

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di dua sekolah yang berada di wilayah Kota Kupang, yaitu SMAN 7 Kupang sebagai representasi wilayah non pesisir dan SMKN 3 Kupang sebagai representasi wilayah pesisir. Penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai April 2026 dengan jumlah responden sebanyak 92 remaja putri yang terdiri dari 46 siswi SMAN 7 Kupang dan 46 siswi SMKN 3 Kupang. SMAN 7 Kupang merupakan salah satu sekolah menengah atas negeri yang berada di wilayah non pesisir Kota Kupang dengan akses pendidikan dan fasilitas umum yang cukup baik. Sementara itu, SMKN 3 Kupang berada pada wilayah pesisir yang sebagian besar masyarakatnya memiliki mata pencaharian sebagai nelayan dan pedagang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan pola makan pada remaja putri yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) di daerah pesisir dan non pesisir di Kota Kupang.

2. Hasil Uji Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
X	15	32.6	15	32.6	30	32,6
XI	31	67.4	31	67.4	62	67,4
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa di daerah pesisir kategori kelas X sebanyak 15 orang dengan presentase (32,6%) dan kelas XI sebanyak 31 orang dengan presentase (67,4%) sedangkan di daerah non pesisir kategori kelas X sebanyak 15 orang dengan presentase (32,6%) dan kelas XI sebanyak 31 orang dengan presentase (67,4%). Total kategori Kelas X sebanyak 30 orang dengan presentase (32,6%), dan Kelas XI sebanyak 62 orang dengan presentase (67,4%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Umur

Usia	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
Remaja Pertengahan 15-17	37	80.4	45	97.8	82	89.1
Remaja Akhir 18-21	9	19.6	1	2.2	10	10.9
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa di daerah pesisir kategori usia 15-17 tahun sebanyak 37 orang dengan presentase (80,4%), kategori usia 18-21 tahun sebanyak 9 orang dengan presentase (19,6%). Sedangkan di daerah non pesisir kategori usia 15-17 tahun sebanyak 45 orang dengan presentase (97,8%), kategori usia 18-21 tahun sebanyak 1 orang dengan presentase (2,2%) dan total kategori umur 15-17 tahun sebanyak 82 orang dengan persentase (89,1%), umur 18-21 tahun sebanyak 10 orang dengan persentase (10,9%).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ayah

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Ayah

Pendidikan Ayah	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	(%)
SD	12	26.1	6	13.0	18	19.6
SMP	3	6.5	2	4.3	5	5.4
SMA	25	54.3	35	76.1	60	65.2
Perguruan Tinggi	6	13.0	3	6.5	9	9.8
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa di daerah pesisir pendidikan ayah kategori SD sebanyak 12 orang dengan presentase (26,1%), SMP sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%), SMA sebanyak 25 orang dengan presentase (54,3%), Perguruan tinggi sebanyak 6 orang dengan presentase (3,0%). Sedangkan di daerah non pesisir kategori SD sebanyak 6 orang dengan presentase (3,0%), SMP sebanyak 2 orang dengan presentase (4,3%), SMA sebanyak 35 orang dengan presentase (76,1%), Perguruan Tinggi sebanyak 3 orang dengan

presentase (6,3%). Dan total semua kategori SD sebanyak 18 orang dengan presentase sebanyak (19,6%). SMP sebanyak 5 orang dengan presentase (5,4%) SMA sebanyak 60 orang dengan presentase (65,2%) Perguruan tinggi sebanyak 9 orang dengan presentase (9,8%)

d. Karakteristik Responden Berdasarkan pendidikan ibu

Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

Pendidikan Ibu	Pesisir		Non pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
SD	9	19.6	11	23.9	20	21.7
SMP	7	15.2	8	17.4	15	16.3
SMA	26	56.5	24	52.2	50	54.3
Perguruan Tinggi	4	8.7	3	6.5	7	7.6
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa di daerah pesisir pendidikan ibu kategori SD sebanyak 9 orang dengan presentase (19,6%), SMP sebanyak 7 orang dengan presentase (15,2%), SMA sebanyak 26 orang dengan presentase (56,5%), Perguruan Tinggi sebanyak 4 orang dengan presentase (8,7%) sedangkan di daerah non pesisir kategori SD sebanyak 11 orang dengan presentase (23,9%), SMP sebanyak 8 orang dengan presentase (17,4%), SMA sebanyak 24 orang dengan presentase (52,2%), Perguruan tinggi sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%). Total pendidikan Ibu kategori SD sebanyak 20 orang dengan presentase sebanyak (21,7%). SMP sebanyak 15 orang dengan presentase (16,3%) SMA sebanyak 50 orang dengan presentase (54,3%) Perguruan tinggi sebanyak 7 orang dengan presentase (7,6%).

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ayah

Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ayah

Pekerjaan Ayah	Pesisir		Non pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
PNS	3	6.5	9	19.6	12	13.0
Pegawai	3	6.5	3	6.5	6	6.5
Wiraswasta	11	23.9	11	23.9	22	23.9
Petani	29	63.0	23	50.0	52	56.5
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa di daerah pesisir kategori pekerjaan ayah PNS sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%), Pegawai sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%), wiraswasta sebanyak 11 orang dengan presentase (23,9%), petani sebanyak 29 orang dengan presentase (63,0%). Sedangkan di daerah non pesisir kategori pekerjaan ayah, PNS sebanyak 9 orang dengan presentase (19,6%), Pegawai sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%), wiraswasta sebanyak 11 orang dengan presentase (23,9%), petani sebanyak 29 orang dengan presentase (50,0%). Total kategori pekerjaan ayah PNS sebanyak 12 orang dengan persentase (13,0%), Pegawai sebanyak 6 orang dengan persentase (6,5%), Wiraswasta sebanyak 22 orang dengan persentase (23,9%), Petani sebanyak 52 orang dengan persentase (56,5%).

f. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Tabel 11. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Pekerjaan Ibu	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	(%)
PNS	3	6.5	2	4.3	6	6.5
Wiraswasta	4	8.7	3	6.5	6	6.5
IRT	39	84.8	41	89.1	80	87.0
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa di daerah pesisir kategori pekerjaan ibu, PNS sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%), Wiraswasta sebanyak 4 orang dengan presentase (8,7%), IRT sebanyak 39 orang dengan presentase (84,8%). Sedangkan di daerah non pesisir kategori pekerjaan ibu, PNS sebanyak 2 orang dengan presentase (4,3%), Wiraswasta sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%), IRT sebanyak 41 dengan presentase (89,1%). Total kategori pekerjaan ibu PNS sebanyak 6 orang dengan persentase (6,5%), wiraswasta sebanyak 6 orang dengan persentase (6,5%), IRT sebanyak 80 orang dengan persentase (87,0%).

g. **Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Anggota Keluarga**

Tabel 12. Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Anggota Keluarga

Jumlah Anggota Keluarga	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
≤ 2	32	69.6	45	97.8	77	83.7
> 2	14	30.4	1	2.2	15	16.3
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa di daerah pesisir, kategori jumlah anggota keluarga di atas 2 orang sebanyak 32 orang dengan presentase (69,6%), di bawah 2 orang sebanyak 14 orang dengan presentase (30,4%). Sedangkan di daerah non pesisir kategori jumlah anggota keluarga di atas 2 orang sebanyak 45 orang dengan presentase (97,8%), di bawah 2 orang sebanyak 1 orang dengan presentase (2,2%). Total kategori jumlah anggota keluarga di atas 2 orang sebanyak 77 orang dengan presentase (83,7%), di bawah 2 orang sebanyak 15 orang dengan presentase (16,3%).

h. **Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan Orangtua**

Tabel 13. Distribusi Responden Berdasarkan Pendapat Orang Tua

Pendapatan Orangtua	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
<500.000	22	47.8	19	41.3	41	44.6
1.000.000-2.000.000	18	39.1	22	47.8	40	43.5
>2.000.000	6	13.0	5	10.9	11	12.0
Total	46	100	46	100	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa di daerah pesisir kategori pedapatan orang tua dari <500.000 sebanyak 22 orang dengan presentase (47,8%), 1.000.000-2.000.000 sebanyak 18 orang dengan presentase (39,1%), > 2.000.000 sebanyak 6 orang dengan presentase (13,0%). Sedangkan di daerah non pesisir, kategori pendapatan orang tua dari <500.000 sebanyak 19 orang dengan presentase (41,3%), 1.000.000-2.000.000 sebanyak 22 orang dengan presentase (47,8%), dan

> 2.000.000 sebanyak 5 orang dengan presentase (10,9%). Total kategori pendapatan orang tua dari < 500.000 sebanyak 41 orang dengan persentase (44,6%), 1.000.000-2.000.000 sebanyak 40 orang dengan persentase (43,5%), dan > 2.000.000 sebanyak 11 orang dengan persentase (12,0%).

i. Karakteristik Responden Berdasarkan lokasi

Tabel 14. Distribusi Responden Berdasarkan Lokasi(Pesisir dan Non Pesisir)

Lokasi	Jumlah (n)	Presentase %
Pesisir	46	50.0
Non Pesisir	46	50.0
Total	92	100.0

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan tabel di atas, kategori lokasi pesisir sebanyak 46 orang dengan persentase (50,0%), dan non-pesisir sebanyak 46 orang dengan persentase (50,0%).

j. Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Tabel 15. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi

Pengetahuan Gizi	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
Baik	5	10.9	6	13.0	11	12.0
Cukup	23	50.0	19	41.3	42	45.7
Kurang	18	39.1	21	45.7	39	42.4
Total	46	100.0	46	100.0	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel di atas menunjukkan bahwa di daerah pesisir pengetahuan baik sebanyak 5 orang dengan presentase (10,9%), cukup sebanyak 23 orang dengan presentase (50,0%), kurang baik sebanyak 18 orang dengan presentase (39,1%). Sedangkan di daerah non pesisir diketahui pengetahuan baik sebanyak 6 orang dengan presentase (13,0%), cukup baik sebanyak 19 orang dengan presentase (41,3%), kurang baik sebanyak 21 orang dengan presentase (45,7%). Total diketahui bahwa dari 92 orang responden didapatkan siswa yang pengetahuan baik sebanyak 11 orang dengan persentase 12,0%, siswa yang berpengetahuan cukup sebanyak 42 orang dengan persentase 45,7%, dan siswa yang berpengetahuan kurang sebanyak 39 orang

dengan persentase 42,4%.

k. Karakteristik Responden Berdasarkan Pola Makan

Tabel 16. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan

Pola Makan	Pesisir		Non Pesisir		Total	
	n	%	n	%	n	%
Baik	39	84.8	33	71.7	72	78.3
Cukup	7	15.2	10	21.7	17	18.5
Buruk			3	6.5	3	3.3
Total	46	100	46	100.0	92	100

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel di atas menunjukkan bahwa di daerah pesisir, pola makan baik sebanyak 39 orang dengan presentase (84,8%), pola makan cukup baik sebanyak 7 orang dengan presentase (15,2%), sedangkan di daerah non pesisir diketahui pola makan baik sebanyak 33 orang dengan presentase (71,7%), cukup baik sebanyak 10 orang dengan presentase (21,7%), dan pola makan buruk sebanyak 3 orang dengan presentase (6,5%). Total diketahui bahwa dari 92 orang responden didapatkan siswa yang pola makan baik sebanyak 72 orang dengan persentase 78,3%, siswa yang pola makan cukup sebanyak 17 orang dengan persentase 18,5%, dan siswa yang pola makan buruk sebanyak 3 orang dengan persentase 3,3%.

3. Hasil Uji Normalitas

Tabel 17. Hasil Uji Normalitas Pengetahuan Gizi Dan Pola Makan

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Shapiro-Wilk
Pengetahuan	0,001	0,007
Pola Makan	0,133	0,144

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk pada 92 responden, diperoleh nilai signifikansi variabel pengetahuan gizi sebesar 0,001 pada uji Kolmogorov-Smirnov dan 0,001 pada ($p < 0,05$), sehingga data pengetahuan gizi dinyatakan tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, uji yang digunakan adalah Mann-Whitney. Sementara itu, variabel pola makan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,133 pada uji Kolmogorov-Smirnov dan ($p > 0,05$), sehingga data pola makan dinyatakan berdistribusi normal, sehingga uji yang digunakan adalah

uji t-independen.

4. Uji Beda

Tabel 18. Uji Beda Pengetahuan Gizi pada Remaja Putri di Daerah Pesisir dan Non Pesisir

Lokasi	Jumlah (n)	Mean	p-value
Pesisir	46	51.38	0,078
Non pesisir	46	41.62	
Total	92		

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan hasil uji Mann-Whitney, diperoleh nilai p-value sebesar 0,078 ($p > 0,05$), sehingga tidak ada perbedaan pengetahuan gizi pada remaja putri yang mengalami KEK di daerah pesisir dan non-pesisir.

Tabel 19. uji beda Beda Pola Makan pada Remaja Putri di Daerah Pesisir dan Non Pesisir

Lokasi	Jumlah (n)	Mean	p-value
Pesisir	46	429.26	0,89
Non pesisir	46	431.83	
Total	92		

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan hasil uji t Independent Sample, diperoleh nilai p-value sebesar 0,89 ($p > 0,05$), sehingga tidak ada perbedaan pola makan pada remaja putri yang mengalami KEK di daerah pesisir dan non-pesisir.

B. Pembahasan

1. Analisis perbedaan pengetahuan gizi di daerah pesisir dan non pesisir

Kekurangan energi kronis (KEK) merupakan salah satu keadaan malnutrisi, dimana remaja mengalami kekurangan asupan makanan yang berlangsung menahun (kronis). KEK dapat diketahui dengan ukuran lingkaran lengan atas (LILA) kurang dari <23.5 cm. pengaruh KEK pada remaja yaitu kemerosotan imunitas tubuh, penurunan konsentrasi, dan produktivitas remaja. Status gizi pada remaja lazimnya di pengaruhi oleh aspek ekonomi akan tetapi juga dipengaruhi oleh faktor budaya, pola makan, kebiasaan mengkonsumsi makanan sehat maupun tidak, serta kebiasaan aktivitas fisik. (F.M. Putri et al., 2022).

Pengetahuan adalah salah satu faktor tidak langsung yang memengaruhi

status gizi, sementara penyebab langsung dari masalah gizi adalah asupan gizi dan penyakit infeksi. Selain pengetahuan, faktor lain yang turut berperan dalam masalah gizi meliputi pendidikan, kemiskinan, dan keterampilan, dengan akar masalah yang berhubungan dengan krisis ekonomi. Faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan terbagi menjadi dua, yaitu faktor internal yang mencakup pendidikan, pekerjaan, dan usia, serta faktor eksternal yang meliputi lingkungan dan sosial budaya (Hartini et al. 2022).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yang terjadi di sekolah Tingkat pengetahuan remaja putri di daerah pesisir dipengaruhi oleh kombinasi faktor pendidikan orang tua, Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan pengetahuan remaja. Sebagian besar ayah responden memiliki pendidikan terakhir SMA. Pendidikan orang tua yang lebih tinggi umumnya memudahkan keluarga dalam menerima dan menyampaikan informasi kesehatan dan gizi kepada anak. lingkungan pesisir, SMKN 3 Kupang berada di wilayah pesisir yang sebagian besar masyarakatnya bekerja sebagai nelayan dan pedagang. Lingkungan tempat tinggal berpengaruh terhadap pengetahuan karena menjadi sumber pengalaman dan informasi sehari-hari. akses informasi, usia, kondisi sosial ekonomi keluarga, dan pendidikan kesehatan di sekolah. Kemudahan akses informasi pada era digital. Menurut Hartini et al. (2022).

Jenis makanan yang sering dikonsumsi oleh remaja putri di daerah pesisir meliputi nasi sebagai makanan pokok, ikan laut sebagai lauk utama, serta beragam jenis sayuran dan buah-buahan yang tersedia di pasar lokal. Ikan merupakan asal protein hewani yang paling mudah didapatkan di daerah pesisir karena sebagian besar masyarakat mempunyai akses yang baik terhadap temuan tangkapan laut, ikan asin, ikan pindang, cumi-cumi, udang, dan kerang. Hasil Food Frequency Questionnaire (FFQ) remaja putri yang di daerah pesisir lebih banyak protein hewani seperti ikan dan mengkonsumsi sayuran seperti kangkong, bayam, labu siam di daerah pesisir yang jarang mengkonsumsi seperti cumi-cumi dan udang dan di daerah pesisir remaja putri juga jarang mengkonsumsi buah-buahan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri di daerah pesisir

memiliki nilai mean rank sebesar 51,38, sedangkan remaja putri di daerah non-pesisir memiliki nilai mean rank sebesar 41,62. Nilai mean rank tersebut memperlihatkan bahwa tingkat pengetahuan gizi remaja putri di daerah pesisir cenderung lebih tinggi dibandingkan remaja putri di daerah non-pesisir. Akan tetapi demikian, temuan kajian uji Mann-Whitney menunjukkan nilai p-value sebesar 0,07. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 akibatnya dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan gizi yang bermakna antara remaja putri di daerah pesisir dan non-pesisir. Oleh sebab itu, dugaan yang mengungkapkan adanya perbedaan pengetahuan gizi pada kedua kelompok tidak terbukti secara statistik. secara statistik.

Tidak adanya perbedaan yang bermakna antara kedua wilayah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah semakin mudahnya akses informasi mengenai kesehatan dan gizi melalui media elektronik, media sosial, internet, serta program penyuluhan kesehatan dari sekolah maupun fasilitas pelayanan kesehatan. Akses informasi yang relatif merata menyebabkan remaja putri baik di daerah pesisir maupun non-pesisir memiliki kesempatan yang hampir sama dalam memperoleh pengetahuan gizi.

Selain itu, faktor pendidikan juga berperan dalam membentuk pengetahuan gizi remaja. Remaja yang mendapatkan pendidikan dan informasi kesehatan yang baik cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, pola makan sehat, serta pencegahan masalah gizi seperti kekurangan energi kronis (KEK). Pengetahuan gizi yang baik dapat memengaruhi perilaku makan dan pemilihan makanan sehari-hari pada remaja putri. Pratiwi et al. (2023)

Pendidikan orang tua merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri, baik di daerah pesisir maupun non-pesisir. Tingkat pendidikan orang tua berhubungan dengan kemampuan dalam menerima informasi, memahami pentingnya gizi, serta menerapkan pola asuh dan pola makan yang baik dalam keluarga. Diketahui bahwa sebagian besar pendidikan ayah responden berada pada

kategori SMA yaitu sebanyak 60 orang (65,2%), sedangkan pendidikan SD sebanyak 18 orang (19,6%), SMP sebanyak 5 orang (5,4%), dan perguruan tinggi sebanyak 9 orang (9,8%). Tingginya persentase pendidikan ayah pada tingkat SMA menunjukkan bahwa sebagian besar ayah responden telah memiliki tingkat pendidikan menengah yang cukup untuk memahami pentingnya kesehatan dan pemenuhan gizi keluarga. Sedangkan pendidikan ibu, diketahui bahwa sebagian besar pendidikan ibu responden juga berada pada kategori SMA, yaitu sebanyak 50 orang (54,3%), diikuti SD sebanyak 20 orang (21,7%), SMP sebanyak 15 orang (16,3%), dan perguruan tinggi sebanyak 7 orang (7,6%). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin luas informasi yang diketahui. Pendidikan akan berdampak pada pengetahuan seseorang. Pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap pemilihan jenis bahan makanan dan penentuan jenis makanan yang akan dikonsumsi. (Munawara et al., 2023)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang diteliti oleh Tatirah (2023) Hasil analisis statistik menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara pengetahuan gizi dan kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK), dengan nilai $p > 0,979$. Salah satu faktor yang mungkin memengaruhi hasil ini adalah banyaknya remaja putri yang memiliki pengetahuan gizi yang baik, namun justru mengalami KEK jika dibandingkan dengan mereka yang memiliki pengetahuan gizi yang cukup. Pemahaman teori gizi seimbang belum tentu diimplementasikan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat disebabkan oleh kekhawatiran remaja putri terhadap risiko obesitas dan persepsi negatif terhadap penampilan fisik, sehingga mereka cenderung membatasi asupan makan meskipun telah memahami pentingnya gizi yang seimbang. (Adriani & Wirjatmadi, 2020)

Penelitian Sari (2024), menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri. Meskipun sebagian besar responden memiliki pengetahuan gizi yang tergolong baik, mereka tetap mengalami KEK. Pengetahuan gizi yang baik sering kali tidak sejalan dengan perilaku makan yang sehat pada remaja

karena dihambat oleh persepsi bentuk tubuh (body image) atau melewati waktu makan demi mempertahankan berat badan ideal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang diteliti oleh (Rizkillah & Hastuti, 2023) Penelitian tersebut menunjukkan bahwa hasil analisis beda karakteristik remaja berdasarkan jenis kelamin dan sekolah memiliki nilai $p > 0,05$, yang berarti tidak terdapat perbedaan signifikan antara usia remaja laki-laki dan perempuan maupun karakteristik sekolah. Selain itu, hasil uji beda karakteristik keluarga, khususnya pendidikan terakhir ibu berdasarkan jenis kelamin remaja, juga menunjukkan nilai $p > 0,05$. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pendidikan ibu antara remaja yang bersekolah di SMA dan SMK.

2. Analisis perbedaan pola makan di daerah pesisir dan non pesisir

Pola makan adalah suatu cara individu dalam memilih ataupun mengonsumsi makanan terhadap dampak psikologis, fisiologis, budaya dan sosial. Pola makan juga dapat di definisikan sebagai karakteristik atau ciri khas dari aktivitas makan individu yang dilakukan secara berulang kali dalam memenuhi kebutuhan tubuhnya. Angka kecukupan gizi seperti karbohidrat, lemak, protein ataupun mineral harus diperhatikan guna menjaga pola makan tetap sehat (Heryuditasari, 2022).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yang terjadi di sekolah Tingkat pengetahuan remaja putri di daerah non pesisir, pendidikan orang tua. Orang tua yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mudah menerima dan memahami informasi kesehatan serta mampu memberikan edukasi yang baik kepada anaknya, akses informasi dan perkembangan teknologi menjadi faktor yang sangat berpengaruh terhadap pengetahuan remaja. Saat ini siswa dapat memperoleh informasi dengan mudah melalui internet, media sosial, televisi, buku, maupun berbagai aplikasi digital, usia dan tingkat kematangan berpikir responden. Sebagian besar remaja putri di SMAN 7 Kupang berada pada rentang usia 15–17 tahun yang termasuk dalam masa remaja pertengahan. Pada usia ini kemampuan

berpikir logis dan daya tangkap terhadap informasi sudah berkembang dengan baik sehingga remaja lebih mudah menerima, memahami, dan mengingat informasi yang diperoleh, pengaruh teman sebaya juga dapat memengaruhi pengetahuan remaja putri. Pada masa remaja, teman sebaya merupakan salah satu kelompok yang memiliki pengaruh besar terhadap perilaku dan pola pikir individu. Menurut Notoatmodjo(2020).

Jenis makanan yang sering dikonsumsi oleh remaja putri di daerah non pesisir antara lain nasi sebagai makanan pokok, lauk-pauk seperti ayam, telur, tempe, tahu, daging, serta berbagai jenis sayuran seperti kangkung, sawi, bayam, dan kacang panjang. Selain itu, konsumsi buah-buahan seperti pisang, pepaya, mangga, dan jeruk juga lebih mudah dijumpai karena ketersediaannya yang cukup baik di wilayah non pesisir. Hasil Food Frequency Questionnaire (FFQ) remaja putri yang di daerah non pesisir lebih banyak mengonsumsi sayuran seperti bayam, sawi putih dan sawi hijau, wortel, labu siam kangkong. dan protein nabati seperti tempe dan tahu jarang mengonsumsi protein hewani dan jarang mengonsumsi buah .

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola makan remaja putri baik di daerah pesisir maupun non-pesisir masih perlu mendapatkan perhatian melalui edukasi gizi dan penerapan pola makan seimbang. Upaya tersebut penting dilakukan untuk membantu memenuhi kebutuhan gizi remaja serta mencegah terjadinya masalah gizi, khususnya kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri. Berdasarkan hasil analisis uji t-independen, diperoleh nilai p-value sebesar 0,89. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan pola makan yang signifikan antara remaja putri di daerah pesisir dan non-pesisir. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) pola makan remaja putri di daerah pesisir sebesar 429,26, sedangkan di daerah non-pesisir sebesar 431,83. Nilai tersebut menunjukkan bahwa pola makan pada kedua kelompok relatif hampir sama. Hal ini menggambarkan bahwa lokasi tempat tinggal tidak memberikan perbedaan yang bermakna terhadap pola makan remaja putri dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil uji Independent Samples Test pada variabel pola

makan, diperoleh nilai signifikansi (P-value) sebesar 0,897 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pola makan remaja putri yang mengalami KEK di daerah pesisir dan non-pesisir. Kesamaan pola makan tersebut dapat dipengaruhi oleh perubahan pola hidup masyarakat, kemudahan akses makanan, serta pengaruh modernisasi yang menyebabkan jenis makanan yang dikonsumsi remaja menjadi hampir sama. Selain itu, kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, jajanan, dan rendahnya konsumsi makanan bergizi seimbang dapat ditemukan pada kedua wilayah.

Tidak adanya perbedaan pola makan yang signifikan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kemudahan akses terhadap makanan, perkembangan teknologi informasi, serta perubahan gaya hidup remaja. Saat ini, remaja baik di daerah pesisir maupun non-pesisir memiliki akses yang hampir sama terhadap berbagai jenis makanan, termasuk makanan cepat saji dan makanan modern. Selain itu, pengaruh media sosial dan lingkungan pergaulan juga dapat memengaruhi kebiasaan makan remaja tanpa dipengaruhi oleh wilayah tempat tinggal (Wardhani et al., 2020)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang diteliti oleh (Aeni et al., 2023) Penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan konsumsi protein pada remaja putri yang mengalami KEK di daerah pesisir dan non-pesisir dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) Sebesar 0,008 ($p < 0,05$). Perbedaan konsumsi protein tersebut dipengaruhi oleh kondisi lingkungan tempat tinggal dan sumber daya alam yang berbeda antara wilayah pesisir dan non-pesisir. Masyarakat di daerah pesisir sebagian besar bekerja sebagai nelayan, sedangkan masyarakat di daerah non-pesisir umumnya bekerja sebagai petani ladang, sehingga pola konsumsi makanan sehari-hari juga berbeda.

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Megayanti (2002) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan pola makan yang bermakna pada responden di kedua wilayah dengan nilai $p\text{-value} > 0,05$. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pola konsumsi masyarakat antarwilayah mulai mengalami kesamaan akibat

perubahan gaya hidup dan kemudahan akses pangan.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Sukmawati et al. (2024) Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan tindakan dengan kejadian KEK, dengan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kejadian KEK. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa remaja putri memiliki pengetahuan dan tindakan yang baik terkait gizi seimbang, meskipun sebagian besar masih memiliki sikap yang kurang baik terhadap penerapan pola makan sehat.

Penelitian Nur Aeni dkk. (2023) yang menunjukkan kelompok pesisir maupun non-pesisir sama-sama didominasi oleh asupan protein yang defisit berat. Faktor kedekatan wilayah pesisir dengan sumber protein laut ternyata tidak menjamin pola makan mereka lebih baik, hal ini disebabkan oleh pola distribusi pangan keluarga atau preferensi makanan remaja yang beralih ke makanan instan/olahan.