

The Relationship Between Nutrition Knowledge Levels and The Occurrence of Undernutrition in Preconception Women

Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kejadian KEK pada Wanita Prakonsepsi

Zahra Soraya Jamis^{1*}, Megayana Yessy Maretta², Deny Eka Widyastuti³

^{1,2,3}Universitas Kusuma Husada Surakarta, Indonesia

*Corresponding Author: zahraserayaukh@gmail.com

Received: 16 September 2026; Revised: 20 September 2026; Accepted: 23 September 2026

ABSTRACT

Chronic energy deficiency (CED) is a condition where someone experiences a long-term lack of nutrition, leading to health problems. This condition is usually experienced by women of reproductive age, including teenage girls, who have an upper arm circumference (UAC) of less than 23.5 cm. Based on a preliminary study conducted at SMAN 2 Cikampek, the researchers conducted brief interviews with 10 12th-grade students for the 2025/2026 school year. The results showed that 6 out of 10 (60%) students were not able to explain the meaning of nutrition, nutritional status, sources of nutrition, nutritional problems, and nutritional improvement. The examination results also showed that 5 out of 10 (50%) 12th-grade students had a UAC of less than 23.5 cm. This study aims to find out the relationship between knowledge about nutrition and the occurrence of CED in preconception women. The type of research used in this study is quantitative with a cross-sectional approach. The population in this study consisted of 12th-grade female students at SMAN 2 Cikampek for the 2025/2026 academic year who were willing to participate as respondents. The sampling technique used was simple random sampling with the online lottery application Wheel of Names. The sample size in this study was 80 students. The data collected were primary data, obtained using questionnaires and MUAC measurements with a MUAC measuring tape. The analysis used included univariate and bivariate analyses. The results of the Pearson Chi-Square analysis showed a significance value of 0.000, meaning $\text{sig} < 0.05$, which indicates that H_0 is rejected and H_1 is accepted, showing a statistically significant relationship between knowledge of nutrition and the occurrence of undernutrition in preconception women at SMAN 2 Cikampek in 2026.

Keywords: Nutrition Knowledge Level, Undernutrition, Preconception Women

ABSTRAK

Kekurangan energi kronis (KEK) adalah kondisi dimana seseorang mengalami kekurangan gizi dalam waktu yang lama sehingga mengakibatkan terjadinya gangguan pada kesehatan. Kondisi ini biasanya dialami oleh wanita usia subur termasuk remaja putri yang memiliki ukuran lingkaran lengan atas (LILA) $< 23,5$ cm. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 2 Cikampek, peneliti melakukan wawancara singkat kepada 10 siswi kelas 12 tahun ajaran 2025/2026, hasil yang didapatkan 6 dari 10 (60%) siswi belum mampu menjelaskan tentang pengertian gizi, status gizi, sumber gizi, masalah gizi, dan perbaikan gizi, kemudian hasil pemeriksaan juga menunjukkan 5 dari 10 (50%) siswi kelas 12 memiliki ukuran LILA $< 23,5$ cm. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang gizi dengan kejadian KEK pada wanita prakonsepsi. Jenis penelitian yang digunakan dalam

penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 12 SMAN 2 Cikampek tahun ajaran 2025/2026 dan bersedia menjadi responden. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan aplikasi undian online *Wheel of Names*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 80 siswi, Data yang diperoleh yaitu data primer dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner dan pengukuran LILA dengan pita ukur LILA. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat. Hasil analisis Pearson Chi-Square diperoleh angka sig 0,000 maka sig <0,05 berarti H0 ditolak dan H1 diterima yaitu ada hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan tentang gizi dengan kejadian KEK pada wanita prakonsepsi di SMAN 2 Cikampek pada tahun 2026.

Kata Kunci : Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi, KEK, Wanita Prakonsepsi

LATAR BELAKANG

Masa prakonsepsi merupakan masa yang dialami oleh wanita sebelum hamil, yaitu sebelum sel sperma bertemu dengan sel ovum. Periode prakonsepsi terjadi pada rentang waktu tiga bulan hingga satu tahun sebelum konsepsi dan idealnya saat ovum dan sperma matur, yaitu sekitar 100 hari sebelum konsepsi (Nihayah et al., 2024). Wanita prakonsepsi termasuk bagian dari wanita usia subur. Wanita usia subur merupakan wanita yang berada dalam rentang usia 15-49 tahun dan wanita pada usia ini masih berpotensi untuk mempunyai keturunan (BPS, 2024).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, kasus kematian yang terjadi pada ibu hamil masih cukup tinggi, setiap hari sekitar 808 perempuan di seluruh dunia meninggal akibat komplikasi dalam kehamilan atau persalinan. Penyebab utama kematian ibu di negara berkembang yaitu KEK dan anemia selama kehamilan sebesar 40% (Susanti et al., 2024). Wanita yang mengalami KEK selama kehamilan berisiko mengalami partus lama, perdarahan, hingga kematian ibu dan bayi, serta melahirkan bayi prematur, BBLR, atau cacat. Untuk itu menjadi sangat penting dalam mempersiapkan sedini mungkin kondisi ibu yang sehat dan layak hamil sejak dari calon pengantin dan masa remaja (Kemenkes RI, 2024).

Kekurangan energi kronis (KEK) adalah kondisi dimana seseorang mengalami kekurangan gizi dalam waktu yang lama sehingga mengakibatkan terjadinya gangguan pada kesehatan. Kondisi ini biasanya dialami oleh wanita usia subur termasuk remaja putri. Indikator KEK pada remaja putri jika memiliki ukuran lingkaran lengan atas (LILA) <23,5 cm (Hidayati et al., 2023). Angka kejadian KEK tahun 2024 pada wanita hamil di Indonesia sebanyak 75% yang sudah mendapatkan intervensi gizi berupa PMT (Kemenkes RI, 2024), sedangkan di tahun 2023 kasus KEK pada remaja putri usia 15-19 tahun sebanyak 41,9%. Provinsi Jawa Barat termasuk dalam kategori penduduk terbanyak di Indonesia, memiliki prevalensi KEK pada wanita tidak hamil sebanyak 19,9% (BPS, 2023).

Status gizi merupakan hal yang penting untuk diperhatikan sebelum kehamilan, karena saat hamil akan membutuhkan lebih banyak gizi. Janin akan mengambil zat-zat gizi dari makanan yang dikonsumsi ibu (Panjaitan et al., 2022). Kekurangan energi kronik (KEK) atau istilah lain dari kekurangan energi protein (KEP) merupakan salah satu keadaan malnutrisi yang terjadi selama bertahun-tahun hingga kronis sehingga berakibat timbulnya gangguan kesehatan. KEK terjadi karena tubuh kekurangan satu

atau beberapa zat gizi, dapat disebabkan karena jumlahnya yang kurang, kualitasnya rendah, maupun tidak diserap maksimal oleh tubuh. Indikator KEK yaitu ketika lingkaran lengan atas (LILA) kurang dari 23,5 cm (Muhammad & Liputo dalam Fakhriyah et al., 2021).

Lingkar lengan atas mengindikasikan cadangan lemak yang ada pada tubuh. Pengukuran LILA dilakukan pada pertengahan antara pangkal lengan atas dan ujung siku dalam ukuran centimeter (cm). Penggunaan pita LILA lebih efektif karena sederhana, mudah dibawa, mudah dilakukan, dan dapat menghemat waktu (Thamria dalam Fakhriyah et al., 2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi KEK pada wanita prakonsepsi diantaranya usia, pendidikan, pekerjaan, tempat tinggal, dan status ekonomi (BPS, 2023). Faktor lain yaitu pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku seseorang dalam bertindak. Dampak pengetahuan yang rendah rentan terhadap perilaku negatif sehingga menyebabkan kekurangan energi kronis (Aprilia et al., 2023).

Banyak penelitian yang menunjukkan adanya hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian KEK, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Basaria dkk dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Kekurangan Energi Kronik dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri” yang memberikan hasil yaitu ada hubungan tingkat pengetahuan mengenai KEK dengan kejadian KEK pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Gresik (Basaria & Mulyani, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 2 Cikampek, peneliti melakukan wawancara singkat kepada 10 siswi kelas 12 tahun ajaran 2025/2026, hasil yang didapatkan 6 dari 10 (60%) siswi belum mampu menjelaskan tentang pengertian gizi, status gizi, sumber gizi, masalah gizi, dan perbaikan gizi, kemudian hasil pemeriksaan juga menunjukkan 5 dari 10 (50%) siswi kelas 12 memiliki ukuran LILA <23,5 cm. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam terkait hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang gizi dengan kejadian kekurangan energi kronik (KEK) di SMAN 2 Cikampek.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel sebanyak 80 orang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 12 yang bersedia menjadi responden dan sudah menstruasi. Kriteria eksklusi adalah siswi

kelas 12 yang tidak hadir pada saat dilakukan penelitian atau yang memiliki riwayat penyakit bawaan. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2026 di SMAN 2 Cikampek, Desa Dawuan, Kecamatan Cikampek, Kabupaten Karawang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang gizi, pita LILA, lembar observasi tingkat pengetahuan tentang gizi, dan lembar observasi LILA.

Prosedur penelitian yaitu peneliti mengukur lingkaran lengan atas seluruh responden menggunakan pita LILA. Setelah responden diukur lingkaran lengan atas, kemudian peneliti menyiapkan kuesioner tentang gizi dan menjelaskan kepada responden cara pengisian kuesioner. Setelah itu, responden mengisi kuesioner selama 30 menit. Kuesioner terdiri dari 25 pertanyaan yang berfokus pada 5 aspek: pengertian gizi, status gizi, sumber gizi, masalah gizi, dan perbaikan gizi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Gizi

Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi	Frekuensi	%
<56% (Kurang)	27	33,8
56-75% (Cukup)	22	27,5
76-100% (Baik)	31	38,8
Total	80	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa kelompok terbanyak adalah responden dengan pengetahuan baik, yaitu 31 orang (38,8%).

Tabel 2. Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Responden

Kekurangan Energi Kronik (KEK)	Frekuensi	%
KEK	47	58,8
Tidak KEK	33	41,3
Total	80	100,0

Berdasarkan tabel 2, mayoritas responden mengalami KEK sebanyak 47 orang (58,8%).

Tabel 3. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada Responden

Kekurangan Energi Kronik (KEK)	<56% (Kurang)	56–75% (Cukup)	76–100% (Baik)	Frekuensi	%	Nilai- <i>p</i>
KEK	27	20	0	47	58,8	0,000
Tidak KEK ^a	0	2	31	33	41,3	0,000*
Total	27	22	31	80	80	0,000

Keterangan : ^a Uji *Chi Square* ; *Nilai-*p*<0,05

Tabel 3 menunjukkan tabulasi silang tingkat pengetahuan tentang gizi dengan kejadian KEK. Sebagian besar responden mengalami KEK sebanyak 47 orang (58,8%), dengan tingkat pengetahuan yang kurang tentang gizi sejumlah 27 orang. Hasil analisis Pearson Chi-Square diperoleh angka sig 0,000 maka sig <0,05 berarti H0 ditolak dan H1 diterima yaitu ada hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat pengetahuan tentang gizi dengan kejadian KEK pada wanita prakonsepsi di SMAN 2 Cikampek tahun 2026.

Pembahasan

Mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebanyak 31 responden (38,8%). Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya usia, pendidikan, dan pengalaman, sedangkan faktor eksternal mencakup media pendukung informasi, lingkungan, dan sosial budaya. Wanita prakonsepsi atau remaja putri yang memiliki cukup pengetahuan mengenai gizi akan mempengaruhi perilaku konsumsi gizi yang tepat, sehingga kebutuhan nutrisi akan terpenuhi dan terjadi probabilitas yang rendah terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK) (Aprilia et al., 2023).

Pengetahuan yaitu hasil dari indera pendengaran, penciuman, dan penglihatan seseorang. Tingkat pengetahuan pada dasarnya akan mempengaruhi pengambilan keputusan, contohnya dalam hal kesehatan dapat berupa pengambilan bahan makanan, akses bahan makanan, distribusi, hingga cara pengolahannya. Beberapa literatur review menjelaskan bahwa wanita prakonsepsi yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi akan mengurangi resiko KEK, begitupun sebaliknya. Pernyataan ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk (2022) berjudul “Hubungan antara Pengetahuan, Asupan Zat Gizi, dan Pola Hidup dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK)” menjelaskan bahwa ada hubungan antara pengetahuan, asupan zat gizi, dan pola hidup terhadap kejadian KEK di KUA Kota Ketapang Tahun 2021 (Wulandari et al., 2022).

Status gizi dapat dipengaruhi oleh penyakit infeksi dan defisiensi nutrisi, hal ini umum terjadi di negara berkembang. Selain itu, pendidikan dan pendapatan juga menjadi penyebab tidak langsung yang dapat menimbulkan masalah pada gizi (Najoran dalam Hidayati, 2023). Defisiensi nutrisi ada kaitannya dengan pola makan sehari-hari, seperti porsi makan, variasi, dan bahan yang digunakan untuk mengolah masakan harian. Kebiasaan makan yang tidak baik, seperti melewatkan sarapan,

kurangnya konsumsi sayur dan buah, serta konsumsi fast food dan makanan olahan tinggi gula merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi masalah pada gizi. Banyak remaja yang seolah mengabaikan apa yang dikonsumsi, ketika energi yang dikeluarkan lebih besar dari yang masuk, sehingga mengalami kekurangan gizi, jika hal ini terjadi jangka panjang akan mengakibatkan KEK (Ardi, 2021).

Kejadian kekurangan energi kronik (KEK) di SMAN 2 Cikampek mendominasi sebanyak 47 orang (58,8%). Kekurangan energi kronik (KEK) dan anemia merupakan masalah kesehatan yang biasa terjadi di kalangan wanita prakonsepsi termasuk remaja putri. KEK merupakan kondisi dimana wanita prakonsepsi mengalami kekurangan nutrisi, baik itu kalori maupun protein, yang terjadi dalam jangka waktu yang panjang. Seorang wanita dikatakan mengalami KEK ketika ukuran lingkaran lengan atas (LILA) $<23,5$ cm, penyebabnya karena faktor ekonomi maupun psikososial, seperti keinginan untuk berpenampilan yang menarik sesuai standar kecantikan pada umumnya (Ridwan & Fibrila, 2022).

Idealnya, remaja putri harus makan tiga kali sehari dengan porsi gizi seimbang dan rentang waktu yang sama. Faktanya, remaja sering melewati jam makan karena padatnya kegiatan sekolah, sehingga berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangannya (Ardi, 2021). Wanita prakonsepsi yang mengonsumsi makanan sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan menghasilkan energi yang cukup untuk beraktivitas, menurut asumsi peneliti meskipun mayoritas kegiatan remaja berada di sekolah, namun kegiatan belajar yang notabene menguras otak akan membakar kalori sehingga dibutuhkan energi berupa makanan yang bergizi.

Selain defisiensi nutrisi, riwayat penyakit menjadi salah satu faktor internal yang menyebabkan status gizi buruk. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dkk (2023) dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Remaja Putri di SMPN 01 Pagedangan Tahun 2021” memaparkan bahwa ada hubungan antara riwayat penyakit dengan kejadian kekurangan energi kronik (KEK). Remaja putri yang memiliki riwayat penyakit memiliki peluang mengalami KEK 1,96 kali lebih tinggi daripada yang tidak memiliki riwayat penyakit, dan proporsinya sebanyak 65,7%. Riwayat penyakit infeksi dapat mempengaruhi kejadian KEK karena ketika remaja putri mendapatkan nutrisi yang cukup tetapi menderita penyakit bawaan, daya tahan tubuhnya akan melemah dan mudah terserang penyakit, serta rentan mengalami kekurangan gizi (Hidayati et al., 2023).

Aktivitas fisik juga berpengaruh pada kejadian kekurangan energi kronik (KEK). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dkk (2023) dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Remaja Putri di SMPN 01 Pagedangan Tahun 2021”. Hasil kuesioner *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) yang dikategorikan menjadi aktivitas fisik cukup dan kurang, bahwa dari total 174 responden, sebagian besar memiliki aktivitas yang kurang selama seminggu terakhir, persentasenya mencapai 71,8% yang mengalami KEK sedangkan yang memiliki aktivitas cukup dan mengalami KEK hanya sejumlah 28,2% (Hidayati et al., 2023). Menurut asumsi peneliti, aktivitas fisik berpengaruh pada daya tahan tubuh seseorang. Selama beraktivitas, tubuh melepaskan hormon stres dan mengaktifkan hormon bahagia, serta membakar kalori, hal ini yang dibutuhkan untuk menjaga agar seluruh organ tubuh bekerja secara optimal. Remaja putri dapat melakukan aktivitas fisik seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga, seni tari, atau olahraga sendiri dirumah sepulang sekolah.

Sebagian responden yang tidak KEK memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang gizi, yaitu sebanyak 31 orang, sedangkan 2 orang lainnya memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang gizi. Responden yang mengalami KEK sejumlah 47 orang, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang gizi yaitu sebanyak 27 orang, dan selanjutnya 20 orang memiliki pengetahuan yang cukup. Meskipun memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi, namun probabilitas kejadian KEK masih ada, hal ini dipengaruhi oleh faktor lain. Hakikatnya, permasalahan tentang gizi pada wanita prakonsepsi dapat mencakup risiko biologis, perilaku, maupun lingkungan terdekat, bahkan dipengaruhi gejala sisa infeksi (Wardhani dalam Suryadi et al., 2025).

Pengetahuan tentang KEK berdampak pada kesadaran pentingnya nutrisi selama masa prakonsepsi. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang gizi akan cenderung memiliki kebiasaan makan yang kurang baik dan dapat meningkatkan risiko kejadian KEK, begitupun sebaliknya. Beberapa studi menunjukkan bahwa meskipun saat ini remaja sudah makin melek teknologi dan mudah mendapat akses informasi, mereka mungkin tidak selalu mendalami tentang informasi yang didapatkan (Azis et al., 2025). Oleh karenanya diperlukan pendekatan edukasi yang lebih inovatif dengan melibatkan remaja didalamnya, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, khususnya tentang gizi sebagai upaya pencegahan masalah kesehatan pada remaja putri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wardhani dkk (2020) dengan judul “Hubungan *Body Image* dan Pola Makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri SMAN di Jawa Barat” bahwa ada hubungan antara *body image* dengan kejadian KEK pada remaja putri. *Body image* yang dijelaskan dalam penelitian ini ada 5, yaitu *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*. *Appearance evaluation* yaitu ketika seseorang memperhatikan dan menilai penampilan diri sendiri secara menyeluruh, apakah tubuhnya menarik atau kurang menarik dan apakah dirinya puas dengan kondisi tubuhnya saat ini. Mayoritas remaja putri menganggap bahwa penampilannya kurang sesuai dengan apa yang diinginkannya, hal ini dapat dipicu oleh standar kecantikan yang sudah ada. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki *body image negatif* cenderung mengalami KEK (Wardhani dalam Ardi, 2021).

Appearance orientation merupakan orientasi atau rasa peduli seseorang terhadap penampilan dirinya serta usaha untuk memperbaiki penampilannya. *Body area satisfaction* yaitu penilaian kepuasan individu terhadap bagian tubuhnya secara spesifik, seperti rambut, wajah, tubuh bagian tengah (pinggang, perut), tubuh bagian bawah (pinggul, pantat, paha, kaki), tampilan otot, tinggi badan, dan berat badan. Hasil penelitian menyatakan bahwa remaja putri merasa tidak percaya diri dengan beberapa bagian tubuhnya terutama tubuh bagian tengah (Ardi, 2021).

Overweight preoccupation merupakan penilaian terkait kecemasan dan kewaspadaan individu terhadap penambahan berat badan. *Self-classified weight* adalah persepsi seseorang dalam menilai berat badannya dan mengklasifikasikan tubuhnya sendiri. Pandangan yang salah terhadap tubuh seringkali menyebabkan menurunnya rasa percaya diri dan imbasnya ia akan berusaha melakukan berbagai cara guna mencapai berat badan yang diinginkan. Fenomena ini terjadi karena pengaruh media dan tren yang beredar saat ini, tubuh ideal seolah menjadi tujuan yang diharapkan dan dibanggakan (Ardi, 2021).

Berbagai upaya yang dilakukan remaja putri dalam memperbaiki penampilan diantaranya diet, olahraga, perawatan tubuh, hingga konsumsi obat pelangsing agar berat badan berkurang. Para remaja cenderung terpengaruh dengan promosi sesaat, yaitu diet ketat yang tidak sesuai yang gizi yang dibutuhkan, mereka juga cenderung melewatkan waktu sarapan maupun mengurangi jam makan, mengganti makanan utama dengan camilan, maupun memuntahkan makanan. Pemenuhan gizi harian

tentu akan berkurang jika diet ekstrim ini terus menerus dilakukan, sehingga memungkinkan terjadinya kekurangan energi kronis (KEK) (Ardi, 2021).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan tentang gizi yang baik yaitu sebanyak 31 responden (38,8%) serta mengalami KEK, yaitu sebanyak 47 orang (58,8%). Hasil analisis Pearson Chi-Square diperoleh sig 0,000 dimana sig <0,05 dengan demikian hal ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang gizi dengan kejadian kekurangan energi kronik (KEK) di SMAN 2 Cikampek.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas area penelitian dengan cara meneliti lebih dari satu sekolah untuk meminimalisir keterbatasan waktu saat responden sedang ujian sekolah maupun libur panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, B. N., Wianti, U., Rizka, F., & Ni Nyoman Santi U. (2023). Hubungan Usia Pernikahan pada Ibu Hamil dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Wilayah Kerja Puskesmas Soriutu Kabupaten Dompu. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Prima*, 9(1), 34–40. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2022.009.02.2>
- Basaria, N. G., & Mulyani, E. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Remaja. *Indonesian Journal of Midwifery Today 2025*, 4(2), 2. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v4i2.9832>
- BPS. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI). In *Tim Penyusun SKI 2023 dalam Angka*.
- BPS. (2024). Statistik Pemuda Indonesia. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 22).
- Fakhriyah, Noor, M. S., Setiawan, M. I., Putri, A. O., Lasari, H. H., Qadrinnisa, R., Ilham, M., Lestari, S. Y. L. S. N., Zaliha, Lestari, D., & Abdurrahman, M. H. (2021). *Buku Ajar Kekurangan Energi Kronik (KEK)* (H. H. Lasari & A. Rahayu (eds.)). CV Mine Perum SBI F153.
- Hidayati, A., Noor Prastia, T., & Anggraini, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Remaja Putri di SMPN 01 Pagedangan Tahun 2021. *Promotor: Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*

Universitas Ibn Khaldun Bogor, 6(2), 104–107.
<https://doi.org/10.32832/pro.v6i2.207>

Kemendes RI. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2024*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Nihayah, F. T., Sholichah, F., & Darmuin. (2024). Pengaruh Konseling terhadap Pengetahuan dan Sikap terkait Gizi Prakonsepsi pada Santriwati Penghafal Al Qur'an. *Journal Health and Nutritions*, 10(1), 24–30.
<https://doi.org/10.52365/jhn.v10i1.835>

Panjaitan, H. C., Sagita, D. I., Rusfianti, A., & Febriyadin, F. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kejadian KEK pada Ibu Hamil di Puskesmas Gemolong. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(November), 72–81.
<https://doi.org/10.21111/dnj.v6i2.8258>

Susanti, D., Aisyah, S., Hazirin, & Effendi. (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil. *Jurnal Lentera Perawat*, 5(1). <https://doi.org/10.52235/lp.v5i1.273>