

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Pengetahuan**

##### **2.1.1 Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan berasal dari kata “tahu” dimana dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kata tahu mempunyai arti mengerti, sudah melihat (menyaksikan, mengalami dan sebagainya). Menurut Darsini et al., (2019) pengetahuan merupakan hasil kegiatan ingin tahu manusia tentang apa saja dan hal itu terjadi setelah orang tersebut melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pada dasarnya pengetahuan yang dimiliki setiap orang kemudian diungkapkan dan dikomunikasikan satu sama lain melalui bahasa atau aktivitas, dan dengan cara tersebut orang akan semakin kaya dalam pengetahuannya antara satu sama lain. Pengetahuan selain disimpan didalam pikiran, hasil ilmu yang diperoleh seseorang dapat disimpan dalam berbagai cara, salah satunya adalah buku. Menurut Padmiari, (2020), Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman, melalui proses belajar terhadap suatu informasi yang diperoleh seseorang, dan proses pendidikan atau edukasi.

Pengetahuan atau *knwolge* menurut (Fakhriyah, 2021) adalah hasil pengindraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui panca indra yang dimilikinya. Pengindraan objek terjadi melalui panca indra manusia yakni pendengaran, penciuman, penglihatan, rasa dan perabaan.

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan, karena pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan (Dewi M, 2019).

### 2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (dalam Dewi M, 2019) pengetahuan seseorang tentang suatu objek berbeda-beda intensitas atau derajatnya. Secara umum dibagi menjadi 6 tingkatan pengetahuan diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat atau mengingat kembali ingatan-ingatan yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu yang spesifik dan seluruh materi telah dipelajari atau rangsangan telah diterima. Kata “Tahu” disini memiliki tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja digunakan untuk mengukur orang yang mengetahui apa yang dipelajari yaitu, menyebutkan, mendeskripsikan, mengidentifikasi, menyatakan dan seterusnya.

b. Memahami (*Comprehention*)

Memahami mempunyai arti suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat mengetahui secara benar. Orang yang sudah paham dengan objek atau materi dapat melanjutkan untuk menjelaskan, memberikan contoh, menyimpulkan, terhadap suatu objek yang telah dipelajari.

c. Aplikasi (*Aplikation*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan suatu materi yang dipelajari dalam situasi atau kondisi praktis (kehidupan nyata atau sebenarnya). Aplikasi ini dapat dipahami sebagai penerapan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menyajikan sesuatu materi atau objek ke dalam komponen-komponen yang tersusun dan berkaitan satu sama lain.

e. Sintesis (*Syntesis*)

Sistesis yang dimaksud adalah kemampuan mewujudkan atau menghubungkan bagian-bagian menjadi satu kesatuan yang baru. Dengan kata lain sistesis adalah suatu kemampuan mengembangkan formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk membenarkan (justifikasi) atau mengevaluasi satu materi ataupun objek. Penilaian tersebut berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang sudah ada.

### 2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

#### a. Faktor internal

##### 1) Pendidikan

Pendidikan merupakan bimbingan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju cita-cita tertentu yang menentukan bagaimana seseorang harus bersikap dan mengisi kehidupan guna mencapai rasa aman dan bahagia. Pendidikan diperlukan untuk memperoleh informasi berupa informasi berupa faktor pendukung kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut YB Mantra yang dikutip oleh Notoatmodjo, pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk perilaku dan gaya hidupnya, terutama dalam memotivasi orang untuk menyampaikan pesan dan perkembangannya. Secara umum, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi.

##### 2) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu yang harus dilakukan untuk menunjang kehidupan untuk diri sendiri dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber dari kesenangan, akan tetapi sebagai cara mencari nafkah.

##### 3) Umur

Usia adalah umur individu seseorang yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai dengan berulang tahun. Semakin cukup

usia, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir maupun bekerja.

b. Faktor eksternal

1) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku seseorang ataupun kelompok. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh orang tersebut.

2) Sosial budaya

Sistem sosial budaya yang terdapat pada masyarakat dapat mempengaruhi baik dari sikap dalam menerima informasi.

3) Media Massa

Media massa merupakan salah satu sarana dalam memperoleh informasi. Dengan adanya media massa dapat mempengaruhi pembentukan sifat-sifat seseorang dalam menyikapi suatu hal. Menurut Timiyatun et al., (2022) secara teori sumber informasi dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan dimana seseorang menerima landasan kognitif dalam membentuk pengetahuan

#### 2.1.4 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Arikunto (Dalam Dewi M, 2019), pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu:

- a. Pengetahuan Baik : 76%-100%
- b. Pengetahuan Cukup : 56%-75%
- c. Pengetahuan Kurang : < 56%

### 2.2 Konsep Sikap

#### 2.2.1 Pengertian Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek (Martina, 2021)). Menurut Akuba, (2023), sikap atau attitude adalah kecenderungan untuk memberikan penilaian (menerima atau menolak) terhadap objek yang dihadapi. Sehingga, dalam hal ini sikap seseorang terhadap sesuatu berdampak pada perilaku seseorang terhadap objek sikap.

#### 2.2.2 Tingkat Sikap

Terdapat 4 tingkatan sikap menurut Martina, (2021) Tingkatan tersebut meliputi:

- a. Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek). Misalnya sikap orang terhadap gizi dapat dilihat dari kesediaan dan perhatian orang terhadap informasi-informasi gizi.

b. Merespons (*responding*)

Merespon merupakan memberikan jawaban apabila di tanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap. Misalnya seorang remaja yang memberikan respon berupa jawaban kepada pemateri ketika remaja tersebut diberikan pertanyaan saat mengikuti posyandu remaja.

c. Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mendiskusikan suatu masalah merupakan suatu indikasi sikap tingkat tiga. Misalnya seorang ibu yang mengajak tetangga atau saudara untuk pergi menimbangkan anaknya ke posyandu atau mendiskusikan tentang gizi, adalah suatu bukti bahwa ibu tersebut mempunyai sikap positif terhadap gizi anak.

d. Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi. Misalnya seorang ibu mau menjadi akseptor KB, meskipun mendapat tantangan dari mertua atau orang tuanya sendiri.

### 2.2.3 Komponen Sikap

Menurut Baron (dalam Dewi M, 2019) buku yang berjudul “Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku manusia” terdapat 3 komponen yang membentuk sikap diantaranya adalah:

a. **Komponen Kognitif (komponen perseptual)**

Komponen kognitif merupakan komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan yang berhubungan dengan bagaimana orang mempresepsikan terhadap sikap.

b. **Komponen Afektif (komponen emosional)**

Komponen afektif merupakan komponen yang berhubungan dengan rasa senang dan tidak senang terhadap objek sikap. Rasa senang merupakan hal yang positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Dalam komponen ini menunjukkan sikap positif dan negatif.

c. **Komponen Konatif (komponen perilaku, atau action component)**

Komponen konatif merupakan komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap, yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek.

#### **2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Sikap**

Sikap sosial terbentuk melalui interaksi sosial. Dalam interaksi sosial, individu membentuk pola sikap tertentu terhadap objek psikologis yang ditemuinya. Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhinya diantaranya adalah sebagai berikut:

a. **Pengalaman Pribadi**

Untuk mengenali dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi harus meninggalkan kesan yang luas. Oleh karena itu, sikap lebih

mudah akan terbentuk ketika pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional (Dewi M, 2019).

b. Pengaruh Kebudayaan

Kebudayaan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap. Apabila hidup dalam budaya yang mendukung nilai-nilai agama, kemungkinan besar akan mengembangkan sikap positif terhadap nilai-nilai agama. Kebudayaan telah mewarnai sikap anggota masyarakatnya, karena kebudayaan yang memberikan corak pengalaman terhadap individu-individu dalam masyarakat (Dewi M, 2019)

c. Media Masa

Dalam menanggapi berbagai informasi diperlukan sikap kritis. Kritis merupakan sikap seseorang yang dapat menganalisis suatu informasi atau berfikir secara teliti. Informasi yang disampaikan dapat melalui, radio, buku atau teknologi digital seperti gadget dan televisi serta media massa online yang dapat berupa website berita atau sosial media seperti instgram, facebook, dan youtube.

d. Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Lembaga pendidikan dan lembaga agama dapat berpengaruh terhadap pembentukan sikap, hal tersebut karena lembaga pendidikan dan lembaga agama meletakkan dasar ajaran dan moral dalam diri individu (Dewi M, 2019).

### 2.2.5 Cara Mengukur Sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan dengan menilai pernyataan sikap seseorang. Pernyataan sikap merupakan rangkaian kalimat yang mengatakan sesuatu mengenai objek sikap yang akan di ungkap. Pengukuran sikap dapat dilakukan baik secara langsung ataupun tidak langsung. Pengukuran sikap secara langsung dapat ditanyakan secara langsung bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek, sedangkan pengukuran sikap tidak langsung dapat berupa memberikan kuesioner yang berisikan pernyataan-pernyataan responden. Beberapa pengukuran sikap diantaranya adalah skala Thrustone, skala likert, unobstrusive measures, pengukuran involuntary behavior (Dewi M, 2019).

#### a. Skala Thrustone

Metode ini menempatkan sikap seseorang pada rentang kontineum dari yang sangat unfavorabel hingga sangat favorabel terhadap suatu objek sikap. Caranya dengan memberikan sikap seseorang tersebut sejumlah item sikap yang telah ditentukan derajat favorabilitasnya. Untuk menghitung nilai skala dan memilih pernyataan sikap, pembuat skala perlu membuat sampel pernyataan sikap sekitar lebih dari 100 buah atau lebih. Pernyataan itu kemudian diberikan kepada beberapa orang penilai (judges). Tugas penilai ini untuk menentukan derajat favorabilitas masing-masing pernyataan. Favorabilitas penilai itu diekspresikan melalui titik skala rating yang

memiliki rentang 1-11 Sangat tidak setuju 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 sangat setuju.

Median atau rerata perbedaan penilaian antar penilai terhadap item ini kemudian dijadikan sebagai nilai skala masing-masing item. Pembuat skala kemudian menyusun item mulai dari item yang memiliki nilai skala rendah hingga tertinggi.

b. Skala Likert

Likert (1932) mengajukan metodenya sebagai alternative yang lebih sederhana dibandingkan dengan skala Thurstone. Skala Thurstone terdiri dari 11 poin disederhanakan menjadi dua kelompok, yaitu yang favorable dan yang unfavorable. Sedangkan item yang netral tidak disertakan. Untuk mengatasi hilangnya netral tersebut, Likert menggunakan teknik kontruksi test yang lain. Masing-masing responden diminta melakukan egreement tau disegreemennya untuk masing-masing item dalam skala yang terdiri dari lima point (Sangat setuju, Setuju, Ragu-ragu, Tidak setuju, Sangat tidak setuju). Semua item yang favorable kemudian diubah nilainya dalam angka, yaitu untuk sangat setuju nilainya 5 sedangkan untuk yang Sangat Tidak Setuju nilainya 1. Sebaliknya untuk yang item unfavorabel nilai skalanya Sangat Setuju yaitu 1 sedangkan yang sangat tidak setuju nilainya adalah 5. Seperti halnya skala Thurstone, skala likert disusun dan diberi skor sesuai dengan skala interval sama (equal-interval scale).

c. Unobstrusive Measures

Metode ini berakar dari suatu situasi dimana seseorang dapat mencatat aspek-aspek perilakunya sendiri atau yang berhubungan sikapnya dalam pertanyaan.

d. Pengukuran Involuntary Behavior

- 1) Pengukuran dapat dilakukan jika memang diinginkan atau dapat dilakukan oleh responden
- 2) Dalam banyak situasi, akurasi pengukuran sikap dipengaruhi oleh kerelaan responden
- 3) Pendekatan ini merupakan pendekatan observasi terhadap reaksi-reaksi fisiologis yang terjadi tanpa di sadari dilakukan oleh individu yang bersangkutan
- 4) Observasi dapat menginterpretasikan sikap individu mulai dari fasial reaction, voice tones, body gesture, keringat, dilatasi pupil mata, detak jantung dan beberapa aspek fisiologis lainnya.

## 2.3 Konsep Remaja

### 2.3.1 Pengertian Remaja

Selama masa kehidupan manusia, terjadi banyak pertumbuhan dan perkembangan yang dimulai dari lahir sampai meninggal dunia. Dari semua tahapan manusia, salah satu yang paling penting dan mejadi pusat perhatian adalah masa remaja. Menurut Hurlock (dalam Ayhani & Astuti, 2018) Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang mempunyai arti tumbuh

atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence* mempunyai arti yang luas yakni melingkupi kematangan mental, emosional sosial dan fisik.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Istilah tersebut menunjuk masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan (Ayhani & Astuti, 2018) Pada masa tersebut terjadi perubahan yang cepat yang disebut juga masa puber. Ciri-ciri masa remaja tersebut adalah perubahan emosional secara cepat, perubahan yang cepat secara fisik dan terjadi perubahan dalam keterkaitan terhadap sesuatu. Berdasarkan teori diatas, dapat dipahami bahwa masa remaja merupakan masa perkembangan, masa transisi, masa perubahan secara emosi menuju usia dewasa.

### **2.3.2 Tahap-tahap Remaja**

Berdasarkan sifat atau ciri perkembangan pada masa remaja terdapat tiga tahapan, diantaranya adalah: masa remaja awal, remaja tengah, remaja akhir. Menurut Soetjiningsih (dalam Mustika dewi dkk, 2021) terdapat tiga tahapan perkembangan remaja diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Remaja awal (*Early adolescence*) usia 10—13 tahun

Pada fase ini, remaja masih bertanya-tanya dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya. Remaja akan mengeksplorasi pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, sulit mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa, ingin bebas dan ingin mulai berfikir abstract.

b. Remaja tengah (*middle adolescence*) usia 14—18 tahun

Pada fase ini, remaja sangat menginginkan teman-teman dan merasa senang apabila banyak teman yang menyukainya. Remaja tersebut terdapat kecenderungan “*narcistic*” untuk mencintai diri sendiri dengan menyukai teman-teman yang memiliki sifat seperti dirinya. Pada remaja tengah ini akan timbul keinginan untuk berkencan dengan lawan jenis dan berkhayal tentang aktivitas seksual.

c. Remaja akhir (*late adolescence*) Usia 19—21 tahun

Pada fase ini, remaja akan mengalami masa konsolidasi atau memperkuat untuk menuju periode dewasa yang ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu: 1) minat yang semakin mantap pada fungsi-fungsi intelektual, 2) keinginan yang tinggi mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang dan dalam pengalaman baru, 3) terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, 4) terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri, 5) tumbuh batasan yang memisahkan diri pribadinya dan secara public (umum).

### 2.3.3 Perkembangan Remaja

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik pada fase remaja mengalami perubahan yang lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Pada masa ini, remaja memerlukan asupan gizi yang lebih untuk pertumbuhan dan perkembangan agar berjalan secara optimal. Perubahan fisik remaja terjadi karena pertumbuhan fisik termasuk

pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk menuju kematangan. Perubahan tersebut dapat dilihat dari perubahan seks primer dan seks sekunder (Nur Ahyani & Dwi Astuti, 2018)

b. Perkembangan kognitif

Pemikiran remaja semakin abstrak, logis dan idealistis karena perkembangan seorang anak sangat dipengaruhi oleh rangsangan atau motivasi yang diberikan kepadanya. Semakin banyak rangsangan yang dia terima maka semakin banyak pula hal-hal yang baru yang dapat dipelajari. Hal ini menyebabkan semakin kuat saraf pada otak dapat merangsang anak untuk lebih berkembang dengan kemampuan yang baik dan optimal (Nur Ahyani & Dwi Astuti, 2018).

c. Perkembangan emosional

Emosi merupakan suatu keadaan yang ada pada diri sendiri seseorang yang memberi warna atau perasaan bahagia, takut, maupun senang. Sedangkan perkembangan emosi adalah keadaan kompleks yang dapat berupa pikiran dan perasaan yang ditandai dengan perubahan biologis yang diakibatkan oleh tindakan seseorang, baik berupa keinginan, emosi atau keadaan mental yang tak terkendali (Ilham, 2020). Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, dan pengendalian diri yang belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, khawatir dan kesepian. Psikolog Amerika G. Stanley Hall mengatakan bahwa masa remaja adalah masa stress emosional, yang timbul dari perubahan fisik

yang cepat dan terjadi sewaktu masa pubertas (Nur Ahyani & Dwi Astuti, 2018).

d. Perkembangan psikososial

Pada proses perkembangan sosial, remaja mulai tertarik dengan lawan jenisnya. Meningkatnya kesadaran sosial dan perhatian masyarakat dan penampilannya menjadi lebih penting dari sebelumnya. Perubahan fisik seperti berat badan dan bentuk tubuh dapat menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan seperti rasa malu dan kurang percaya diri (Syahadatina, 2020).

#### **2.3.4 Karakteristik Remaja**

Sebagai fase yang paling penting, masa remaja memiliki beberapa karakteristik diantaranya adalah:

a. Masa remaja sebagai periode penting

Remaja pada masa ini mempunyai dampak penting terhadap perkembangan fisik dan psikologis individu. Kondisi tersebut menuntut individu untuk bisa menyesuaikan diri secara mental dan melihat bagaimana petingnya menetapkan sikap, nilai-nilai dan minat yang baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Fase peralihan bukan berarti terputus atau berubah dari yang terjadi sebelumnya, akan tetapi peralihan dari tahap perkembangan ke tahap perkembangan selanjutnya. Dalam fase peralihan status individu tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Apabila remaja berperilaku seperti anak-anak, dia akan diajari untuk

bertindak sesuai dengan umurnya, dan apabila remaja berperilaku sebagaimana orang dewasa dia akan seringkali untuk dituduh terlalu jauh pikirannya karena mencoba bertindak seperti orang dewasa. Disisi lain, status remaja yang tidak jelas ini akan menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda-beda menentukan pola perilaku, nilai, sifat yang sesuai untuk dirinya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Perubahan sikap dan perilaku dalam fase remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja tersebut adalah meningkatnya emosi, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan kelompok sosial, perubahan minat dan perilaku dan menginginkan serta menuntut kebebasan.

d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Tahun awal masa remaja, penyesuaian diri terhadap kelompok masih tetap penting bagi laki-laki ataupun perempuan. Lambat laun seorang remaja akan mendambakan identitas diri dan merasa tidak puas dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal seperti sebelumnya (Nur Ahyani & Dwi Astuti, 2018). Menurut Parida Naumi, (2022) identitas merupakan suatu kesadaran dan berkesinambungan diri dalam mengenali dan menerima kepribadian, peran, komitmen, orientasi, dan tujuan hidup dalam pribadi individu tersebut, sehingga mampu untuk berperilaku sesuai dengan kebutuhan dirinya dan juga

dalam masyarakat. seseorang yang sedang mencari identitas dirinya merupakan orang yang ingin menentukan siapa dan juga apa yang akan orang tersebut inginkan pada masa yang akan datang.

## **2.4 Konsep Kekurangan Energi Kronik (KEK)**

### **2.4.1 Pengertian Kekurangan Energi Kronik**

Kekurangan energi kronik (KEK) merupakan salah satu keadaan malnutrisi dimana remaja menderita kekurangan makanan yang berlangsung menahun (kronik) yang dapat mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada remaja. Kekurangan energi kronik mengacu pada lebih rendahnya energi yang masuk dibandingkan dengan besarnya energi yang dikeluarkan. Istilah kekurangan energi kronik (KEK) merupakan istilah lain dari kurang energi protein (KEP) (Fakhriyah, 2021).

### **2.4.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi kekurangan energi kronik**

Masalah kekurangan energi kronik (KEK) dipengaruhi oleh berbagai faktor. Berdasarkan beberapa penelitian, banyak kasus yang mempengaruhi terjadinya kekurangan energi kronik (KEK) pada wanita usia subur (WUS) termasuk remaja. Berikut merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kekurangan energi kronik (KEK):

#### **a. Pendidikan**

Seseorang dengan Pendidikan yang tinggi maka tingkat pengetahuan yang mereka dapat semakin tinggi pula dan dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun media sebaliknya, tingkat

pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan dan sikap seseorang (Syakur et al., 2020)

b. Pengetahuan

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan baik formal ataupun non formal sangat erat hubungannya. Orang yang berpendidikan rendah tidak mutlak berpengetahuan rendah, dan peningkatan pengetahuan tidak mutlak dipengaruhi oleh pendidikan formal saja, akan tetapi dapat dipengaruhi oleh pendidikan non formal. Pengetahuan mengandung dua aspek yakni aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek tersebut akan menentukan sikap dari seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap semakin positif terhadap objek tertentu (Fakhriyah, 2021)

c. Sikap

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap stimulus atau objek tertentu, sehingga sikap dapat dikatakan sebagai tindakan seseorang terhadap suatu hal. Dalam hakikatnya, sikap mempengaruhi perilaku seseorang dimana seseorang mengetahui tentang gizi dan bahaya KEK maka bagaimana sikap yang seharusnya dilakukan (Aprilianti & Purba, 2018).

d. Sosial ekonomi

Status gizi sering kali dihubungkan dengan penghasilan seseorang, karena penghasilan tersebut merupakan suatu kemampuan dalam

memenuhi gizi. Berpenghasilan tinggi akan memiliki anggota keluarga dengan status gizi baik sehingga akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang berpengaruh pada usia remaja. Walaupun demikian, tidak selalu yang berpenghasilan tinggi menjamin akan terpenuhinya semua kebutuhan gizinya (Fakhriyah, 2021).

e. Asupan zat gizi

Ketidakseimbangan asupan zat gizi merupakan faktor penyebab kekurangan energi kronik (KEK). Asupan zat gizi tersebut terdiri dari zat gizi makro dan zat gizi mikro. Zat gizi makro meliputi energi, protein, lemak dan karbohidrat. Sedangkan zat gizi mikro berupa vitamin dan mineral. Kedua zat tersebut sama-sama penting untuk menjaga kesehatan tubuh yang optimal. Apabila asupan zat gizi tidak terpenuhi dengan seimbang maka dapat menyebabkan risiko terjadinya kekurangan energi kronik (KEK) terutama pada usia remaja, karena remaja merupakan masa tumbuh kembang untuk persiapan menuju masa dewasa (Fakhriyah, 2021).

f. Indeks Masa Tubuh

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Kunci untuk menemukan kasus Kekurangan Energi Kronik (KEK) dan malnutrisi adalah dengan melakukan skrining awal. Pemeriksaan KEK dilakukan dengan mengukur lingkaran tengah lengan atas (LILA) dan menggunakan

pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT). Hubungan antara IMT dengan LILA adalah positif, artinya jika wanita dengan ukuran LILA yang lebih besar akan memiliki IMT yang besar (Fakhriyah, 2021).

#### **2.4.3 Deteksi dini kekurangan energi kronik**

Status gizi remaja putri sangatlah penting, khususnya pada remaja putri karena mereka merupakan calon ibu dan memerlukan peningkatan kebutuhan gizi untuk pertumbuhannya. Apabila konsumsi zat gizi saat ini tidak seimbang maka akan mengakibatkan gizi buruk atau kekurangan energi kronik (KEK). Salah satu cara deteksi dini untuk mengetahui risiko terjadinya kekurangan energi kronik (KEK) adalah dengan mengukur lingkaran lengan atas (LILA) dengan alat pita ukur LILA yang ditandai dengan centimeter.

Akan tetapi, pengukuran LILA tidak dapat digunakan untuk memantau perubahan status gizi dalam jangka pendek, sehingga untuk mengetahui status gizi remaja selain menggunakan pita LILA perlu dilengkapi dengan pengukuran antropometri untuk mengetahui perubahan status gizi seseorang dalam jangka pendek. Indikator remaja yang memiliki risiko kekurangan energi kronik (KEK) dengan hasil ukur LILA < 23,5cm. Cara pengukuran pita LILA dilakukan pada lengan kiri atau lengan yang tidak banyak melakukan aktivitas. Pengukuran tersebut dilakukan pada pertengahan antara pangkal lengan dan ujung siku dalam ukuran centimeter (cm) (Fakhriyah, 2021).

**Tabel 2.1 Klasifikasi KEK berdasarkan IMT**

<b>Tingkatan KEK</b>	<b>IMT kg/m<sup>2</sup></b>
Normal	>18,5
Tingkat I	17,0-18,4
Tingkat II	16,0-16,9
Tingkat III	<16,0

Sumber: (Dieny et al., 2019)

**Tabel 2.2 Klasifikasi KEK berdasarkan LILA**

<b>Klasifikasi KEK</b>	<b>Batas Ukur LILA</b>
Normal	>23,5 cm
KEK	<23,5 cm

Sumber: (Dieny et al., 2019)

#### 2.4.4 Dampak kekurangan energi kronik

Kekurangan energi kronik (KEK) pada wanita usia subur terutama pada remaja, saat ini menjadi fokus perhatian pemerintah dan tenaga kesehatan. Hal tersebut dikarenakan seorang remaja putri yang menderita kekurangan energi kronik (KEK) yang berdampak pada masa remaja dapat berupa penurunan kecerdasan, penurunan kemampuan belajar, terhambatnya perkembangan fisik, berkurangnya kebugaran jasmani dan produktivitas bahkan sampai dengan anemia.

Selain itu, kekurangan energi kronik (KEK) yang dapat menimbulkan risiko jangka panjang di masa dewasa adalah pada masa kehamilan yang akan berpengaruh seperti melahirkan anak dengan berat badan lahir rendah (BBLR), risiko melahirkan anak stunting dan apabila menderita anemia berat dapat menyebabkan kematian pada ibu dan janin (Fakhriyah, 2021).

## 2.5 Kajian Penelitian Terdahulu

Didapatkan 3 penelitian terdahulu dengan hasil penelitian sebagai berikut:

Penelitian pengetahuan dan sikap telah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya seperti (Dewi et al., 2022) tentang hubungan tingkat pengetahuan dan asupan energi dengan kekurangan energi kronik (KEK) pada siswi SMP. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian *observasional* dengan rancangan *crosssection* kepada 73 siswi dengan Teknik pengambilan sampel *proportional simple random sampling*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik analitik *person*. Hasil penelitian diketahui bahwa tingkat pengetahuan siswi berkisar antara 50-100, dengan rata-rata 74,2 (SD=10,397). Sebagian besar sampel dalam kategori baik, yaitu sebanyak sebanyak 37 siswi (50,7%). Rata-rata asupan energi siswi berkisar sebesar 814,5 kkal (SD=265,070). Berdasarkan uji analitik *person* diperoleh nilai pengetahuan ( $p=0,33$  dan  $r=0,250$ ) dan nilai asupan energi ( $p=0,00$  dan  $r=0,658$ ). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara pengetahuan dan asupan energi dengan kekurangan energi kronik (KEK). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada variabel, sampel, dan tujuan penelitian. Variabel peneliti terdahulu menggunakan variabel independen pengetahuan dan asupan energi serta variabel dependen kekurangan energi kronik, sedangkan yang akan diteliti menggunakan kata pengetahuan sebagai variabel independen dan sikap sebagai dependen. Sampel peneliti terdahulu menggunakan remaja awal yakni siswi SMP sedangkan yang akan diteliti menggunakan remaja tengah dan akhir yakni

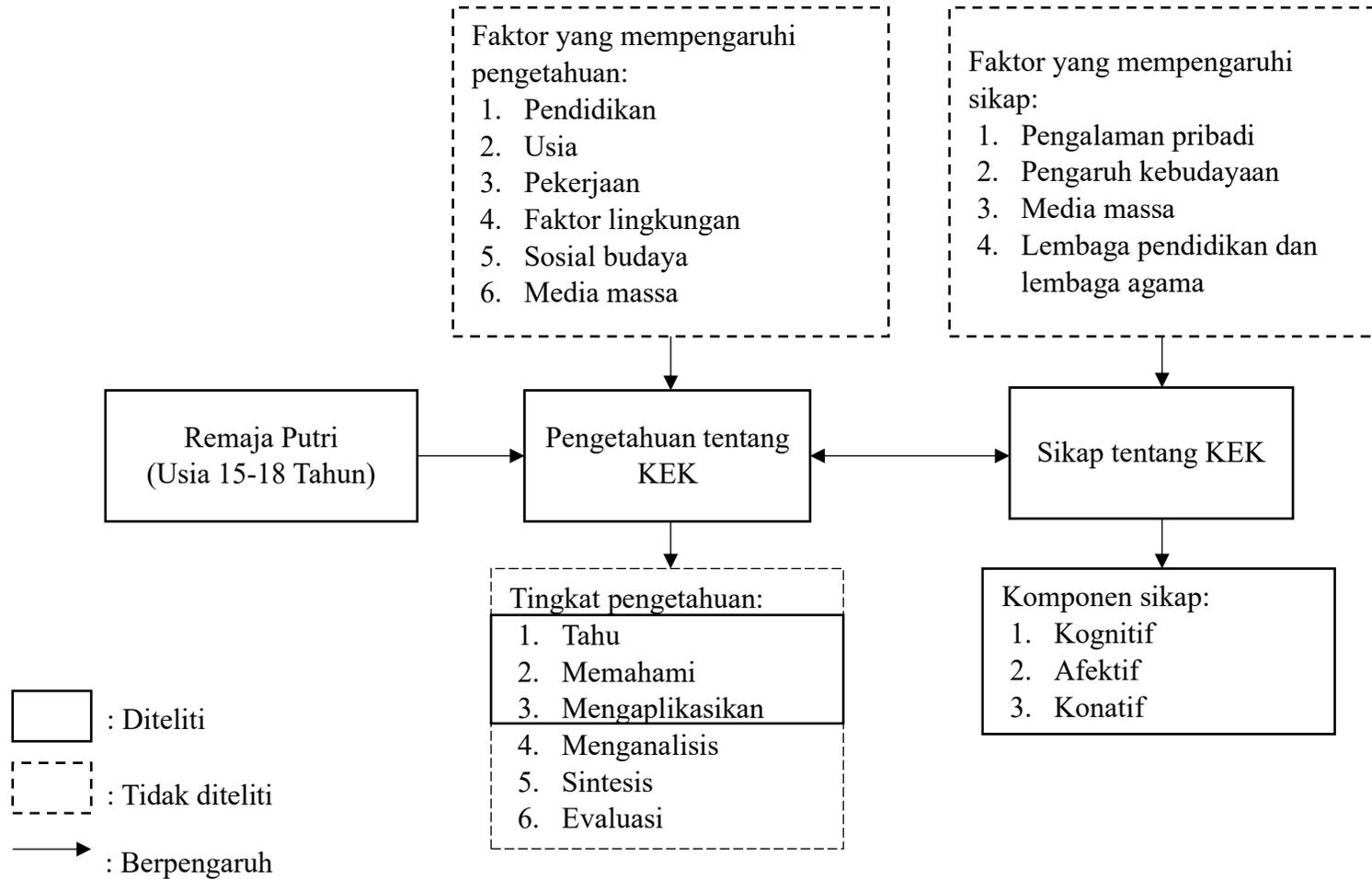
siswi SMA. Tujuan peneliti terdahulu yakni menghubungkan antara pengetahuan dan asupan energi dengan kekurangan energi kronik sedangkan penelitian yang akan diteliti menghubungkan pengetahuan dengan sikap tentang pengetahuan kekurangan energi kronik (KEK).

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Isnaeni et al., 2022) tentang pengetahuan, uang saku dan peranan media terhadap kejadian kekurangan energi kronik (KEK). Jenis pada penelitian ini adalah analitik observasional yang menggunakan desain *crosssectional* dengan menggunakan sampel remaja putri SMK sekecamatan. Populasi berjumlah 2.344 siswi dan sampel sebanyak 342 siswi dengan Teknik pengambilan sampel *proportionate stratified cluster* dan *stratified random sampling*. Analisis data pada penelitian menggunakan uji regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan uang saku menjadi hal yang berpengaruh terhadap kejadian KEK pada remaja di kabupaten Brebes. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah peneliti terdahulu bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, uang saku, dan peranan media terhadap kekurangan energi kronik sedangkan peneliti sekarang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap remaja tentang kekurangan energi kronik.

Penelitian yang dilakukan oleh (Rusmimpong & Hutagaol, 2021) tentang hubungan persepsi, sikap, dan kebiasaan makan dengan status gizi siswa di MTS Muhammad Amin Rajo Tiangso Jangkat Timur. Jenis penelitian analitik dengan desain *crosssectional* kepada 60 siswa dengan teknik

pengambilan *data simple random sampling*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian diketahui bahwa Ada hubungan antara persepsi dengan status gizi siswa di MTs Muhammad Amin Rajo Tiangso Kecamatan Jangkat Timur Tahun 2020 dengan  $X^2$  hitung sebesar  $4,351 > X^2$  tabel sebesar 3,841. Ada hubungan antara sikap dengan status gizi siswa di MTs Muhammad Amin Rajo Tiangso Kecamatan Jangkat Timur Tahun 2020 dengan  $X^2$  hitung sebesar  $6,730 > X^2$  tabel sebesar 3,841. Tidak ada hubungan antara kebiasaan makan dengan status gizi siswa di MTs Muhammad Amin Rajo Tiangso Kecamatan Jangkat Timur Tahun 2020 dengan  $X^2$  hitung sebesar  $0,313 < X^2$  tabel sebesar 3,841. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah peneliti terdahulu bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, uang saku, dan peranan media terhadap kekurangan energi kronik sedangkan peneliti sekarang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap remaja tentang kekurangan energi kronik.

2.6 Kerangka Konsep



**Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri Tentang Kekurangan Energi Kronik (KEK) di SMA Negeri 1 Kapanjen**

## 2.7 Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H<sub>0</sub> : Tidak ada hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang kekurangan energi kronik di SMA Negeri 1 Kepanjen
- H<sub>1</sub> : Ada hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang kekurangan energi kronik di SMA Negeri 1 Kepanjen