

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan  
Skripsi, Agustus 2022  
Linda Munikasari  
060118A034

## **HUBUNGAN SARAPAN PAGI, ASUPAN ENERGI, ASUPAN PROTEIN DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI KRONIS PADA WUS USIA 15-49 TAHUN DESA TENING KECAMATAN WONOBOYO KABUPATEN TEMANGGUNG**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Kasus KEK di Desa Tening tahun 2021 bahwa 7 dari 10 WUS tidak pernah sarapan. 8 dari 10 WUS mengkonsumsi karbohidrat dan protein dengan kategori deficit. Oleh karena itu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan kebiasaan sarapan, asupan karbohidrat dan asupan protein dengan kejadian kurang energi kronis pada wanita usia subur di Desa Tening.

**Metode :** metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Observasi Analitik dengan Pendekatan Kuantitatif dengan menggunakan metode cross sectional. Jumlah sampel 18 responden (16 responden berisiko KEK dan 2 responden tidak berisiko KEK). Pengumpulan data primer menggunakan data yang diminta pada bidan Desa (Kader) dan data sekunder melalui wawancara pada responden.

**Hasil :** Hasil penelitian kebiasaan sarapan pagi dengan kejadian KEK menunjukkan sig 0,019 < 0,05. antara asupan energi dengan kejadian KEK pada WUS menunjukkan WUS yang berisiko KEK kategori asupan energi deficit yaitu (88,9%), sedangkan pada WUS tidak berisiko KEK mengkonsumsi energi dengan kategori normal yaitu (11,1%). menunjukkan sig 0,01 < 0,05. Antara asupan protein dengan WUS yang berisiko KEK dengan kategori asupan protein dengan kategori deficit yaitu (75%), WUS berisiko KEK mengkonsumsi protein dengan kategori normal yaitu (25%) dengan nilai sig 0,039 < 0,05.

**Simpulan dan Saran :** Variabel yang berhubungan dengan KEK pada WUS usia 15-49 tahun yaitu kebiasaan sarapan pagi, asupan energi dan asupan protein. Saran untuk Puskesmas Wonoboyo adalah melaksanakan posyandu remaja untuk memantau status gizi pada remaja,

**Kata Kunci :** KEK, WUS, kebiasaan sarapan pagi, asupan energi, asupan protein.

Ngudi Waluyo University  
Study Program of Nutrition, Faculty of Health  
Final Project, August 2022  
Linda Munikasari  
060118A034

**THE RELATIONSHIP BETWEEN BREAKFAST HABITS, CARBOHYDRATE INTAKE, AND PROTEIN INTAKE WITH THE INCIDENCE OF CHRONIC ENERGY DEFICIENCY IN FERTILE WOMAN AGED 19-49 YEARS IN TENING VILLAGE WONOBOYO TEMANGGUNG**

**ABSTRACT**

**Background:** The cases of chronic energy deficiency cases in Tening village in 2021 that 7 out of 10 fertile woman never had breakfast, and 8 out of 10 women consumed carbohydrates and protein in the deficit category. Therefore, a study was conducted to determine the relationship between breakfast habits, carbohydrate intake and protein intake with chronic energy deficiency in fertile women in Tening village.

**Method:** the research method used in this study is Analytical Observation research with a Quantitative Approach using the cross sectional method. The total sample was 18 respondents (16 respondents were at risk of chronic lack of energy and 2 respondents were not at risk of chronic lack of energy). Primary data collection uses data requested on Village Midwives (Kader) and secondary data through interviews with respondents.

**Results:** The results of the study of breakfast habits with the incidence of chronic lack of energy showed a sig of  $0.019 < 0.05$ . between energy intake and the incidence of chronic lack of energy in WUS showed fertile women who were at risk of lack of energy in the deficit energy intake category, namely (88.9%), while in fertile women there was no risk of chronic lack of energy consuming energy with the normal category of (11.1%). showed a sig of  $0.01 < 0.05$ . Between protein intake and WUS who are at risk of chronic lack of energy with the protein intake category with a deficit category of (75%), women of childbearing age are at risk of consuming protein with the normal category, namely (25%) with a sig value of  $0.039 < 0.05$ .  
**Conclusions and Suggestions:** Variables related to chronic lack of energy in fertile women 15-49 years are breakfast habits, energy intake and protein intake. The advice for the Wonoboyo Health Center is to carry out a youth posyandu to monitor nutritional status in adolescents,

**Keywords:** KEK, WUS, breakfast habits, energy intake, protein intake.