%
Tidak Sekolah	0	0
Tamat SD	4	7,2
Tamat SMP	0	0
Tamat SMA	11	19,6
Perguruan Tinggi	41	73,2
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Variabel Penelitian

Tabel 8

Distribusi Sampel Berdasarkan
Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah
Tangga

Ketersediann Pangan	n	%
Cukup	40	71,4
Kurang	16	28,6
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 9

Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan
Protein

Asupan	n	%
Baik	20	35,7
Kurang	36	64,3
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 10

Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan
Lemak

Asupan	n	%
Baik	15	26,8
Kurang	41	73,2
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 11
Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Karbohidrat

Asupan	n	%
Baik	4	7,1
Kurang	52	92,9
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 12
Distribusi Sampel Berdasarkan Ukuran Lingkar Lengan Atas

Status Gizi	n	%
KEK	16	28,6
Tidak KEK	40	71,4
Total	56	100

Sumber: Data Primer, 2023

Analisis Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dengan KEK

Tabel 13
Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dengan KEK

Ketersediaan Pangan	Status Gizi				Total		P
	KEK		Tidak KEK				
	n	%	n	%	n	%	
Cukup	8	14,3	32	57,1	40	71,4	
Kurang	8	14,3	8	14,3	16	28,6	0,02
Total	16	28,6	40	71,4	56	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Analisis Hubungan Asupan Protein dengan KEK

Tabel 14
Hubungan Asupan Protein dengan KEK

Asupan	Status Gizi				Total		P
	KEK		Tidak KEK		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	2	3,6	18	32,1	20	35,7	0,02
Kurang	14	25,0	22	39,3	36	64,3	
Total	16	28,6	40	71,4	56	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Analisis Hubungan Asupan Lemak dengan KEK

Tabel 15
Hubungan Asupan Lemak dengan KEK

Asupan	Status Gizi				Total		P
	KEK		Tidak KEK				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	3	5,4	12	21,4	48	26,8	
Kurang	13	23,2	28	50,0	23	73,2	0,39
Total	16	28,6	40	71,4	56	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Analisis Hubungan Asupan Karbohidrat dengan KEK

Tabel 16
Hubungan Asupan Karbohidrat dengan KEK

Asupan	Status Gizi				Total		P
	KEK		Tidak KEK				
	N	%	n	%	n	%	
Baik	1	1,8	3	5,4	4	7,1	
Kurang	15	26,8	37	66,0	52	92,9	0,87
Total	16	28,6	40	71,4	56	100	

Sumber: Data Primer, 2023

PEMBAHASAN

Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dengan Kurang Energi Kronik

Hasil penelitian terkait hubungan ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dengan kurang energi kronik (KEK) berdasarkan hasil uji *Chi-square* $p = 0,02$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara ketersediaan pangan dengan kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki kategori ketersediaan pangan yang cukup dan lingkar lengan atas tidak KEK lebih banyak jumlahnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hartina (2020) yang menemukan adanya hubungan antara ketersediaan gizi

dengan status gizi remaja putri di SMPN 155 Jakarta dengan nilai signifikan $p=0,03$. Kurang energi kronis adalah penyakit gizi yang menyerang kaum muda, terutama wanita muda. Remaja dan malnutrisi kronis mempengaruhi risiko masalah gizi.

Ketersediaan pangan di rumah merupakan langkah pertama dalam memutuskan makanan apa yang akan dimakan, berapa banyak yang dimakan, dan seberapa baik mereka memenuhi kebutuhan diet. Kekurangan makanan disebut malnutrisi. Semakin banyak wanita muda yang ditawarkan makanan per rumah tangga, semakin banyak wanita muda yang tidak memiliki KEK.

Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kurang Energi Kronik

Asupan Protein

Hasil penelitian terkait hubungan asupan zat gizi makro dengan kurang energi kronik, berdasarkan uji *Chi-square* antara asupan protein dengan kurang energi kronik di dapatkan nilai $p = 0,02$ ($p < 0,05$) yang berarti adanya hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar.

Dari hasil penelitian menunjukkan sampel yang memiliki asupan protein kurang dengan status kurang energi kronik tidak KEK lebih banyak. Penyebab kurangnya asupan protein dikarenakan tidak terpenuhinya kebutuhan protein harian dari makanan, serta pola konsumsi yang kurang tepat seperti hanya mengonsumsi makanan yang disukai saja bukan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian. Makanan yang tidak beragam serta tidak tersedianya kebutuhan pangan

menyebabkan kurangnya asupan protein yang berdampak pada proses pertumbuhan

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imelda Telisa (2020) yang mencatat adanya hubungan asupan protein dengan risiko KEK. Lingkar lengan atas merupakan contoh ketersediaan nutrisi untuk otot dan lemak subkutan. Penghematan energi dapat disimpan dalam lemak di bawah kulit berupa jaringan adiposa, dimana lingkar lengan atas digunakan sebagai indikator riwayat diet seseorang. (Firmansyah, 2017).

Semakin rendah asupan protein per kapita, semakin tinggi risiko KEK, begitu pula sebaliknya. Terlihat bahwa ketika asupan karbohidrat dan lemak dikurangi, peran protein dalam membangun struktur jaringan tubuh merupakan bagian terakhir dari pemenuhan kebutuhan energi. Pengaruh Asupan Lemak dan Karbohidrat Dibandingkan dengan Asupan Protein sebagai Sumber Energi Alternatif (Surakarta, 2014).

Asupan Lemak

Hasil penelitian terkait hubungan asupan lemak dengan kurang energi kronik, berdasarkan uji *Chi-square* antara asupan lemak dengan kurang energi kronik di dapatkan nilai $p = 0,39$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak sampel dengan status kurang lemak dan kurang energi kronik. Alasan kurangnya lemak juga terletak pada kebiasaan konsumsi para remaja putri ini. Hal ini mungkin disebabkan oleh pemulihan konsumsi lemak yang biasanya

disebabkan oleh penggunaan minyak pada makanan yang digoreng atau digoreng. Selain itu, sumber lemak yang tinggi juga dapat ditemukan pada makanan seperti *fast food* (Yulni, 2013).

¹¹ Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fayasari dan Fauziana (2020) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara asupan lemak dengan kurang energi kronik dapat dilihat dari nilai $p = 0,595$. Hal ini karena asupan gizi mencerminkan keadaan asupan karbohidrat, protein dan lemak secara keseluruhan. Selain itu, tambahan energi yang dikonsumsi disimpan dalam tubuh dalam bentuk lemak yang dapat dihasilkan dari pemecahan karbohidrat. Sehingga ketika asupan lemak tidak tercukupi, tidak selalu mengakibatkan KEK (Fauziana & Fayasari, 2020).

¹⁹ Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hikma (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan asupan lemak dengan risiko KEK. Hal tersebut terjadi karena makan lebih sedikit makanan berlemak mengurangi penyerapan lemak oleh tubuh dan dengan demikian mengurangi timbunan lemak di jaringan. .

Asupan Karbohidrat

Hasil penelitian terkait hubungan asupan karbohidrat dengan kurang energi kronik, berdasarkan uji *Chi-square* antara asupan karbohidrat dengan kurang energi kronik didapatkan nilai $p = 0,87$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah wanita yang mengonsumsi karbohidrat dan memiliki status energi rendah secara kronis bukan KEK. Hal ini karena sumber karbohidrat remaja putri termasuk nasi tidak mencukupi kebutuhannya (Sofiatun, 2017). Hasil recall menunjukkan, para remaja putri hanya makan lebih sedikit dari yang mereka butuhkan. Hasil penelitian Dinas (2021) santri Pesantren Hidayatullah Makassar menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan status gizi.

Dalam penelitian (Dina, 2021), dapat dihipotesiskan bahwa penyebab asupan karbohidrat siswa tidak mencerminkan status gizinya adalah karena sumber karbohidrat siswa cenderung rendah, dan siswa hanya makan satu mangkok nasi per hari dalam keadaan normal. kelas. Saya melihat siswa menambahkan nasi. Bahkan, beberapa siswa memakan piringnya karena tidak mau mengantri. (Parewasi, 2021).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanriko,dkk (2019) yang menyatakan bahwa dari hasil uji statistik didapatkan nilai p value sebesar 0,455 yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan kejadian KEK. Wanita usia subur yang mengonsumsi lebih sedikit karbohidrat 2,4 kali lebih mungkin berisiko KEK. Konsumsi variabel yang lebih sedikit memengaruhi perekaman. Fungsi karbohidrat dalam tubuh adalah sebagai sumber energi utama untuk melakukan dan menjalankan proses metabolisme.

KESIMPULAN

1. Ketersediaan pangan tingkat rumah tangga remaja putri SMA Negeri 17 Makassar pada umumnya memiliki kategori cukup.
2. Asupan Zat Gizi Makro remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar pada umumnya untuk asupan protein, asupan lemak, dan asupan karbohidrat semuanya tergolong kurang.
3. Status gizi remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar pada umumnya tidak KEK.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara ketersediaan pangan tingkat rumah tangga dengan kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 17 Makassar dengan nilai $p = 0,02$.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi makro (protein) dengan kurang energi kronik (nilai $p = 0,02$) remaja putri SMA Negeri 17 Makassar.

SARAN

1. Berdasarkan hasil penelitian, remaja putri memiliki asupan zat gizi makro yang kurang, sehingga remaja putri diharapkan dapat meningkatkan asupan zat gizi makro karena membantu dalam proses masa pertumbuhan.
2. Bagi siswi, diharapkan meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

- Andina Rachmayani, S., Kuswari, M., & Melani, V. (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi Dan Status Gizi Remaja Putri Di SMK Ciawi Bogor. *Indonesian Journal Of Human Nutrition*, 5(2), 125–130.
- Firmansyah, 2017. (2017). Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga. Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga, 74, 12–31.
- Hamzah, D. F. (2016). Hubungan Ketahanan Pangan Keluarga Dengan Status Gizi Keluarga Buruh Kayu Di Kampung Kotalintang Kecamatan Kota Kuala Simpang Kabupaten Aceh Tamiang Provinsi Aceh Tahun 2014 Diza. 1(1), 134–146.
- Hartina, Abdul Hakim Laenggeng, & Nurjanah. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Ketersediaan Pangan Rumah Tangga Dengan Status Gizi Remaja Di Huntara Asam III Kec. Ulujadi Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3(4), 203–209.
- Khoerunisa, D., & Istianah, I. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(1), 51–61.
- Pangan, I. K. (2021). *Indeks Ketahanan Pangan 2021 1*.
- Parewasi, D. F. R., Indriasari, R., Hidayanty, H., Hadju, V., & Manti Battung, S. (2021). Hubungan Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Remaja Putri Pesantren Darul Aman Gombara. *JGMI: The Journal Of Indonesian Community Nutrition*, 10(1), 2021.
- Sofiatun, T. (2017). Gambaran Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik, Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Remaja Di Pulau Barrang Lompomakassar. *Bmc Public Health*, 5(1), 1–8.
- Sri Fauziana, & Adhila Fayasari. (2020). Hubungan Pengetahuan, Keragaman Pangan, Dan Asupan Gizi Makro Mikro Terhadap Kek Pada Ibu Hamil. *Binawan Student Journal*, 2(1), 191–199.
- Surakarta, M. (2014). Hubungan Tingkat Konsumsi Energi Dan Protein Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) Pada Siswa Putri Di Sma.
- Thamaria, N. (N.D.). Penilaian Status Gizi.
- Yulni. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi

Makro Dengan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar Di Wilayah Pesisir Kota Makassar The Relationship Between The Macronutrient Intake And Nutritional Status Of Elementary School Children In The Coastal Region Of Makassar City. *Jurnal Mkm*, 205–211.

Hubungan Ketersediaan Pangan Tingkat Rumah Tangga dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Kurang Energi Kronik Pada Remaja Putri

ORIGINALITY REPORT

27%

SIMILARITY INDEX

24%

INTERNET SOURCES

17%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	jurnal.unismuhpalu.ac.id	4%
---	--------------------------	----

Internet Source

2	repositori.uin-alauddin.ac.id	4%
---	-------------------------------	----

Internet Source

3	repository.unhas.ac.id	2%
---	------------------------	----

Internet Source

4	id.wikipedia.org	2%
---	------------------	----

Internet Source

5	docplayer.info	2%
---	----------------	----

Internet Source

6	ojs.stikesylpp.ac.id	1%
---	----------------------	----

Internet Source

7	journal.thamrin.ac.id	1%
---	-----------------------	----

Internet Source

8	Submitted to Cerritos College	1%
---	-------------------------------	----

Student Paper

ecampus.poltekkes-medan.ac.id

9	Internet Source	1 %
10	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1 %
11	repository.usd.ac.id Internet Source	1 %
12	Imelda Telisa, Eliza Eliza. "Asupan zat gizi makro, asupan zat besi, kadar haemoglobin dan risiko kurang energi kronis pada remaja putri", AcTion: Aceh Nutrition Journal, 2020 Publication	1 %
13	cpost.lampost.co Internet Source	1 %
14	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	1 %
15	text-id.123dok.com Internet Source	1 %
16	juke.kedokteran.unila.ac.id Internet Source	1 %
17	www.ojs.serambimekkah.ac.id Internet Source	1 %
18	Submitted to State Islamic University of Alauddin Makassar Student Paper	1 %

19

Submitted to Universitas Airlangga

Student Paper

1 %

20

id.scribd.com

Internet Source

1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On