

SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG KEKURANGAN
ENERGI KRONIS, LINGKAR LENGAN ATAS DAN INDEKS
MASSA TUBUH PADA REMAJA PUTRI**

**DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN
TABANAN**



Oleh :

LUH GEDE JULIA TRI KARTIKA PUTRI
NIM. P07124221029

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN KEKURANGAN ENERGI
KRONIS, LINGKAR LENGAN ATAS DAN INDEKS MASSA
TUBUH PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN
TABANAN**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan
Jurusan Kebidanan**

Oleh :

**LUH GEDE JULIA TRI KARTIKA PUTRI
NIM. P07124221029**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**GAMBARAN PENGETAHUAN KEKURANGAN ENERGI
KRONIS, LINGKAR LENGAN TAS DAN INDEKS MASSA
TUBUH PADA REMAJA PUTRI**

**DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN
TABANAN**

Oleh :

LUH GEDE JULIA TRI KARTIKA PUTRI
NIM. P07124221029

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Ni Nvoman Suindri, S.Si.T., M.Keb.
NIP. 197202021992032004

Pembimbing Pendamping :



Ni Gusti Kompiang Sriasih, S.ST., M.Kes
NIP. 197001161989032001

**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ni Ketut Somovani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN KEKURANGAN ENERGI
KRONIS DAN INDEKS MASSA TUBUH PADA REMAJA
PUTRI**

**DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN
TABANAN**

Oleh :

LUH GEDE JULIA TRI KARTIKA PUTRI
NIM. P07124221029

TELAH DISEMINARKAN DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 3 JUNI 2025

TIM PENGUJI :

- | | | |
|----|---|--------------|
| 1. | <u>drg. Regina Tedjasulaksana, M.Biomed</u> | (Ketua) |
| 2. | <u>Ni Nyoman Suindri, S.Si.T., M.Keb</u> | (Sekretaris) |
| 3. | <u>Gusti Ayu Eka Utarini, SST., M.Kes</u> | (Anggota) |

Regina
Ni Nyoman Suindri
Gusti Ayu Eka Utarini

MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

Ni Ketut Somoyani
Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Luh Gede Julia Tri Kartika Putri
NIM : P07124221029
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2024/2025
Alamat : Banjar Dinas Kebonjero, Desa Munduktemu

Dengan ini menyatakan bahwa :

Skripsi dengan judul “Gambaran Pengetahuan Tentang Kekurangan Energi Kronis, Lingkar Lengan Atas, dan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pupuan Tabanan” adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.

1. Apabila kemungkinan hari terbukti Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Luh Gede Julia Tri Kartika Putri

P07124221029

**LINGKAR LENGAN ATAS DAN INDEKS MASSA TUBUH PADA
REMAJAPUTRI
DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 PUPUAN TABANAN**

ABSTRAK

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. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan kekurangan energi kronis, indeks massa tubuh, dan lingkaran lengan atas pada remaja putri. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pupuan pada tanggal 9 Mei 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII dan VIII dengan sampel berjumlah 51 orang, yang dipilih menggunakan metode *total sampling*. Data dikumpulkan dengan kuisioner dan pengukuran, dan dianalisis dengan teknik distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan tentang KEK menunjukkan bahwa sebagian besar masuk dalam kategori baik yaitu 36 orang (70,6%), IMT sebagian besar normal yaitu 42 orang (82,4%), dan pengukuran LiLa sebanyak 42 orang (82,4%) memiliki LiLA dengan kategori ≥ 23.5 cm. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 3 Pupuan memiliki pengetahuan baik, mayoritas memiliki status gizi yang baik berdasarkan pengukuran LILA dan IMT. Dari penelitian ini diperlukan penelitian lanjutan secara analitik untuk mengetahui hubungan perilaku dan status gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri.

Kata kunci: Remaja, pengetahuan, kekurangan energi kronis (KEK), indeks massa tubuh (IMT), lingkaran lengan atas (LiLa)

**OVERVIEW OF KNOWLEDGE OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY,
UPPER ARM CIRCUMFERENCE AND BODY MASS INDEX
IN ADOLESCENT GIRLS AT STATE JUNIOR HIGH SCHOOL 3 PUPUAN
TABANAN**

ABSTRACT

Chronic energy deficiency (CED) experienced by women of childbearing age is one of the nutritional problems that is currently the focus of health problems in Indonesia. The purpose of this study was to determine the description of knowledge of chronic energy deficiency, body mass index, and upper arm circumference in adolescent girls. The research method used was descriptive research using a cross-sectional design. The study was conducted at State Junior High School 3 Pupuan on May 9, 2025. The population in this study were all female adolescents in grades VII and VIII with a sample of 51 people, who were selected using the total sampling method. Data were collected using questionnaires and measurements, and analyzed using frequency distribution techniques. The results showed that most respondents were 14 years old, knowledge about CED showed that most were in the good category, namely 36 people (70.6%), BMI was mostly normal, namely 42 people (82.4%), and LiLa measurements of 42 people (82.4%) had LiLa with a category of ≥ 23.5 cm. The conclusion of this study is that the better a teenager's knowledge regarding the nutrition their body needs, the smaller the possibility that the teenager has a risk of CED. From this study, further analytical research is needed to determine the relationship between behavior and nutritional status with the incidence of CED in adolescent girls.

Keywords: *Adolescents, knowledge, chronic energy deficiency (KEK), body mass index (BMI), upper arm circumference (LiLa)*

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN PENGETAHUAN KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN INDEKS MASSA TUBUH PADA REMAJA PUTRI

STUDI DILAKUKAN DI SMP NEGERI 3 PUPUAN KABUPATEN TABANAN

Remaja putri merupakan kelompok rentan terhadap masalah gizi, termasuk Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang ditandai dengan asupan energi dan protein yang kurang dalam jangka waktu lama. KEK pada remaja putri berisiko menurunkan kesehatan reproduksi dan kualitas hidup, serta dapat berdampak pada kehamilan dan bayi. Lingkar Lengan Atas (LiLA) kurang dari 23,5 cm digunakan sebagai indikator KEK. Pengetahuan tentang KEK dan pola makan seimbang sangat berpengaruh terhadap status gizi remaja putri. Di SMPN 3 Pupuan pengetahuan remaja putri tentang KEK masih rendah. 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. Pengetahuan merupakan faktor langsung yang mempengaruhi status gizi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan kekurangan energi kronis, indeks massa tubuh, dan lingkaran lengan atas pada remaja putri. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII dan VIII dengan sampel berjumlah 51 orang, yang dipilih menggunakan metode *total sampling*. Data dikumpulkan dengan kuisioner dan pengukuran, dan dianalisis dengan teknik distribusi frekuensi.

Hasil penelitian dari 51 responden menunjukkan bahwa pengetahuan tentang KEK pada remaja putri di SMP N 3 Pupuan sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 36 orang (70,6%), 12 orang (23,5%) anak memiliki berpengetahuan cukup dan 3 orang (5,9%) menunjukkan pengetahuan kurang. Hasil pemeriksaan IMT di dapatkan, sebanyak 6 orang (11,8%) anak memiliki IMT dengan kategori kurus, 42 orang (82,4%) memiliki IMT dengan kategori normal dan hanya 3 orang (5,9%) yang memiliki IMT dengan kategori gemuk. Lalu berdasarkan hasil

penelitian didapatkan hasil pemeriksaan LiLA, sebanyak 9 orang (17,6%) anak memiliki LiLA dengan kategori $<23,5$ cm, 42 orang (82,4%) memiliki LiLA dengan kategori $\geq 23,5$ cm.

Persentase ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang baik, mayoritas memiliki status gizi yang baik berdasarkan pengukuran LiLA dan IMT. Pengetahuan yang baik berhubungan dengan pemilihan makanan bergizi karena pemahaman manfaat gizi seimbang bagi tubuh. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri adalah dengan cara mengajarkan mereka tentang kesehatan dimana dilingkup sekolah dapat difasilitasi dengan program UKS dan PMR. Pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku setiap individu, termasuk perilaku kesehatan individu tersebut. Dari penelitian ini diperlukan penelitian lanjutan secara analitik untuk mengetahui hubungan perilaku dan status gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyusun skripsi dengan judul **"Gambaran Pengetahuan Kekurangan Energi Kronis, Lingkar Lengan Atas dan Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 3 Pupuan Tabanan"** tepat pada waktunya. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Kp.,Ns., S.Tr.Keb., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed. selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
3. Ni Wayan Armini, S.ST., M.Keb. selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
4. Kepala Sekolah SPMN 3 Pupuan yang telah memberikan kesempatan dan memfasilitasi peneliti untuk melaksanakan penelitiannya.
5. Ni Nyoman Suindri, S.Si.T., M.Keb. selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi.
6. Ni Gusti Kompiang Sriasih, S.ST.,M.Kes selaku pembimbing pendamping dalam penyusunan skripsi.

7. Teristimewa untuk orang tua dan keluarga tercinta. Bapak I Gede Yudiasa dan Ibu Ni Wayan Yulia Arianti yang telah memberikan semangat, dukungan, serta doa kepada penulis selama melalui proses perkuliahan. Terimakasih telah menjadi orangtua yang sempurna.
8. Kepada seseorang yang tak kalah pneting kehadirannya I Gede Jerianta Adnyana Putra, S.Ak yang telah menemani, memberikan dukungan maupun bantuan kepada penulis. Terimakasih telah menjadi bagian dari hidup penulis.
9. Kepada Putu Gioni Bintang Putri selaku sahabat penulis yang telah bersama sejak hari pertama perkuliahan, selalu menemani setiap proses yang telah penulis lalui dan selalu membantu serta memberi dukungan kepada penulis. Terimakasih telah membantu dan selalu ada di hidup penulis selama masa perkuliahan dan semoga selalu untuk kedepannya.
10. Teman-teman Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Angkatan VI yang banyak membantu dan memberikan dukungan dalam pembuatan usulan skripsi ini.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah membantu hingga selesainya skripsi ini.

Peneliti menyadari skripsi ini tidak sempurna. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya masukan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak.

Denpasar, Juni 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	2
LEMBAR PERSETUJUAN	3
LEMBAR PENGESAHAN	4
ABSTRAK	5
RINGKASAN PENELITIAN	7
KATA PENGANTAR.....	9
DAFTAR ISI	11
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR GAMBAR	14
DAFTAR LAMPIRAN	15
BAB I PENDAHULUAN.....	16
A. Latar Belakang	16
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Remaja Putri.....	6
B. Kekurangan Energi Kronis (KEK).....	6
C. Lingkar Lengan Atas (LiLA)	11
D. Indeks Massa Tubuh	13
E. Konsep Pengetahuan	15
BAB III KERANGKA KONSEP	21
A. Kerangka Konsep.....	21
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	22

C. Pertanyaan Penelitian	23
BAB IV METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian	24
B. Alur Penelitian	25
C. Tempat dan Waktu Penelitian	26
D. Populasi dan Sampel	26
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	27
F. Pengolahan dan Analisis Data	30
G. Etika Penelitian	32
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan	39
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	45
A. Simpulan	45
B. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Batas Ambang IMT	17
Tabel 2 Definisi Operasional Variabel	25
Tabel 3 Jumlah Populasi Peserta Didik	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian.....	23
Gambar 2. Bagan Alur Penelitian.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 4. Rencana Anggaran Penelitian
- Lampiran 5. Kerangka Pertanyaan Kuesioner
- Lampiran 6. Lembar Pencatatan Hasil Pengukuran Antropometri, LiLA dan IMT
- Lampiran 7. Lembar Kuisisioner Pengetahuan Terkait KEK