

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Bantul yang terletak di Daerah Istimewa Yogyakarta tepatnya berada di SMA Negeri 1 Bambanglipuro. SMA Negeri 1 Bambanglipuro terletak di Jl. Samas Km.18, Kelurahan Mulyodadi, Kecamatan Bambanglipuro, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, dengan luas tanah mencapai 8.000 m². SMA Negeri 1 Bambanglipuro merupakan SMA dengan jumlah siswi terbanyak di Bambanglipuro yaitu 397 siswi.

Terdapat program yang telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Bambanglipuro untuk mengurangi angka kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), yaitu dengan pengukuran status gizi secara rutin dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Bambanglipuro yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Bambanglipuro dengan jumlah sampel 117 dari siswi yang berusia 15-17 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA), pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menghitung Indeks Masa Tubuh (IMT), pengisian kuesioner BSQ, SESMEB, FFQ, dan angket. Penelitian dilakukan peneliti dan tim enumerator saat pengambilan data dengan mematuhi protokol dan etika penelitian.

2. Hasil Analisis

a. Analisis Univariat

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Putri di SMA Negeri 1 Bambanglipuro

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Pola Makan		
Baik	65	55,6
Cukup	23	19,7
Kurang	29	24,8
Indeks Masa Tubuh (IMT)		
Normal	60	51,3
Tidak Normal	57	48,7
Status Ekonomi		
Rendah	19	16,2
Sedang	45	38,5
Tinggi	21	17,9
Sangat Tinggi	32	27,4
Ras/etnis		
Jawa	115	98,3
Sunda	1	0,9
Melayu	0	0,0
Tionghoa	1	0,9
Batak	0	0,0
Lainnya	0	0,0
Total	117	100

Berdasarkan Tabel 7, karakteristik remaja putri SMA Negeri 1 Bambanglipuro yang menjadi responden pada penelitian ini mayoritas memiliki pola makan sebagian besar responden memiliki pola makan baik dan Indeks Masa Tubuh (IMT) yang normal. Responden penelitian ini sebagian besar memiliki status ekonomi sedang dan mayoritas responden memiliki ras/etnis Jawa.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Body Image, Paparan Media Sosial, dan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) Remaja Putri di SMA Negeri 1 Bambanglipuro

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Body Image		
<i>Body Image</i> Positif	93	79,5
<i>Body Image</i> Negatif	24	20,5
Paparan Media Sosial		
Tidak Mempengaruhi	65	55,6
Mempengaruhi	52	44,4
Kekurangan Energi Kronis (KEK)		
Tidak KEK	75	64,1
KEK	42	35,9

Berdasarkan Tabel 7, paling dominan responden memiliki *body image* yang positif. Memiliki paparan media sosial yang tidak mempengaruhi. Serta paling dominan remaja putri tidak mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK).

b. Analisis Bivariat

Tabel 8. Hubungan Paparan Media Sosial, Body Image, Pola Makan, Indeks Masa Tubuh (IMT), Status Ekonomi, dan Ras/etnis dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Bambanglipuro

Variabel	Kejadian KEK				Total		P value
	KEK		Tidak KEK				
	n	%	n	%	n	%	
Paparan Media Sosial							
Tidak Mempengaruhi	18	23,3	47	41,7	65	65,0	0,039
Mempengaruhi	24	18,7	28	33,3	52	52,0	
Body Image							
Body Image Positif	27	33,4	66	59,6	93	93,0	0,002
Body Image Negatif	15	8,6	9	15,4	24	24,0	
Pola Makan							
Baik	19	23,3	46	41,7	65	65,0	0,044
Cukup	7	8,3	16	14,7	23	23,0	
Kurang	16	10,4	13	18,6	29	29,0	
Indeks Masa Tubuh (IMT)							
Normal	10	21,5	50	38,5	60	60,0	0,000
Tidak Normal	32	20,5	25	36,5	57	57,0	
Status Ekonomi							
Rendah	11	6,8	8	12,2	19	19,0	0,043
Sedang	10	16,2	35	28,8	45	45,0	
Tinggi	9	7,5	12	13,5	21	21,0	
Sangat Tinggi	12	11,5	20	20,5	32	32,0	
Ras/etnis							
Jawa	40	41,3	75	73,7	115	115,0	0,163
Sunda	1	0,4	0	0,6	1	1,0	
Tionghoa	1	0,4	0	0,6	1	1,0	
Jumlah	42	42,0	75	75,0	117	117,0	

Berdasarkan Tabel 10, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media sosial dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) (*P-value* 0,039). Terdapat hubungan *body image* dengan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) (*P-value* 0,002). Terdapat hubungan pola makan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) (*P-value* 0,044). Terdapat

hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) (P -value 0,000). Terdapat hubungan status ekonomi dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) (P -value 0,043). Pada ras/etnis tidak terdapat hubungan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) (P -value 0,163).

c. Analisis Multivariat

Hasil penelitian yang telah diperoleh, menunjukkan adanya lima variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), yaitu *body image*, paparan media sosial, pola makan, Indeks Masa Tubuh (IMT), dan status ekonomi dengan p -value $<0,05$, serta variabel ras/etnis yang tidak terdapat hubungan signifikan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) dengan p -value $>0,05$. Kemudian akan dilakukan analisis multivariat pada enam variabel tersebut dengan menggunakan uji regresi logistic.

Tabel 9. Analisis Multivariat

Variabel	Sig	Odd Ratio (OR)	95% Confidence Interval	
			Lower	Upper
<i>Body Image</i>	0,005	5,049	1,614	15,799
Pola Makan	0,029	1,815	1,062	3,104
Indeks Masa Tubuh (IMT)	0,000	6,507	2,536	16,694

Berdasarkan Tabel 14, menunjukkan hasil uji regresi logistic dari variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), ditinjau dari:

- 1) Nilai Sig. (*P-value*) $<0,05$, maka terdapat pengaruh secara signifikan
- 2) Nilai Sig. (*P-value*) $>0,05$, maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan
- 3) Nilai *Odd Ratio* (OR) yang semakin besar, maka menunjukkan lebih pengaruh

Hasil uji yang telah dilakukan menunjukkan urutan variabel yang paling berpengaruh dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), sebagai berikut:

- 1) Variabel Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan *Odd Ratio* (OR) sebesar 6,507 dan nilai sig. (*P-value*) 0,000 ($<0,05$).
- 2) Variabel *body image* dengan *Odd Ratio* (OR) sebesar 5,049 dan nilai sig. (*P-value*) 0,002 ($<0,05$).
- 3) Variabel pola makan dengan *Odd Ratio* (OR) sebesar 1,815 dan nilai sig. (*P-value*) 0,029 ($<0,05$).

Dapat disimpulkan bahwa variabel Indeks Masa Tubuh (IMT) paling berhubungan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), kemudian yang paling berhubungan berikutnya ada *body image* dan pola makan.

B. Pembahasan

Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang merupakan kondisi seseorang mengalami kekurangan asupan gizi seperti energi dan protein secara terus menerus (Yulia *et al.* 2024). Kekurangan energi kronis di usia remaja dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan (H D Lasari *et al.* 2022). Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, didapatkan sebagian responden mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) yang berjumlah 42 responden (35,9%), serta sebanyak 75 responden (64,1%) tidak mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK).

- 1) Hubungan pola makan, Indeks Masa Tubuh (IMT), status ekonomi dan ras/etnis dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK)

Terdapat hubungan pola makan dengan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang ditinjau dari hasil analisis *chi-square* dengan *p-value* 0,044 ($<0,05$). Hal tersebut sesuai dengan penelitian Munawara (2023) yang menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian KEK. Memperhatikan frekuensi makan dan jumlah porsi makan, dapat mempengaruhi pola makan seseorang termasuk dalam kategori baik atau tidak (Munawara *et al.* 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK). Ditinjau dari hasil analisis *chi-square* dengan *p-value* 0,000 ($<0,05$). Hal ini sesuai dengan penelitian Fakhriyah (2022) yang

menyebutkan bahwa terdapat hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan KEK (Fakhriyah *et al.* 2022). Rendahnya nilai IMT dapat mempengaruhi status imun seseorang, selain itu juga dapat meningkatkan risiko terpapar dengan penyakit. Rentannya tubuh dengan penyakit akan menyebabkan keadaan malnutrisi pada tubuh juga semakin memburuk (Kusumawardani, Angraini, and Nadia 2020).

Terdapat hubungan status ekonomi dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang ditinjau dari hasil analisis *chi-square* dengan *p-value* 0,043 ($<0,05$). Hal ini sejalan dengan penelitian Nurelilasari (2024) yang menyebutkan bahwa ekonomi berhubungan dengan kejadian KEK, karena tingkat pendapatan keluarga dapat mempengaruhi ketersediaan keberagaman jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi (Siregar *et al.* 2024). Namun status ekonomi yang tinggi juga tidak dapat menjamin terpenuhinya keseimbangan gizi, karena status gizi yang baik juga diperoleh dari pengetahuan, pola makan, ataupun masalah kesehatan (Munawara *et al.* 2023).

Hasil dari penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan ras/etnis dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang ditinjau dari hasil analisis *chi-square* dengan *p-value* 0,163 ($>0,05$). Hal tersebut sejalan dengan penelitian Juwitriani (2024) yang menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara suku dengan status gizi pada remaja (Alwi *et al.* 2023). Secara keseluruhan masalah kesehatan yang terjadi tidak akan lepas dari suku yang telah berkembang di

lingkungan sekitar dengan nilai-nilai, kebiasaan, kepercayaan, pola perilaku, dan aturan yang tidak dapat diganggu. Kebiasaan makan, cara penyajian, cara memasak, sampai ke pengambilan makanan juga dapat berkaitan dengan status gizi.

1) Hubungan *body image* dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK)

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan adanya hubungan *body image* dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK). Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis *chi-square* dengan nilai sig. (*p-value*) 0,002 ($<0,05$). Hal ini sesuai dengan penelitian Bella Puspita (2024) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) (Puspita Sari and Dian Khairani 2024). Persepsi *body image* yang negatif pada remaja dengan status gizi yang kurang atau normal, akan mempengaruhi pola makan dan status gizi individu tersebut (Gusti *et al.* 2023).

Penelitian ini juga sejalan dengan studi sebelumnya oleh Nendah Sari (2023) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan KEK. *Body image* bagi remaja merupakan hal yang sangat penting dalam menunjang penampilannya. Penampilan fisik yang menjadi perhatian utama pada masa remaja, banyaknya remaja terutama perempuan yang merasa tidak puas dengan bentuk tubuh atau penampilannya (Sari, Kelana, and Sopia 2023).

Tingginya angka yang mengalami *body image* negatif, maka akan meningkatkan risiko kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) semakin tinggi (Sari, Kelana, and Sopiah 2023). Terbentuknya *body image* negatif akan mendorong seseorang untuk mengurangi konsumsi makanan atau melakukan diet yang kurang sehat demi mendapatkan bentuk tubuh ideal yang diinginkan (Puspita Sari and Dian Khairani 2024). Pentingnya membangun rasa percaya diri, pola makan yang sehat, memiliki persepsi bentuk tubuh yang positif, dan gaya hidup sehat (Sari, Kelana, and Sopiah 2023). Terbentuknya *body image* positif akan membangun rasa percaya diri yang kuat, memiliki pola makan yang baik, dan terhindar dari risiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Pada masa remaja pendapat orang lain dan lingkungan sekitar dapat menjadi pengaruh yang besar, oleh karena itu pentingnya untuk membentuk rasa percaya diri supaya dapat memilah pendapat orang-orang di lingkungan sekitar.

2) Hubungan paparan media sosial dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK)

Hasil pada penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan paparan media sosial dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK). Ditinjau dari hasil uji *chi-square* dengan nilai sig. (*p-value*) 0,36 (<0,05). Hal tersebut sesuai dengan penelitian Fernanda (2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh media dengan kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) (Kusumawardani,

Angraini, *and* Nadia 2020). Media sosial dengan kemajuan teknologi yang dapat diakses dengan mudah dan menawarkan berbagai konten yang dapat dinikmati. Intensitas penggunaan media sosial pada remaja memiliki dampak yang positif dan juga negatif (Purwati 2023).

Tingginya penggunaan media sosial pada remaja yang mudah tertarik dengan suatu hal baru dan tren, dapat berpengaruh dengan kehidupan sehari-hari (Bunga Sovani Firdawiyanti, Eka Andriani, *and* Sabrina 2023). Salah satunya banyaknya makanan kurang sehat yang menjadi tren di kalangan remaja akan mengakibatkan perubahan pola makan sehat remaja tersebut. Selain itu, media sosial juga dapat menampilkan visual bentuk tubuh yang ideal dengan berbagai versi yang membuat remaja tertarik dan dapat mempengaruhi *body image* remaja tersebut (Bunga Sovani Firdawiyanti, Eka Andriani, *and* Sabrina 2023; Purwati 2023).

Paparan media sosial yang tidak terkontrol, akan mempengaruhi kepuasan terhadap bentuk tubuh, rasa percaya diri, gangguan makan, dan keinginan untuk memiliki bentuk tubuh yang serupa dengan gambar bentuk tubuh yang ada di media sosial (Bunga Sovani Firdawiyanti, Eka Andriani, *and* Sabrina 2023). Pada penelitian Bunga (2023) menyebutkan tingginya intensitas penggunaan media sosial maka semakin berisiko untuk mengalami gangguan makan. Remaja yang mengalami gangguan makan secara terus menerus akan

meningkatkan risiko untuk mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) (Bunga Sovani Firdawiyanti, Eka Andriani, *and* Sabrina 2023).

Mudahnya untuk mengakses media sosial seharusnya dimanfaatkan dengan positif terutama di kalangan remaja. Dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan, perilaku hidup sehat, dan berbagai informasi kesehatan yang dapat diakses dengan mudah. Pentingnya status gizi bagi remaja, untuk masa pertumbuhan dan perkembangan. Dengan adanya media sosial dapat meningkatkan pengetahuan remaja untuk memilih dan memilah makanan yang sehat dan tidak. Serta dapat menyaring informasi atau paparan media yang diterima dari media sosial.

C. Kelemahan dan Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian ini tidak mampu mengontrol seluruh variabel yang dapat mempengaruhi kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK), seperti pengetahuan gizi, teman sebaya, tingkat aktivitas fisik, atau riwayat penyakit kronis.
2. Penelitian menggunakan instrumen yang bersifat *self-report* untuk mengukur paparan media sosial, *body image*, dan pola makan yang dapat menyebabkan bias informasi.