

# Hubungan Perilaku Makan Dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Remaja Putri

Sukmawati\*, Mustamin, Adriyani Adam, Ana Purnama Ningsih

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Makassar

\*Corresponding author: [sukmawati@poltekkes-mks.ac.id](mailto:sukmawati@poltekkes-mks.ac.id)

Info Artikel: Diterima bulan Mei 2024 ; Publikasi bulan Juni 2024

---

## ABSTRACT

Chronic lack of energy is one of the main nutritional problems experienced by many teenagers, especially young women. Based on the results of Riskesdas data (2018), the prevalence of KEK among adolescent girls in Indonesia is 36.3%. Adolescents who experience CED are at risk of giving birth to premature babies, bleeding during delivery, infant and child deaths and giving birth to babies <2.5 kg which is often called Low Birth Weight (LBW). The aim of the research is to determine the relationship between eating behavior and the incidence of chronic energy deficiency in adolescent girls. The type of research used is analytical research with a cross-sectional study approach. The research was carried out from June to August 2023. The sample in this research was all class XI female students at SMA Negeri 21 Makassar who were selected as samples with a total of 75 people. The variables in this research are the level of knowledge, attitudes and actions regarding balanced nutrition obtained using a questionnaire. The statistical analysis used was the chi square test. The statistical test results of the relationship between the level of knowledge and action and KEK both show a value of  $p=0.00$  ( $p<0.05$ ), meaning that there is a significant relationship between knowledge and action and the incidence of KEK. The relationship between attitude and SEZ shows a value of  $p=0.07$  ( $p>0.05$ ), meaning that there is no significant relationship between attitude and the incidence of SEZ. It was concluded that young women in the context of this research had good knowledge and actions towards balanced nutrition, even though their attitudes were predominantly negative. It is hoped that teenagers will further increase their knowledge which will later be able to change their attitudes regarding balanced nutrition through persuasion and pressure from those around them so that they are aware of the importance of health by meeting nutritional needs with balanced nutrition

Keywords : KEK; Knowledge; Attitude; Action

---

## ABSTRAK

Kurang Energi Kronik menjadi salah satu masalah gizi utama yang banyak dialami oleh kalangan remaja, terutama pada remaja putri. Berdasarkan hasil data Riskesdas (2018) prevalensi KEK pada remaja putri di Indonesia sebesar 36,3%. Remaja yang mengalami KEK berisiko melahirkan bayi prematur, perdarahan saat persalinan, kematian bayi dan anak serta melahirkan bayi <2,5 kg yang sering disebut Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR). Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan perilaku makan dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional study. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni s/d Agustus 2023. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI di SMA Negeri 21 Makassar yang terpilih sebagai sampel dengan jumlah 75 orang. Pengambilan sampel dengan metode Accidental Sampling. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan tentang gizi seimbang yang diperoleh menggunakan kuesioner. Analisis statistik yang digunakan adalah uji chi square. Hasil uji statistik hubungan tingkat pengetahuan dan tindakan dengan KEK keduanya menunjukkan nilai  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan tindakan dengan kejadian KEK. Hubungan sikap dengan KEK menunjukkan nilai  $p=0,07$  ( $p>0,05$ ) artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kejadian KEK. Disimpulkan bahwa remaja putri dalam penelitian ini memiliki pengetahuan dan tindakan yang baik terhadap gizi seimbang, meskipun sikap mereka dominan negatif.

Kata Kunci : KEK; Pengetahuan, Sikap; Tindakan

## PENDAHULUAN

Masalah gizi yang umum terjadi pada ibu hamil adalah masalah kekurangan gizi, baik kurang gizi makro masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja dianggap sebagai periode gizi yang penting dalam kehidupan. Peningkatan populasi remaja menjadi alasan perlunya kelompok umur ini menjadi perhatian karena akan diikuti dengan peningkatan permasalahan gizi, seiring dengan meningkatnya perhatian terhadap penampilan fisik (Sarwono, 2012).

Masalah gizi yang sering terjadi pada remaja putri yaitu kurangnya asupan zat gizi yang mengakibatkan terjadinya Kurang Energi Kronik (KEK). Hasil penelitian Paramata & Sandalayuk (2019) menyebutkan bahwa Kurang Energi Kronik (KEK) terbanyak pada usia 15 – 24 tahun. Berdasarkan hasil riskesdas tahun 2018,

prevalensi KEK remaja putri di Indonesia sebanyak 36,3%, di Sulawesi Selatan sebanyak 17,7% dan di Kota Makassar sebanyak 12,1% (Balitbangkes, 2018).

Seorang remaja putri yang mengalami KEK dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit infeksi dan gangguan hormonal yang berdampak buruk bagi kesehatan. Gangguan hormonal yang terjadi salah satunya yaitu gangguan haid. Remaja yang mengalami KEK berisiko melahirkan bayi prematur, perdarahan saat persalinan, kematian bayi dan anak serta melahirkan bayi <2,5 kg yang sering disebut Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) atau panjang badan saat lahir <48 cm yang dapat mengakibatkan stunting (Irianto, 2014).

Salah satu cara pencegahan KEK yaitu mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang. Konsumsi makanan dipengaruhi oleh perilaku makan remaja yang tidak terlepas dari tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan tentang gizi seimbang. Pengetahuan yang baik tentang gizi seimbang akan membuat remaja memilih makanan yang sesuai dengan kaidah gizi seimbang. Remaja yang memiliki pengetahuan baik cenderung lebih banyak menggunakan pertimbangan rasional dan pengetahuannya tentang gizi seimbang. Setelah mengetahui tentang gizi seimbang, remaja akan mampu menyikapi dengan baik kemudian mampu mengimplementasikan pengetahuan dan kepercayaannya dengan melakukan tindakan yaitu mengonsumsi makanan seimbang.

Kemendes RI mengemukakan bahwa penduduk yang berusia di atas 10 tahun di Indonesia mempunyai perilaku makan yang tidak baik, seperti jarang mengonsumsi sayur dan buah, sering mengonsumsi fast food dan jajanan kekinian atau trend yang ada di media sosial. Mengakses media sosial dapat mempengaruhi persepsi dan perilaku diri terhadap makanan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karini dkk, bahwa banyak remaja yang mengonsumsi fast food karena memperoleh informasi dan iklan mengenai fast food saat mengakses media sosial (Karini dkk, 2022).

Hasil dari kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Tawali dkk, bahwa distribusi status gizi siswi SMA Negeri 21 Makassar yaitu Kategori status gizi normal yaitu sebanyak 145 siswi (60.2%) dan kategori status gizi underweight sebanyak 4 siswi (33.3%) (Tawali dkk, 2022). Berdasarkan artikel dari Kementerian Kesehatan RI tentang "Panduan Praktis Pemantauan Status Gizi" tahun 2017. Meskipun remaja memiliki status gizi yang normal, namun tetap bisa mengalami risiko kurang energi kronik (KEK) jika asupan energinya tidak mencukupi kebutuhan tubuh. Sehingga penting bagi remaja untuk memperhatikan makanan yang dikonsumsi setiap hari agar mendapatkan asupan nutrisi yang cukup untuk menjaga kesehatan tubuh secara optimal.

Dari latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti tentang Bagaimana Hubungan Perilaku Makan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik pada Remaja Putri.

## **MATERI DAN METODE**

### **Desain, Tempat dan Waktu**

enis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan desain cross-sectional study. Pengumpulan data untuk variabel dependen dan variabel independent dikumpulkan pada satu titik waktu yang bersamaan. Lokasi penelitian di SMAN 21 Makassar. Waktu penelitian bulan Juni sampai bulan Agustus 2023.

### **Jumlah dan Cara Pengambilan Sampling**

Sampel penelitian adalah seluruh siswi kelas XI di SMAN 21 Makassar. Jumlah sampel sebanyak 75 orang. Pengambilan sampel dengan metode Accidental Sampling.

### **Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

dan data sekunder. Data primer yaitu data identitas, tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan yang diperoleh dari pengisian kuesioner. Data Lingkar Lengan Atas (LiLA) diperoleh dengan mengukur lingkaran lengan atas sampel, dengan menggunakan alat ukur pita LiLA yang dilakukan oleh peneliti. Hasil pengukuran dicatat pada kuesioner. Data sekunder meliputi data demografi, sarana dan prasarana yang diperoleh dari pihak sekolah SMAN 21 Makassar.

### **Pengolahan dan Analisis Data**

Pengolahan data tingkat pengetahuan diolah dengan memberi skor pada setiap jawaban, yang benar diberi skor 1 dan jawaban yang salah diberi skor 0. Untuk memperoleh persentase tingkat pengetahuan maka skor jawaban benar setiap sampel dijumlahkan, kemudian dibagi dengan total skor (15) dan dikalikan 100%. Kategori tingkat pengetahuan dibagi menjadi dua yaitu kategori baik, jika jawaban benar  $\geq 50\%$  dan kategori kurang, jika jawaban benar  $< 50\%$ .

Data sikap dikumpulkan menggunakan kuesioner, setiap jawaban disesuaikan dengan skala Likert yaitu skala favorable diberi nilainya 1 apabila “Setuju” dan “Tidak setuju” nilainya 0. Untuk memperoleh persentase sikap maka skor jawaban setuju setiap sampel dijumlahkan, kemudian dibagi dengan total skor (10) dan dikalikan 100%. Kategori sikap dibagi menjadi dua yaitu kategori positif, jika jawaban setuju  $\geq 50\%$  dan kategori negatif, jika jawaban setuju  $< 50\%$ .

Pengisian kuesioner berisi 10 pertanyaan tentang praktek atau implementasi gizi seimbang dan diberi skor 4 jika menjawab selalu, skor 3 jika menjawab sering, skor 2 jika menjawab kadang-kadang, skor 1 jika menjawab tidak pernah. Skor setiap responden dijumlahkan untuk memperoleh total skor. Kategori tindakan dibagi menjadi dua yaitu kategori baik, jika skor  $\geq 25$  dan kategori tidak baik, jika skor  $< 25$ .

Adapun data KEK diperoleh dengan melakukan pengukuran langsung Lingkar Lengan Atas dengan menggunakan pita LiLA, lalu dibandingkan dengan standar LiLA yaitu  $\geq 23,5$  cm untuk kategori normal dan  $< 23,5$  cm untuk kategori KEK.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik responden, pengetahuan, sikap, tindakan dan LiLA. Dan analisis bivariat untuk melihat hubungan perilaku makan dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri. Uji statistik yang digunakan adalah  $X^2$ , tetapi ada tabel 08 yang isi selnya  $< 5$  maka digunakan uji fisher exact

## HASIL

Tabel 1. Analisis Univariat  
Distribusi Sampel Berdasarkan Penilaian Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	60	80,0
Kurang	15	20,0
Total	75	100

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 1. Menunjukkan penilaian tingkat pengetahuan dengan kategori pengetahuan baik sebesar 80% sebanyak 60 orang sedangkan penilaian tingkat pengetahuan dengan kategori kurang sebesar 20% sebanyak 15 orang.

Tabel 2. Analisis Univariat  
Distribusi Sampel Berdasarkan Penilaian Sikap

Sikap	n	%
Positif	73	97,3
Negatif	2	2,7
Total	75	100

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 2. Menunjukkan penilaian sikap dengan kategori sikap positif sebesar 97,3% sebanyak 73 orang sedangkan penilaian sikap dengan kategori negatif sebesar 2,7% sebanyak 2 orang. Asupan karbohidrat terjadi penurunan asupan pada intervensi ke-3 sebanyak 9,61 gram. Asupan vitamin c dan besi mengalami peningkatan bertahap.

Tabel 3. Analisis Univariat  
Distribusi Sampel Berdasarkan Penilaian Tindakan

Tindakan	n	%
Baik	61	81,3
Tidak Baik	14	18,7
Total	75	100

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 3. Menunjukkan penilaian tindakan dengan kategori tindakan baik sebesar 81,3% sebanyak 61 orang sedangkan penilaian tindakan dengan kategori tidak baik sebesar 18,7% sebanyak 14 orang.

Tabel 4. Analisis Univariat  
Distribusi Sampel Berdasarkan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Siswi SMA Negeri 21 Makassar

Penilaian KEK	n	%
Normal	54	72,0
KEK	21	28,0
Total	75	100

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 4. Menunjukkan penilaian kejadian kurang energi kronik dengan kategori normal sebesar 72% sebanyak 54 orang sedangkan kategori kurang energi kronik sebesar 28% sebanyak 21 orang.

Tabel 5. Analisis Bivariat  
Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Kejadian KEK

Tingkat Pengetahuan	Kejadian KEK				p-value
	Normal		KEK		
	n	%	n	%	
Baik	48	88,9%	12	57,1%	0,00
Kurang	6	11,1%	9	42,9%	
Total	54	100%	21	100%	

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 5. Menunjukkan bahwa untuk tingkat pengetahuan remaja putri tergolong baik, ada 88,9% yang normal dan 57,1% yang mengalami KEK. Remaja putri dengan tingkat pengetahuan kurang, ada 11,1% yang normal dan 42,9% mengalami KEK. Hasil uji statistik menggunakan uji pearson chi-square p value = 0,00(<0,05) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 21 Makassar.

Tabel 6. Analisis Bivariat  
Hubungan Sikap tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian KEK

Sikap	Kejadian KEK				p- value
	Normal		KEK		
	n	%	n	%	
Positif	54	100%	19	90,5%	0,07
Negatif	0	0%	2	9,5%	
Total	54	100%	21	100%	

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 6. Menunjukkan bahwa sikap remaja putri tergolong positif, ada 100% yang normal dan 90,5% yang mengalami KEK. Remaja putri dengan sikap negatif, ada 9,5% mengalami KEK. Hasil uji statistik menggunakan uji fisher exact p value = 0,07(>0,05) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap gizi seimbang dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 21 Makassar.

Tabel 7. Analisis Bivariat  
Hubungan Tindakan tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian KEK

Tindakan	Kejadian KEK				p- value
	Normal		KEK		
	n	%	n	%	
Baik	49	90,7%	12	57,1%	0,00
Tidak Baik	5	9,3%	9	42,9%	
Total	54	100%	21	100%	

Sumber : Data Primer, 2023

Tabel 7. Menunjukkan bahwa tindakan remaja putri tergolong baik, ada 90,7% yang normal dan 57,1% yang mengalami KEK. Remaja putri dengan tindakan tergolong tidak baik, ada 9,3% yang normal dan 42,9% mengalami KEK

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ( $p=0,00$ ) antara tingkat pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 21 Makassar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Marjan, 2021) dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian kurang energi kronik. Begitupun menurut (Diningsih, 2021) dalam penelitiannya yang dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil.

Pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku setiap individu, termasuk perilaku kesehatan individu tersebut. Pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan akan berpengaruh terhadap pola konsumsi pangan. Semakin tinggi pengetahuan remaja putri mengenai gizi dan kesehatan, maka semakin beragam pula jenis makanan yang dikonsumsi sehingga dapat memenuhi kecukupan gizi dan mempertahankan kesehatannya. Penyebab munculnya gangguan gizi salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan tentang gizi yang kurang dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya pengetahuan gizi akan berdampak dalam pemilihan dan penyusunan menu untuk dikonsumsi dalam kehidupan sehari-hari (Wati,

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan ( $p=0,07$ ) antara sikap tentang gizi seimbang dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 21 Makassar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fakhriyah, 2022) dengan hasil penelitian tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri.

Sikap perilaku gizi seimbang merupakan reaksi atau respon seseorang tentang perilaku mengatur susunan atau komposisi makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh. Sikap seseorang adalah komponen penting yang berpengaruh dalam memilih makanan. Sikap dalam memilih makanan yang baik dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan seseorang karena dia mampu menerima dan merespon atau menyenangi makanan yang sehat dan bergizi.

Remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang sangat kurang, oleh karena itu sikap dalam pemilihan makanan remaja putri kurang karena kurangnya pengetahuan gizi seimbang. Hal ini juga bukan penyebab langsung pada kejadian kurang energi kronik, karena sikap yang baik didasari oleh pengetahuan baik sedangkan kejadian kurang energi kronik dilihat dari 2 hal yaitu asupan dan penyakit infeksi walaupun sikap termasuk dalam kategori negatif tidak menutup kemungkinan remaja putri tidak mengalami KEK.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ( $p=0,00$ ) antara Tindakan tentang gizi seimbang dengan kejadian kurang energi kronik pada remaja putri di SMA Negeri 21 Makassar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fajriani, 2020) berjudul Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga terhadap status gizi anak balita usia 2-5 tahun dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara tindakan dengan status gizi.

Tindakan perilaku gizi seimbang merupakan setiap perbuatan yang dilakukan remaja putri dalam perilaku mengatur susunan atau komposisi makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh dan memperhatikan kuantitas dan kualitas makanan. Dari hasil penelitian banyak remaja putri yang memiliki sikap positif namun tidak berperilaku yang

baik. Tindakan yang ditunjukkan oleh seseorang belum tentu mencerminkan sikapnya, karena sikap berbeda dengan tindakan. Kadangkala seseorang bertindak tidak sesuai dengan sikap yang terbentuk dalam dirinya. Pengetahuan yang diperoleh seseorang akan dapat merubah sikapnya mengenai gizi seimbang melalui persuasi serta tekanan dari orang sekitarnya (Alhamda S, 2015).

### SIMPULAN DAN KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi seimbang dan tindakan dengan kejadian kurang energi kronik (KEK), artinya semakin baik tingkat pengetahuan gizi seimbang dan tindakan maka kejadian kurang energi kronik (KEK) semakin rendah, dengan nilai p keduanya  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ). Tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap tentang gizi seimbang dengan kejadian kurang energi kronik, artinya sikap yang baik tentang gizi seimbang tidak menyebabkan kejadian kurang energi kronik (KEK) menurun, dengan nilai  $p=0,07$  ( $p>0,05$ ). Sangat meningkatkan pengetahuan yang nantinya dapat merubah sikapnya mengenai gizi seimbang melalui persuasi serta tekanan dari orang sekitarnya sehingga sadar akan pentingnya kesehatan dengan memenuhi kebutuhan gizi dengan gizi yang seimbang dan Bagi peneliti lain, dapat melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel yang lain, misalnya dengan meneliti pola makan, asupan zat gizi makro ataupun zat gizi mikro terhadap kejadian kurang energi kronik.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Alhamda, S. (2015). *Buku Ajar Sosiologi Kesehatan*. Yogyakarta: Dee-Publish.
2. Asfahani, S. R., Lestari, R. F., Adila, D. R. (2019). Hubungan pendapatan orang tua dan status gizi terhadap usia Menarche. *Journal Ners Indonesia* 9(2):109–16
3. Diningsih, R. F., Wiratmo, P. A., and Lubis, E. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil. *Binawan Student Journal* 3(3): 8-15
4. Elisanti, A. D., Ayuninghemi R, Ardianto, E. T. (2021). Prototype Design of Body Mass Index Measurement for Adolescence to Prevent Chronic Energy Deficiency in Pregnancy Based on Arduino. *Proc First Int Conf Soc Sci Humanit Public Heal* 514(1):149–51
5. Ernawati A. (2018). Hubungan usia dan status pekerjaan ibu dengan kejadian kurang energi kronis pada ibu hamil. *Journal Litbang* 14(1): 27–37.
6. Fajriani, F., Aritonang, E. Y. and Nasution, Z. (2020). "Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Gizi Seimbang Keluarga dengan Status Gizi Anak Balita Usia 2-5 Tahun", *Jurnal Nutrisi Manusia Indonesia*, 9(1), pp. 1–11.
7. Fakhriyah, Lasari, H. H. D. and Noor, M. S. (2022). "Pengetahuan, Sikap, dan Indeks Masa Tubuh pada Kejadian Kurang Energi Kronis di Remaja Putri", *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(02), pp.124.
8. Hendriati, A. (2009). *Psikologi Perkembangan : Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dalam Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung: PT. Refika Aditama.
9. Irianto, Koes. (2014). *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition in Reproductive Health)*. Bandung: ALFABETA.
10. Karini, T. A., Arranury, Z., Ansyar, D. I., Wijaya, D. R. and Syahrir, R. A. (2022). "Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku Makan Mahasiswa di Kota Makassar", *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 8(4).
11. Kemenkes RI. (2019). Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja. *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.
12. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017.
13. Marjan, A. Q., Aprilia, A. H., and Fatmawati, I. (2021) 'Analisis Determinan Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronik (KEK) pada Ibu Hamil di Wilayah Gunung Sindur, Bogor', *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 12(01), pp.39-47.
14. Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Prinsip-Prinsip Dasar Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
15. Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
16. Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.

17. Prasetya, F. (2021). *Buku Ajar Psikologi Kesehatan*. Kendari : Guepedia.
18. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018 : Balitbangkes.
19. Sarwono, Sarlito W. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
20. Supriasa, I. D., Bakri, B., & Fajar, I. (2016). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
21. Syakur R, Usman J, Dewi, N. I. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (Kek) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sombala Makassar. *Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat 1(2)*: 51–9.
22. Tawali, S., Bukhari, A., Mahendradatta, M., Ramadhany, S., Zainuddin, A. A. and Junaedi, A. A. (2022). “Literasi Gizi Bagi Siswa SMA Negeri 21 Makassar dalam Rangka Mencegah Resiko Obesitas dan Penyakit Metabolik”, *Jurnal Aplikasi dan Inovasi Iptek, 4(1)*, pp. 68-74.
23. Thamaria, N. (2017). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
24. Wati, L., Ernalia, Y., and Haslinda, L. (2014). "Hubungan Pengetahuan Mengenai Gizi, Pendapatan Keluarga dan Infestasi Soil Transmitted Helminths dengan Kurang Energi Kronik (Kek) pada Ibu Hamil di Daerah Pesisir Sungai Siak Pekanbaru", *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau, 1(2)*, pp.1-10.