

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN PROTEIN DENGAN LINGKAR LENGAN ATAS (LILA) PADA REMAJA PUTRI DI SMA IPIEMS SURABAYA

Abstrak

Kebutuhan Energi dan protein pada remaja putri relatif besar, karena mereka masih mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Tingkat konsumsi energi dan protein yang defisit atau kurang pada remaja putri dalam kurun waktu tertentu dapat mempengaruhi Lingkar Lengan Atas (LILA) pada remaja putri dalam keadaan KEK (Kurang Energi Kronis) yang ditandai dengan LILA (Lingkar Lengan Atas) <23,5 cm. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi energi dan protein dengan LILA pada remaja putri di SMA IPIEMS Surabaya.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi energi dan protein dengan LILA pada remaja putri. Penelitian ini melibatkan 38 responden remaja putri kelas XI SMA IPIEMS Surabaya.

Sampel diambil dengan cara menggunakan teknik sample secara simple random sampling, dimana pengambilan sampel dilakukan secara acak terhadap remaja putri kelas XI SMA IPIEMS Surabaya.

Analisa data dengan menggunakan uji *Spearman Correlation* dan didapatkan signifikansi $p > 0,1$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan tingkat konsumsi energi dan protein dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) pada remaja putri di SMA IPIEMS Surabaya. Disarankan perlu mengadakan pemeriksaan pengukuran LILA secara rutin minimal 3 bulan sekali untuk memantau dan mencegah remaja putri agar tidak dalam kondisi beresiko KEK.

Kata Kunci : *Tingkat konsumsi Energi, Tingkat Konsumsi Protein, Lingkar Lengan Atas (LILA)*

THE CORRELATION BETWEEN ENERGY AND PROTEIN CONSUMPTION LEVEL AND MID-UPPER-ARM CIRCUMFERENCE (MUAC) OF YOUNG GIRLS AT SMA IPIEMS SURABAYA

Abstract

The energy and protein needs of young girls are relatively high, for they are still undergoing the growing progress. The deficit level of energy and protein consumption in young girl within certain period may affect the mid-upper-arm circumference (MUAC) in particular level called “lack of chronic energy”. This level is characterized by the size of mid-upper-arm circumference (MUAC) which is less than 23.5 cm. The aim of this study is to discover the correlation between energy and protein consumption level and forearm circumference of young girls at SMA IPIEMS Surabaya.

This study is analytical descriptive along with the cross sectional approach which is expected to discover the correlation between energy and protein consumption level and mid-upper-arm circumference (MUAC) of young girls. This study moreover involves 38 participants consisted of young girls in grade XI at SMA IPIEMS Surabaya.

Sample of this study is taken by applying sampling technique called simple random sampling in which the sampling process is randomly conducted toward young girls in Grade XI at SMA IPIEMS Surabaya.

The gained data in this study is analyzed by using *Spearman Correlation* test. The test results show the significance $p > 0,1$. Hence, it can be summarized that there is no correlation between energy and protein consumption level and mid-upper-arm circumference (MUAC) of young girls at SMA IPIEMS Surabaya. Furthermore, it is necessarily suggested to conduct the periodic measurement test related to the mid-upper-arm circumference (MUAC) e at least once in 3 months to monitor and prevent the “lack of chronic energy”.

Key terms: energy consumption level, protein consumption level, mid-upper-arm circumference (MUAC).