

ABSTRAK

Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh pertumbuhan fisik cepat. Remaja putri yang terpelihara status gizinya akan terpelihara kesehatan reproduksinya dimana itu sangat diperlukan guna mempersiapkan generasi berikutnya. Namun, sebagian besar remaja belum memenuhi kebutuhan nutrisi harian, dengan prevalensi Kurang Energi Kronis (KEK) yang masih tinggi, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Lampung merupakan salah satu provinsi dengan risiko KEK tertinggi, di mana Lampung Tengah mencatat prevalensi KEK wanita usia subur sebesar 11,28% bahkan di salah satu pesantren, prevalensi KEK lebih tinggi, mencapai 30%.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prevalensi KEK di pesantren Darul 'Ulum Lampung Tengah, hubungan berbagai faktor dengan kejadian KEK, serta mendapatkan model pencegahan KEK. Teknik pemilihan sampel yang digunakan adalah random sampling sebanyak 87 santriwati dari jenjang pendidikan SMP, SMA, dan di atas SMA. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah melalui wawancara dengan instrumen kuesioner untuk variabel karakteristik responden, pengetahuan mengenai KEK, sikap mengenai KEK, pengaruh *peer* atau teman sebaya yang mendukung, kebiasaan puasa, dan lama mukim dan form food recall untuk mengukur tingkat kecukupan gizi, dan pengukuran LILA untuk mengukur KEK pada santriwati.

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji Spearman's Rho, dan analisis multivariat dengan regresi stepwise. Hasil analisis univariat menunjukkan prevalensi KEK sebesar 52%, dengan rata-rata usia 15 tahun dan lingkaran lengan $\leq 23,5$ cm. Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dan sikap mengenai KEK yang kurang baik (86% dan 85%), aktivitas fisik yang berat (79%), dan dukungan teman sebaya yang kurang baik (54%). Analisis bivariat menunjukkan hubungan signifikan antara kejadian KEK dengan tingkat pengetahuan, sikap, kecukupan energi, protein, karbohidrat, lemak, pendidikan, aktivitas fisik, kebiasaan puasa, teman sebaya, dan lama mukim. Analisis multivariat mengidentifikasi sikap mengenai KEK, tingkat kecukupan lemak, dan lama mukim sebagai faktor yang paling memengaruhi kejadian KEK. Penelitian ini menghasilkan model pencegahan KEK berbasis perubahan perilaku, perbaikan gizi, dan pengelolaan lingkungan pesantren.

Keywords: KEK, Model Pencegahan, Remaja Putri

ABSTRACT

Adolescence is a transitional phase from childhood to adulthood characterized by rapid physical growth. Well-maintained nutritional status in adolescent girls ensures their reproductive health, which is crucial for preparing the next generation. However, most adolescents fail to meet their daily nutritional needs, with the prevalence of Chronic Energy Deficiency (CED) remaining high, especially in developing countries like Indonesia. Lampung is among the provinces with the highest risk of CED, with Central Lampung reporting a prevalence of 11.28% among women of reproductive age. In some Islamic boarding schools (pesantren), the prevalence is even higher, reaching 30%.

This study aims to analyze the prevalence of CED in Darul 'Ulum Islamic Boarding School, Central Lampung, examine various factors related to CED, and develop a prevention model. A total of 87 female students from junior high school, senior high school, and higher education levels were selected using random sampling. Data collection was conducted through interviews using questionnaires to assess respondent characteristics, knowledge about CED, attitudes toward CED, peer support, fasting habits, and length of stay at the boarding school. Food recall forms were used to measure nutritional intake levels, and mid-upper arm circumference (MUAC) measurements were taken to assess CED.

The analysis included univariate, bivariate using Spearman's Rho test, and multivariate analysis with stepwise regression. Univariate analysis revealed a CED prevalence of 52%, with the average age being 15 years and MUAC ≤ 23.5 cm. Most respondents demonstrated poor knowledge (86%) and attitudes (85%) about CED, engaged in heavy physical activity (79%), and received insufficient peer support (54%). Bivariate analysis showed significant relationships between CED and knowledge, attitudes, energy intake, protein, carbohydrates, fat, education, physical activity, fasting habits, peer support, and length of stay. Multivariate analysis identified attitudes toward CED, fat intake, and length of stay as the most influential factors. This study produced a prevention model focused on behavior change, improved nutrition, and better management of the boarding school environment.

Keywords: adolescence, CED, prevention model