

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kekurangan Energi Kronik (KEK) merupakan salah satu keadaan malnutrisi yang terjadi pada kelompok rawan seperti remaja putri dan ibu hamil. KEK disebabkan kurangnya asupan gizi yang berlangsung menahun (kronis) seperti kurangnya energi dan protein sehingga zat gizi yang diperlukan oleh tubuh tidak terpenuhi. KEK dapat diketahui dengan melakukan pengukuran lingkaran lengan atas (LiLA) pada kelompok wanita usia subur (WUS) kurang dari 23,5 cm untuk mendeteksi risiko KEK. Wanita usia subur (WUS) merupakan wanita yang tergolong usia 15-49 tahun dengan organ reproduksi sudah matang dan berfungsi dengan baik.

Berdasarkan data (Riskesdas, 2018), prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada wanita usai subur di Indonesia pada wanita hamil sebesar 17,3% dan tidak hamil sebesar 14,5%. Prevalensi kejadian KEK tertinggi pada kelompok umur 15-19 tahun pada wanita hamil sebesar 33,5% dan tidak hamil sebesar 36,3%. Dibandingkan dengan data (Riskesdas, 2013), prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) di Indonesia mengalami penurunan pada wanita hamil sebesar 24,2% dan tidak hamil sebesar 20,8%. Prevalensi kejadian KEK tertinggi pada kelompok umur 15-19 tahun pada wanita hamil sebesar 38,5% dan tidak hamil 46,6%.

Berdasarkan data (Riskesdas Jawa Timur, 2018), prevalensi KEK pada wanita usai subur di Jawa Timur pada wanita hamil sebesar 19,59% berada di atas rata-rata nasional dan pada wanita tidak hamil sebesar 13,88%. Prevalensi kejadian KEK tertinggi pada kelompok umur 15-19 tahun pada wanita hamil sebesar 40,26% dan tidak hamil sebesar 37,73%. Prevalensi KEK di Kabupaten Malang pada wanita hamil sebesar 34,18% dan tidak hamil sebesar 16,12%. Fenomena pernikahan di usia remaja masih banyak dijumpai di Indonesia khususnya daerah pedesaan. Berdasarkan Undang-undang (Republik Indonesia, 2019), tentang perkawinan memberikan batasan usia menikah apabila pria dan wanita sudah mencapai usia 19 tahun.

Berdasarkan rekap data dispensasi kawin di Jawa Timur tahun 2022 Kabupaten Malang menduduki peringkat pertama. Berdasarkan data (BPS

Jawa Timur, 2018), pernikahan berdasarkan kelompok perkawinan pertama penduduk perempuan di Kabupaten Malang pada usia < 17 tahun sebesar 12,70% dan usia 17-18 tahun sebesar 10,86%. Berdasarkan data (BPS Kabupaten Malang, 2022), jumlah perempuan perkawinan pertama di usia < 20 tahun di Kecamatan Tirtoyudo sebesar 47,54% di atas rata-rata Kabupaten Malang.

Berdasarkan (Riskesdas Jawa Timur, 2018), prevalensi riwayat kehamilan perempuan pada usia 10-19 tahun yang pernah hamil sebesar 52,33%. Pernikahan di usia remaja memiliki dampak negatif seperti masalah kesehatan seperti pada wanita usia subur dengan status gizi KEK akan menimbulkan masalah, terutama saat remaja belum memiliki kecukupan dan kesiapan fisik ataupun mental. Kondisi KEK dapat berdampak pada bayi yang dilahirkan mengalami Berat Badan Bayi Rendah (BBLR) yang memiliki risiko kematian, gizi kurang, gangguan pertumbuhan, dan gangguan perkembangan anak.

Pencegahan KEK yang dapat dilakukan sejak remaja. Sebesar 16% dari seluruh jumlah perempuan di Indonesia merupakan remaja putri usia 10-19 tahun. Menurut (Supriasa dkk., 2016), saat remaja terjadi penambahan massa otot, penambahan jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon. Faktor penyebab gizi kurang secara langsung seperti asupan makanan dan penyakit infeksi. Faktor penyebab tidak langsung seperti persediaan makanan di rumah, perawatan anak dan ibu hamil, serta pelayanan kesehatan. Menurut, (Kemenkes RI, 2018), remaja yang mengalami KEK dapat disebabkan oleh kurangnya asupan zat gizi karena ekonomi ataupun psikososial seperti penampilan, kondisi remaja KEK meningkatkan risiko berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormon yang berdampak buruk bagi kesehatan. Usia remaja cenderung memiliki banyak aktivitas yang mempengaruhi jumlah energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Rendahnya asupan makanan dapat disebabkan rendahnya pengetahuan dan perilaku makan seseorang. Kurangnya informasi mengenai gizi akan berakibat pada berkurangnya kemampuan dalam menerapkan gizi yang beragam dan berimbang dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan data (Riskesdas, 2018), sebesar 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan sebesar 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi kurus dan sangat kurus. Masalah gizi kurang pada remaja dapat diakibatkan juga oleh

diet yang ketat yang menyebabkan remaja kurang mendapat makanan yang seimbang dan bergizi, kebiasaan makan yang buruk, serta kurangnya pengetahuan gizi. Berdasarkan penelitian (Pantaleon, 2019), terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dengan status gizi remaja putri. Kebiasaan makan yang terjadi pada remaja antara lain konsumsi camilan, melewatkan waktu makan terutama sarapan, sering mengonsumsi *junk food*, atau jarang mengonsumsi makanan gizi seimbang sehingga asupan yang dibutuhkan oleh tubuh tidak terpenuhi. Berdasarkan penelitian (Telisa & Eliza, 2020), terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zat gizi makro (energi, protein, lemak) dan asupan zat besi (Fe) dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja.

Pemenuhan asupan gizi remaja berkaitan dengan pengetahuan dan sikap tentang gizi. Berdasarkan penelitian (Margiyanti, 2021), terdapat hubungan mengenai pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi pada remaja putri. Pengetahuan mengenai gizi mempengaruhi sikap dalam pemilihan makanan yang akhirnya mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap seseorang. Semakin tinggi pengetahuan seseorang maka sikapnya pun menjadi lebih baik.

Permasalahan kesehatan remaja juga dapat terjadi karena kurangnya akses pelayanan kesehatan. Akses pelayanan kesehatan dilihat dari jarak dan waktu tempuh serta biaya yang dikeluarkan untuk mencapai pelayanan kesehatan. Pelayanan kesehatan menjadi salah satu akses mendapatkan informasi kesehatan. Pelayanan kesehatan yang terdapat di Desa Tamansatriyan terdapat 1 bidan desa dan UKS yang terdapat di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap yang tidak aktif. Menurut (Kemendikbud, 2014), UKS merupakan saluran utama pendidikan kesehatan yang ada di sekolah untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat dan membentuk perilaku hidup sehat. Berdasarkan penelitian (Hasanah dkk., 2022), Peran UKS dengan bantuan Srikandi Gizi memiliki peran yang cukup baik dalam pencegahan anemia di sekolah dengan menjalankan program pemberian tablet tambah darah pada remaja putri.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Organisasi Pangan Dunia (FAO) merekomendasikan pentingnya integrasi sistem pangan dan orientasi

kepada penyediaan makanan bergizi yang berkelanjutan hingga tingkat rumah tangga. Terdapat enam aksi (RAN-PG, 2021), salah satunya yaitu pendidikan gizi. Metode pendidikan gizi yang dapat dilakukan salah satunya adalah penyuluhan terkait gizi seimbang, yaitu kegiatan menyampaikan pesan-pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau, dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Mashar, 2021), terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan sikap setelah dilakukan penyuluhan dengan media video terkait konsumsi sayuran dan buah-buahan di SMAN 1 Palangka Raya.

Pemilihan alat bantu atau media pendidikan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi diperlukan yang menarik dan informatif salah satunya dengan media sosial. Media sosial memberikan kemudahan dalam menyebarkan informasi. Berdasarkan data hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2022 pengguna internet di sebesar 77,02% dari penduduk Indonesia. Berdasarkan survei Status Literasi Digital di Indonesia (KOMINFO, 2022), Generasi Z (11-25 tahun) mengakses internet lebih lama dibandingkan generasi lainnya sebesar 35% dengan rata-rata lebih dari 6 jam per hari. Media sosial menjadi sumber untuk mengakses informasi terbesar bagi 72,6% responden. Penggunaan Instagram pada tahun 2022 sebesar 48% dan terdapat di urutan ketiga terkait jumlah pengguna yang mengakses aplikasi lebih dari 5-8 jam per hari.

Penggunaan Instagram dapat disajikan menggunakan gambar, video, dan mudah digunakan sehingga memungkinkan untuk membagikan pada layanan jejaring sosial. Penyajian yang berfokus pada gambar dan video menjadi lebih menarik dan mudah dipahami. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap sebesar 94% siswi sudah menggunakan Instagram. Berdasarkan penelitian (Simanjuntak dkk., 2022), yang mengunggah konten setiap sore hari selama 10 hari terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam upaya pencegahan stunting. Media sosial yang paling menghasilkan perubahan pengetahuan sasaran adalah TikTok, sedangkan perubahan sikap dan perilaku sasaran paling efektif melalui media sosial Instagram. Berdasarkan penelitian (Imanuna, 2022), penyuluhan selama 7 hari menggunakan booklet

“Remaja Putri Bebas Anemia Sehat Bahagia” terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap siswi mengenai anemia gizi besi sebelum dan sesudah penyuluhan.

Berdasarkan uraian tersebut untuk pencegahan masalah gizi kekurangan energi kronik pada remaja putri penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan Gizi dengan Instagram terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Mencegah Kekurangan Energi Kronik (KEK) Di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap.”

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mempelajari pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan gizi dengan Instagram dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap
- b. Mengetahui sikap remaja putri sebelum dan sesudah penyuluhan gizi dengan Instagram dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap
- c. Mempelajari pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap pengetahuan remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap
- d. Mempelajari pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap sikap remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK) di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan untuk nilai tambah kepastakaan institusi dalam bidang pengetahuan di bidang gizi dan sebagai bahan masukan bagi sekolah untuk perencanaan program intervensi dalam upaya menambah pengetahuan dan sikap tentang penyuluhan gizi.

###### b. Bagi Penulis

Meningkatkan, pengetahuan, pemahaman dan juga penerapan ilmu yang telah didapat selama kuliah dan penulis juga mendapatkan pengalaman mengenai penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik (KEK)

###### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.

#### E. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian