

## PENGARUH PENGGUNAAN APLIKASI SICARE TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG KURANG ENERGI KRONIS SERTA GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA PUTRI

Riris Chintya Helieniastuti<sup>1</sup>, Wiwin Lismidiati<sup>2</sup>, Elsi Dwi Hapsari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Magister Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan

<sup>2</sup>Departemen Keperawatan Anak dan Maternitas, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Tingginya prevalensi KEK yang dialami remaja putri dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai KEK pada remaja putri. Sehingga pemberian pendidikan kesehatan SICARE diharapkan meningkatkan pengetahuan mengenai KEK. Disisi lain pola makan juga berpengaruh terhadap tingginya prevalensi KEK sehingga pemberian pendidikan kesehatan SICARE diharapkan dapat merubah gambaran pola makan pada remaja putri.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh aplikasi SICARE terhadap pengetahuan dan mengetahui gambaran pola makan pada remaja putri.

**Metode:** Penelitian kuantitatif *quasi-experiment* dengan rancangan *nonequivalent (pretest-posttest) control group design* yang dilakukan pada 59 orang pada masing-masing kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Penelitian dilakukan di SMK Muhammadiyah Kalibawang dan MAN 3 Kulon Progo mulai dari tanggal November 2023 – Januari 2024. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan dan kuesioner FFQ (*Food frequency Questionnaire*). Intervensi pendidikan kesehatan dengan aplikasi SICARE diberikan selama 2 minggu. Analisa data yang digunakan yaitu *unpaired t-test*, *paired t-test*.

**Hasil:** Pemberian aplikasi SICARE dapat meningkatkan pengetahuan tentang KEK yang bermakna ( $12,68 \pm 2,35$  vs  $20,85 \pm 1,37$ ,  $p < 0,05$ ). Gambaran pola makan remaja putri selama dua minggu menunjukkan makanan pokok utama adalah nasi, protein hewani yang sering dikonsumsi adalah telur, sedangkan protein nabati berasal dari tempe dan tahu. Sayuran yang paling sering dikonsumsi adalah kangkung, dan buah yang sering dikonsumsi adalah pepaya.

**Kesimpulan:** Aplikasi SICARE bisa dimanfaatkan sebagai media pembelajaran kepada remaja putri terkait kurang energi kronis (KEK) dan memberikan informasi mengenai berbagai jenis makanan dan pola makan harian yang dapat membantu remaja putri membuat pilihan makanan yang lebih baik.

**Kata kunci:** Aplikasi smartphone, Kurang energi kronis, Pengetahuan, Pola makan, Remaja

## THE EFFECT OF USING SICARE APPLICATION TO KNOWLEDGE ABOUT CHRONIC ENERGY DEFICIENCY AND OVERVIEW OF DIETARY PATTERNS AMONG WOMEN ADOLECENT

Riris Chintya Helieniatuti<sup>1</sup>, Wiwin Lismidiati<sup>2</sup>, Elsi Dwi Hapsari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Master of Nursing, Faculty of Medicine, Public Health and Nursing

<sup>2</sup>Departement of Pediatric and Maternity Nursing, Faculty of Medicine, Public Health and  
Nursing

### ABSTRACT

**Background:** The high prevalence of CED experienced by young women can be caused by a lack of knowledge about CED among women adolescent. So providing SICARE health education is expected to increase knowledge about KEK. On the other hand, dietary patterns also influence the high prevalence of CED so that providing SICARE health education is expected to change the picture of dietary patterns among women adolescent.

**Objective:** To determine the effect of the SICARE application on knowledge and understanding of eating patterns in women adolescent.

**Method:** Quantitative quasi-experiment research with a nonequivalent (pretest-posttest) control group design was conducted on 59 people in each intervention group and control group. The research was carried out at SMK Muhammadiyah Kalibawang and MAN 3 Kulon Progo starting from November 2023 – January 2024. The measuring instruments used were a knowledge questionnaire and an FFQ (Food Frequency Questionnaire). Health education intervention with the SICARE application was provided for 2 weeks. The data analysis used is unpaired t-test, paired t-test.

**Results:** The provision of the SICARE application can increase knowledge about KEK significantly ( $12.68 \pm 2.35$  vs  $20.85 \pm 1.37$ ,  $p < 0.05$ ). An overview of the women adolescent diet for two weeks shows that the main staple food is rice, the animal protein that is often consumed is eggs, while the vegetable protein comes from tempeh and tofu. The most frequently consumed vegetable is kale, and the most frequently consumed fruit is papaya.

**Conclusion:** The SICARE application can be used as a learning medium for young women regarding chronic energy deficiency (CED) and provides information about various types of food and daily eating patterns that can help women adolescent make better food choices.

**Key words:** Adolescent, Chronic energy deficiency, Dietary patterns, Knowledge, Smartphone App