









JUDUL : PEDULI KURANG ENERGI KRONIS (KEK) REMAJA PUTRI DENGAN EDUKASI SEHAT TANPA KEK (SETAPAK)	
 Peneliti	 Ringkasan Eksekutif
<p>Ketua : Laras Sitoayu (0320128406)</p> <p>Anggota :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Yuni Pradilla Fitri - Maria Tambunan - Renita Febriana - Rizkita Windhiyaningrum - Yolanda Krisna Dewi - Juliana 	<p>KEK merupakan salah satu masalah gizi yang sering dan masih banyak dialami oleh remaja putri. Remaja putri cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar sehingga memiliki gaya hidup tidak baik yang merugikan kesehatan tubuhnya. Rendahnya pengetahuan pada remaja putri menjadi penyebab mudahnya seorang remaja putri terpengaruh lingkungan sekitar. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi terkait KEK pada remaja putri. Kegiatan ini dilakukan dengan metode penyuluhan secara online menggunakan media video kepada 23 siswi SMK Mutiara 17 Agustus. Sebagai evaluasi dilakukan pre dan post-test selama kegiatan berlangsung. Hasil edukasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan terkait KEK sebesar 28 poin. Agar peningkatan kesehatan dan gizi remaja menjadi lebih baik, perlu dilakukan edukasi gizi menggunakan media yang menarik pada remaja putri secara komprehensif dan berkesinambungan.</p> <p>Kata Kunci : Remaja Putri, KEK, Gizi Remaja</p> <div style="background-color: #A9C9D9; padding: 2px;">  HKI dan Publikasi </div> <p>HKI dan Jurnal Nasional</p>

 Latar Belakang	 Hasil dan Manfaat
<p>Kurang Energi Kronis (KEK) pada remaja khususnya remaja putri banyak disebabkan karena kurangnya asupan gizi seperti energi dan protein yang berlangsung lama, sehingga kebutuhan zat gizi tersebut tidak tercukupi (Arista 2017). Jika dibiarkan dalam jangka waktu lama dan berkelanjutan, kondisi ini menyebabkan gangguan kesehatan pada remaja putri. Selain asupan yang kurang, penyebab terjadinya KEK pada remaja putri adalah kurangnya pemahaman akan bahaya KEK. Sehingga perlu digalakan intervensi peningkatan pengetahuan mengenai KEK pada remaja putri secara berkesinambungan seperti pada siswi-siswi SMA/SMK. Salah satu siswi-siswi yang perlu mendapatkan edukasi terkait pentingnya KEK adalah siswi di SMK Mutiara 17 Agustus Bekasi. Adapun tujuan kegiatan program edukasi SEhat TAnpa Kek (SETAPAK) adalah untuk meningkatkan pengetahuan KEK remaja putri di SMK Mutiara 17 Bekasi.</p>	<p>Program dapat dikatakan berhasil apabila penilaian indikator sudah baik atau mencapai target. Pada edukasi ini persentase kehadiran siswi >50% yaitu sebesar 72% (23 siswi dari 32 siswi) dan pengetahuan pada siswi meningkat terkait kurang energi kronis yaitu dari nilai rata-rata pre-test sebesar 60,5 menjadi rata-rata post-test sebesar 89, hal ini menunjukkan adanya peningkatan sebesar 28 poin. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, dapat bermanfaat mengurangi kejadian KEK pada remaja putri dan dapat memberikan inovasi program edukasi di tingkat sekolah untuk dapat dilanjutkan secara berkala.</p>
 Metode	
<p>Program edukasi SETAPAK dilakukan pada siswi SMK Mutiara 17 Agustus kelas X dan XI Kejuruan Farmasi sejumlah 23 orang. Edukasi ini menggunakan media video animasi dengan durasi video 4 menit 40 detik, disertai adanya pre-test dan post-test.</p>	

 Skema LITABMAS	 Ucapan terimakasih
<p>Mandiri</p>	<p>Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada SMK Mutiara 17 Agustus Bekasi dan seluruh tim yang telah membantu sehingga terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar.</p>

DAFTAR PUSTAKA

Arista, A.D., Widajanti. L., & Aruben, R. "Hubungan Pengetahuan, Sikap, Tingkt Konsumsi Energi, Protein, dan Indeks Massa Tubuh/Umur dengan Kekurangan Energi Kronik pada Remaja Putri (Studi di Sekolah Menengah Kejuruan Islamic Centre Baiturrahman Semarang pada Puasa Ramadhan Tahun 2017)." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2017.

Dewi, Rosmala Kurnia, and Sri Martini. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gizi dengan Kejadian KEkurangan Energi Kronik (KEK) pada Usia Remaja." *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 2021: 273-279.

Ertiana, Dwi, and Putri Suryani Wahyuningsih. "Asupan Makan dengan KEjadian KEK pada Remaja Putri SMAN 2 Pare Kabupaten Kediri." *Jurnal Gizi KH*, 2019: 102-109.

Fakhriyah, et al. "Edukasi Remaja Sadar Gizi untuk Pencegahan Kekurangan energi Kronik (KEK) dalam Menurunkan Kematian Ibu (AKI) di wilayah Lahan Baah." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 2021: 499-503.

Faridah, S.N, L Sitoayu, and R. Nuzrina. "Efektivitas Veggie-fruit Dart Game terhadap Konsumsi Sayur dan Buah pada Siswi SDN Duri Kepa 05 Pagi." *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 2019: 22-31.

Kesehatan, Kementerian. *Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013.

Paramata, Yeni, and Marselia Sandalayuk. "Kurang Energi Kronis pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kecamatan Limboto, Kabupaten Gorontalo." *Gorontalo Journal of Piblic HEIath*, 2019: 120-125.