

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kurang gizi yang masih memiliki prevalensi yang tinggi adalah masalah gizi Kekurangan Energi Kronis atau yang sering disingkat dengan KEK. Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang dialami oleh wanita usia subur merupakan salah satu masalah gizi yang saat ini sedang menjadi fokus permasalahan bidang kesehatan di Indonesia (Paramata, dkk., 2019). Hal ini dikarenakan wanita usia subur yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) akan memiliki resiko yang tinggi untuk melahirkan anak dengan kondisi Kurang Energi Kronis (KEK). KEK disebabkan oleh ketidakseimbangan energi dalam tubuh yang dapat mendorong terjadinya penurunan berat badan dan rendahnya simpanan energi dalam tubuh. KEK merupakan masalah gizi yang dipengaruhi oleh rendahnya konsumsi energi dibandingkan dengan energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Kurang Energi Kronis (KEK) biasanya berlangsung pada periode tertentu, baik dalam rentangan waktu yang cukup lama, maupun dalam waktu hitungan bulan dan tahun.

Prevalensi masalah gizi Kurang Energi Kronis (KEK) di Indonesia masih dalam angka yang cukup tinggi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Provinsi Bali tahun 2018, Kota Denpasar merupakan kota yang memiliki prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja paling tinggi dibandingkan dengan kabupaten/kota lainnya di Provinsi Bali (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Prevalensi remaja putri yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Kota Denpasar yaitu sebesar 13,25%. Berdasarkan data tersebut, dijelaskan bahwa remaja dengan kelompok umur 15-19 tahun merupakan kelompok umur yang memiliki prevalensi KEK yang paling tinggi yaitu sebesar 30,05%. Sedangkan prevalensi KEK terendah yaitu pada dewasa dengan kelompok umur 45-49 tahun (dewasa) yaitu hanya sebesar 2,27%. Pada RISKESDAS Provinsi Bali pada Tahun 2018 juga dijelaskan bahwa remaja yang tinggal di daerah perkotaan yang menderita Kekurangan Energi Kronis (KEK) jumlahnya hampir sebanding dengan remaja yang mengalami KEK dan tinggal di pedesaan.

KEK merupakan masalah gizi yang memiliki dampak besar apabila tidak dihiraukan. Efek dari remaja yang mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) yaitu akan melahirkan bayi byi berat lahir rendah sehingga dapat memicu bayi mudah terkena infeksi penyakit Kekurangan Energi Kronis (KEK) juga dapat menyebabkan abortus. Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada masa kehamilan juga dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan otak janin selama kehamilan.

Remaja yang sering melakukan aktivitas berat seperti mengangkat air, mengangkat beban, lari, bersepeda cepat akan menyebabkan pergerakan tubuh yang lebih cepat sehingga tenaga yang dikeluarkan akan lebih banyak dibandingkan dengan remaja yang melakukan aktivitas sedang seperti melakukan pekerjaan rumah tangga serta remaja yang melakukan aktivitas fisik ringan seperti berjalan santai. Remaja yang lebih sering melakukan aktivitas berat namun tidak diimbangi dengan tingginya konsumsi energi maka dapat menimbulkan terjadinya

masalah gizi Kekurangan Energi Kronis (KEK). Konsumsi energi juga memiliki pengaruh langsung dalam terjadinya masalah gizi KEK. Berdasarkan kesimpulan penelitian KEK yang dilakukan oleh Zaki, dkk (2017), dijelaskan bahwa remaja putri dengan hasil $< 23,5$ cm pada saat pengukuran LILA memiliki tingkat konsumsi energi yang rendah bahkan sudah termasuk ke dalam kategori defisit berat yaitu dengan tingkat konsumsi kurang dari 70%.

Tingginya prevalensi kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada remaja putri di Kota Denpasar, maka diperlukan program penanggulangan untuk dapat menanamkan Pendidikan serta pengetahuan gizi terkait masalah gizi Kekurangan Energi Kronis (KEK) guna mengurangi jumlah remaja putri yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) tingkat Kabupaten/Kota.

Desa Pemecutan Klod merupakan desa yang memiliki jumlah penduduk tertinggi pada remaja putri dalam rentangan usia 15-19 tahun dibandingkan dengan desa lainnya se-Kecamatan Denpasar Barat. Jumlah penduduk berdasarkan kelompok umur 15-19 tahun jenis kelamin perempuan di Desa Pemecutan Klod yaitu sebanyak 3.019 jiwa (Badan Pusat Statistik Kota Denpasar., 2020). Selain itu, dari hasil peninjauan awal yang dilakukan peneliti kepada 17 orang remaja putri yang diambil secara acak di Desa Pemecutan Klod didapatkan hasil bahwa sebanyak 11 responden (61,75%) remaja putri memiliki kecenderungan mengalami masalah gizi KEK. Hal ini dikarenakan sebagian besar responden tersebut disamping berstatus gizi kurang, juga mempunyai ciri-ciri fisik seperti mudah merasa lelah, letih, lemah serta mengalami penurunan nafsu makan selama sebulan terakhir yang mengakibatkan penurunan jumlah asupan energi remaja tersebut.

Berdasarkan hal itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Konsumsi Energi dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) Pada Remaja Putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat sebagai langkah untuk mengetahui faktor yang menjadi pemicu remaja putri dapat menderita Kekurangan Energi Kronis (KEK).

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Kurang Energi Kronis pada remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat?
2. Apakah ada hubungan tingkat konsumsi energi dengan kejadian Kurang Energi Kronis pada remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dan tingkat konsumsi energi dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat aktivitas fisik remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat.
- b. Mengidentifikasi tingkat konsumsi energi pada remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat.

- c. Mengidentifikasi status Kekurangan Energi Kronis (KEK) remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat.
- d. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat.
- e. Menganalisis hubungan tingkat konsumsi energi dengan kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja putri di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Memberikan informasi tambahan serta edukasi mengenai aktivitas fisik dan tingkat konsumsi energi sebagai faktor resiko yang dapat mempengaruhi kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada remaja putri.
- b. Peneliti lain dapat menjadikan penelitian ini sebagai tambahan referensi agar dapat dikembangkan pada penelitian selanjutnya terlebih mengenai masalah gizi Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada remaja putri.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan keterangan terkait status gizi remaja putri di di Desa Pemecutan Klod Kecamatan Denpasar Barat sehingga berguna sebagai acuan untuk rancangan program penanggulangan masalah gizi kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri.

b. Bagi Subyek dan Masyarakat

- 1) Memberikan informasi tambahan serta edukasi kepada masyarakat khususnya remaja putri tentang masalah gizi Kekurangan Energi Kronis (KEK).
- 2) Dapat mendorong peningkatan asupan gizi melalui makanan dan kegiatan fisik untuk membenahi status gizi remaja putri dan pencegahan terjadinya masalah gizi Kekurangan Energi Kronis (KEK).