

LAPORAN TUGAS AKHIR
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN
DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1
KUPANG TIMUR



Kenny Peter Taosu
PO5303241221170

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIKINDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI GIZI
ANGKATAN XVII
2025

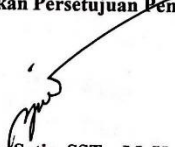
HALAMAN PERSETUJUAN

LAPORAN TUGAS AKHIR
HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DENGAN
KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK PADA REMAJA PUTRI DI SMA
NEGERI 1 KUPANG TIMUR

DISUSUN OLEH

KENNY PETER TAOSU
PO5303241221170

Telah mendapatkan Persetujuan Pembimbing


Agustina Setia, SST., M. Kes
NIP. 196408011989032002

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi
Poltekkes Kemenkes Kupang



Juni Gressilda L. Sine, S.TP., M.Kes
NIP. 198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN ENERGI, PROTEIN DENGAN
KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK PADA REMAJA PUTRI DI SMA
NEGERI 1 KUPANG TIMUR**

Disusun oleh

KENNY PETER TAOSU
PO5303241221170

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji

Pada tanggal 17 Juni 2025

Penguji I


Alberth M. Baumali S.Kep.Ns, MPH
NIP. 197009131998031001

Penguji II


Agustina Setia SST, M.Kes
NIP. 196408011989032002

Mengetahui
Ketua Prodi Gizi



Juni Gresilda Lohisa sine S. TP., M.Kes
NIP. 19800601200912200

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah, saya

Nama : Kenny Peter Taosu

NIM : PO5303241221170

Prodi : Gizi

Angkatan : XVII

Jenjang : Diploma III

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Laporan Tugas Akhir saya yang berjudul :

“HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN ASUPAN ENERGI,PROTEIN DENGAN KEJADIAN KEKURANGAN ENERGI KRONIK PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 KUPANG TIMUR”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kupang, 21 Agustus 2025
Penulis

Kenny Peter Taosu
NIM. PO5303241221170

BIODATA PENULIS



Data Pribadi

Nama : Kenny Peter Taosu
NIM : PO.5303241221170
Tempat / Tanggal lahir : Merdeka, 06 Februari 2004
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Kristen Protestan
Riwayat pendidikan :

1. SD Inpres Merdeka : Tamat tahun 2016
2. SMP N 1 Kupang Tengah : Tamat tahun 2019
3. SMA N 1 Kupang Timur : Tamat tahun 2022
4. Diploma III Prodi Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

MOTTO

Keberhasilan tidak hanya ditentukan oleh kerja keras, tetapi juga oleh doa yang tulus dan keyakinan kepada Tuhan. Ketika kita berserah dan tetap mengandalkan-Nya, maka setiap langkah akan dimudahkan dan disertai

ABSTRAK

Latar Belakang Kekurangan energi kronik (KEK) adalah suatu kondisi dimana perempuan muda atau remaja putri mengalami defisiensi nutrisi, khususnya energi dan protein, yang berlangsung dalam periode waktu yang panjang, bahkan bisa bertahan hingga bertahun-tahun. Remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi akan mampu dan berusaha untuk mengatur pola makan mereka supaya seimbang, tidak kurang maupun berlebihan..

Tujuan Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Hubungan pengetahuan gizi dan asupan energi,protein dengan kejadian kekurangan energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 1 Kupang Timur

Metode Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X di SMA negeri 1 Kupang Timur jumlah 210 siswi. Dengan jumlah sampel 68 orang. Dengan teknik pengambilan sampel yaitu Stratified Random Sampling. dan menggunakan Uji Chi-square.

Hasil Di SMA Negeri 1 Kupang Timur tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status KEK (p value: 0,734), tidak terdapat Hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status KEK (p value 1,000) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status KEK (p value 0,54)

Kesimpulan Tidak adanya hubungan yang signifikan antara Pengetahuan gizi dan asupan energi,protein dengan status KEK

Kata Kunci Pengetahuan Gizi, Asupan Energi,Protein dan status KEK

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan rasa syukur yang mendalam kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas cinta dan berkah yang luar biasa yang telah diberikan kepadanya, yang memudahkan penyelesaian penelitiannya yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Gizi dan asupan Energi,Protein dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Kupang Timur.”

1. Irfan, SKM.,M.Kes selaku Direktorat Poltekkes Kemenkes Kupang
2. Juni Gresilda L.Sine, STP.,M.Kes selaku Ketua Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes kupang
3. Agustina Setia, SST., M.Kes., selaku pembimbing, yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi yang sangat berarti sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Terima kasih saya sampaikan kepada seluruh dosen dan staf administrasi Program Studi Gizi yang telah memberikan dukungan moril selama proses pendidikan dan dalam penyusunan Tugas Akhir.
5. Kepada kedua orang tua saya Bapa Elias Taosu dan Mama Marince Alnabe yang menjadi alasan penulis masih bertahan saat ini. Terima kasih untuk segala doa, motivasi serta kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir.
6. Terimakasih kepada sahabat – sahabat saya di bangku perkuliahan yang telah memberikan dukungan dan solusi serta semangat dan motivasi selama ini serta doa yang terbaik untuk penulis
7. Terimakasih kepada Angkatan 17 kelas C prodi gizi Poltekkes Kemenkes Kupang yang sudah sama-sama mendukung dan berjuang untuk dapat menyelesaikan Tugas Akhir.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kelemahan dan batasan dalam karya ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan lebih lanjut pada karya ini. Diharapkan karya ini dapat bermanfaat, terutama bagi para pembaca dan penulis.

Kupang, Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
BIODATA PENULIS	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Pengetahuan.....	7
B. Kekurangan Energi kronik (KEK).....	10
C. Asupan Zat Gizi Makro (Asupan Gizi energi dan protein).....	13
D. Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan KEK.....	16
E. Remaja Putri	17
F. Kerangka Teori	20
G. Kerangka Konsep	21
H. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Jenis penelitian	22
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	22
C. Populasi dan Sampel	22
D. Definisi Oprasional	25
E. Jenis dan Pengumpulan data	26

F. Metode Pengolahan dan analisis data.....	28
G. Etika Penelitian	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Hasil Penelitian	30
1. Gambaran Lokasi Penelitian	30
2. Hasil Uji Univariat	30
3. Hasil Uji Bivariat.....	34
B. Pembahasan	36
BAB V PENUTUP	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	54

DAFTAR TABEL

	Halaman
tabel 1 Keaslian Penelitian	5
tabel 2 Angka Kecukupan Gizi	14
tabel 3 Definisi Operasional.....	25
tabel 4 Karakteristik responden berdasarkan umur	30
tabel 5 Distribusi Frekuensi Status KEK	31
tabel 6 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi	31
tabel 7 Distribusi Asupan Energi.....	32
tabel 8 Distribusi Asupan Protein.....	32
tabel 9 Distribusi Asupan Lemak	33
tabel 10 Distribusi Asupan Karbohidrat	33
tabel 11 Hubungan asupan Energi dengan Status KEK	34
tabel 12 Hubungan Asupan Protein dengan Status KEK	34
tabel 13 Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Status KEK	35

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori	18
Gambar 2 Kerangka Konsep	19

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 INFORMED CONSENT	54
Lampiran 2 Kuesioner Pengetahuan Gizi Remaja Tentang KEK	55
Lampiran 3 Form Food Recall 1x24 jam	58
Lampiran 4 Hasil Uji statistik Unvariat	59
Lampiran 5 Hasil uji statistik Bivariat	62