



Online ISSN [3090-6954](https://doi.org/10.63822/3kh9d702)

# JOURNAL OF LITERATURE REVIEW

Vol. 1, No. 1, Juni 2025

[doi.org/10.63822/3kh9d702](https://doi.org/10.63822/3kh9d702)

Hal. 76-90

Homepage <https://ojs.indopublishing.or.id/index.php/jlr>

## Kekurangan Energi Protein pada Balita Usia 1-3 Tahun: Literature Review

Susi Sari Yanti<sup>1</sup>, Gresi Krestina Gajah<sup>2</sup>, Marniati<sup>3\*</sup>  
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Teuku Umar<sup>1,2,3</sup>

\*Email:

[susisariy@gmail.com](mailto:susisariy@gmail.com); [gresigajah71@gmail.com](mailto:gresigajah71@gmail.com); [marniati@utu.ac.id](mailto:marniati@utu.ac.id)\*

Diterima: 17-06-2025 | Disetujui: 18-06-2025 | Diterbitkan: 21-06-2025

### ABSTRACT

*Protein energy deficiency Malnutrition is characterized by the simultaneous definition of energy and protein. This condition causes the body to lack the protein energy needed for growth, tissue maintenance, and normal body function. Symptoms of PEM vary depending on the severity, ranging from weight loss, stunted growth, to swelling and increased susceptibility to infection. This article aims to restore Nutritional Status, improve growth and development, and reduce morbidity and mortality associated with the condition. Data were collected through observation sheets containing notes related to protein intake and toddler health conditions. The impact of protein energy deficiency has a significant impact on health, especially on growth and development, the immune system, and organ function.*

*Keywords: Malnutrition, Stunted Growth.*

### ABSTRAK

Kekurangan energi protein kondisi Gizi Buruk ditandai dengan definisi energi dan protein secara simultan. kondisi ini menyebabkan tubuh kekurangan energi protein yang dibutuhkan untuk pertumbuhan pemeliharaan jaringan, dan fungsi tubuh normal. gejala KEP bervariasi tergantung tingkat keparahannya, mulai dari penurunan berat badan, pertumbuhan terhambat, hingga pembengkakan dan peningkatan kerentanan terhadap infeksi. Artikel ini bertujuan untuk memulihkan Status Gizi, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan tersebut. Data dikumpulkan melalui lembar observasi yang berisi catatan terkait asupan protein dan kondisi kesehatan balita. Dampak kekurangan energi protein menimbulkan dampak signifikan terhadap kesehatan, terutama pada pertumbuhan dan perkembangan, sistem imun, dan fungsi organ.

Kata kunci: Gizi Buruk, Pertumbuhan Terhambat.

### Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Susi Sari Yanti, Gresi Krestina Gajah, & Marniati. (2025). Kekurangan Energi Protein pada Balita Usia 1-3 Tahun: Literature Review. *Journal of Literature Review*, 1(1), 76-90. <https://doi.org/10.63822/3kh9d702>

## PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Protein ditandai dengan definisi simultan energi dan protein, yang merupakan komponen esensial. Jika seseorang kekurangan energi atau gizi mereka dapat memperburuk seiring berjalannya waktu. Ketika tubuh tidak mendapatkan nutrisi yang dibutuhkannya dari makanan, ia mengalami kekurangan energi dan protein, yang dikenal sebagai KEP. Malnutrisi adalah kondisi yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi (Ardiansyah, 2023).

KEP adalah penyakit yang paling umum dan merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada anak usia dibawah lima tahun. Di Indonesia, 4,5% dari 22 juta balita, atau 900 ribu balita, mengalami gizi buruk, yang menyebabkan lebih dari 80% kematian (DEPKESRI, 2016). di Indonesia tercatat 4,5% dari 22 juta balita atau 900 ribu balita mengalami gizi kurang dan gizi buruk dan mengakibatkan lebih dari 80% kematian anak (Kemenkes RI, 2018). menurut kemenkes RI, klarifikasi KEP didasarkan pada indeks berat badan menurut umur (BB/TB), Tinggi badan menurut umur (TB/U) berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) Dan indeks masa tubuh berdasarkan umur (IMT/U).

Anak-anak yang kekurangan gizi memiliki pertahanan tubuh yang lemah, yang membuat mereka lebih rentan terhadap infeksi. Penyakit infeksi terkait dengan kekurangan nutrisi, sehingga kondisi gizi anak akan memburuk jika mereka menderita penyakit infeksi. KEP umumnya ditemukan di masyarakat sosial ekonomi rendah. Kwashiorkor terjadi pada anak di bawah lima tahun karena kekurangan protein murni stadium berat. Kekurangan protein sering ditemukan secara bersamaan dengan kekurangan energi yang menyebabkan kondisi yang dinamakan Marasmus. Sindroma gabungan antara dua jenis kekurangan ini dinamakan Energi Protein Malnutrition/EPM atau Kurang Energi Protein/KEP atau Kurang Kalori Protein/KKP. Sindroma ini merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia.

Gizi yang buruk pada anak balita dapat terjadi karena Salah satu adalah makanan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal. Selain itu, penyakit terutama penyakit infeksi juga berperan besar dalam menyebabkan gizi buruk. Anak yang mendapatkan makanan yang baik dan cukup, namun sering mengalami diare atau demam, pada akhirnya tetap berisiko mengalami kurang gizi karena gangguan kesehatan tersebut. Penyakit infeksi dapat mengganggu penyerapan nutrisi dalam tubuh anak sehingga asupan tidak maksimal. Di sisi lain, anak yang kebutuhan pangannya tidak terpenuhi akan mengalami penurunan daya tahan tubuh. Penurunan imunitas ini membuat anak lebih mudah terserang berbagai infeksi yang berulang. Infeksi yang sering terjadi akan mengurangi nafsu makan anak, sehingga konsumsi makanan menurun. Dengan demikian, siklus antara kurang gizi dan penyakit infeksi saling memperburuk kondisi kesehatan anak.

## METODE PENELITIAN

Dari penelitian artikel ini menggunakan metode tinjauan pustaka atau literature Riview, dengan merangkum sumber-sumber dari artikel-artikel dari penelitian terdahulu yang telah di publikasikan mengenai topik kekurangan energi protein pada balita dengan dasar yang belum lengkap Tanpa mengikuti prosedur yang ketat. Hal ini deskriptif dan memberikan gambaran umum tentang topik. Penelitian ini menggunakan pencarian artikel melalui yang dapat di akses yaitu google scholar dengan menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan topik (kekurangan energi protein, Asupan makanan, Aktifitas Fisik, faktor

resiko, status gizi) . Tujuan penelitian ini tentunya supaya bisa mengetahui pengaruh kekurangan energi protein pada balita dengan dasar lengkap.studi ini menggunakan 30 artikel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang ditemukan dalam 30 artikel dari jurnal internasional dan nasional yang telah ditelaah menunjukkan variasi metode penelitian yang digunakan. Selain itu, enam artikel menggunakan metode survei analitik tanpa pendekatan khusus yang disebutkan.Dua artikel menggunakan metode deskriptif untuk menggambarkan fenomena yang diteliti secara rinci. Selanjutnya, tiga artikel menggunakan metode kuantitatif yang mengandalkan data numerik dan analisis statistik. Satu artikel menggunakan metode eksperimental yang bertujuan untuk menguji hubungan sebab-akibat secara langsung. Ada juga satu artikel yang menggunakan metode case control, yang membandingkan kelompok dengan kondisi tertentu dan kelompok control. Terakhir, tujuh artikel menggunakan metode kualitatif.

**Tabel 1 Literatur 30 Jurnal dari Tahun2016-2025**

No	Nama Artikel	Nama & Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Lokasi Penelitian	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Jurnal kesehatan masyarakat	Ananda Putri Fadlillah , Novera Herdiani	ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA	Literature riview	Indonesia	Menetapkan hubungan antara asupan energi dan protein dengan status gizi pada balita.	Asupan energi dan protein yang cukup mendukung pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan gizi balita. Penelitian menyarankan tenaga kesehatan memberikan edukasi kepada orang tua balita tentang pentingnya asupan zat gizi dan status gizi
2.	Jurnal Ilmiah Kesehatan sehatan Sandi Husada	Dieni Septiani , Yaktiworo Indriani , Reni juraida	Tingkat konsumsi Energi dan Protein dengan status pada Gizi Balita	Cross sectional	Di TK Bintang Ceria Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.	Tujuan Penelitian ini Mengetahui Hubungan Tingkat	Hasil penelitian sebagian besar balita memiliki konsumsi energi dan protein yang baik dan status gizi normal.
3	Jurnal kesehatan masyarakat	Hana Listya Pratiwi1, Vilda Ana Veria	HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI ANAK 1-5 TAHUN DI	Cross sectinal	Posyandu Lestari IV Desa Kalipucang wetan Kecamatan	Untuk mengetahui hubungan antara asupan energi dan protein	Hasil analisis deskriptif jumlah subjek laki-laki dengan status gizi normal sebanyak 23 subjek

			POSYANDU LESTARI IV DESA KALIPUCANGWETA N		Welahan Kabupaten Jepara.	dengan status gizi balita di lokasi penelitian.	(48.9%), dan jumlah subjek perempuan dengan status gizi kurang sebanyak 21 subjek (46.7%).
4.	Jurnal kesehatan Masyarakat	Andriyani Pratiwi	Efek Infusa Daun Mangifera Foetida Terhadap kadar Albumin dan Total dan Total Protein Serum Tikus Dengan Kekurangan Energi Protein	Penelitian Eksperim ental	Penelitian di lakukan di Universitas Tanjungpur a, Pontiana , Kalimantan Barat, Indonesia.	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek infusa daun Mangifera foetida terhadap kadar albumin dan total protein serum pada tikus yang mengalami kekurangan energi protein (KEP).	Hasil penelitian menunjukkan adanya tren peningkatan kadar albumin dan total protein serum pada tikus yang diberi infusa daun Mangifera foetida, terutama pada dosis 40 mg/kg BB..
5.	Jurnal Kesehatan Masyarakat	Agung Fred, Faujiyah	Menganalisis Efek Kekurangan Energi Protein (Protein Energy Malnutrition/PEM) pada anak-anak usia 7- 24 bulan yang menderita diare akut.	Case control	Penelitian dilakukan di Ibrahim Adjie Community Health Center, Bandung.	Menganalisis efek Kekurangan Energi Protein (Protein Energy Malnutrition/ PEM) pada anak-anak usia 7-24 bulan yang menderita diare akut.	Analisis multivariabel menunjukkan bahwa PEM adalah faktor risiko utama yang berkontribusi pada diare akut, dengan risiko insiden 4,2 kali lebih tinggi pada anak-anak dengan status gizi stunting dibandingkan dengan anak-anak dengan status gizi normal.
6.	Jurnal kesehatan masyarakat	Indri I. Angel, Maureen	HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI ANAK BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KOMBOS KOTA MANADO	Cross sectional	Puskesmas Kombos Kota Manado.	Untuk mengetahui hubungan antara asupan energi dan protein dengan status gizi anak balita di wilayah kerja Puskesmas Kombos Kota Manado.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara asupan energi dengan status gizi balita berdasarkan BB/U (p=0,001).

7.	Jurnal kesehatan masyarakat	Ayu Punarsih	Determinan Asupan Energi Dan Protein Pada Balita Di Wilayah Indonesia Timur Dan Barat Tahun 2010 (Analisis Data Sekunder Riskesdas 2010)	Kuantitatif	Wilayah Indonesia Timur dan Barat	Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi asupan energi dan protein pada balita di Indonesia Timur dan Barat pada tahun 2010, dengan memanfaatkan data sekunder dari Riskesdas 2010.	Hasil penelitian menunjukkan balita yang memiliki asupan energi dan protein kurang dari kebutuhan minimal sebanyak 62,86% balita di wilayah Indonesia Timur dan 37,50% .
8.	Jurnal kesehatan dokter Gigi	ANDI FITRIA RAMADHANI	PENURUNAN PH DAN LAJU ALIRAN SALIVA AKIBAT MALNUTRISI ENERGI PROTEIN	Literatur review		literature review ini bertujuan untuk melihat hubungan antara malnutrisi energi protein terhadap penurunan ph dan laju aliran saliva	Hasil penelitiaintinjauan literature ini, didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan ph dan laju aliran saliva pada individu yang mengalami malnutrisi energi protein.
9.	Jurnal Kesehatan Masyarakat	Sulistyaningsih	HUBUNGAN KURANG ENERGI PROTEIN DENGAN PERKEMBANGAN ANAK BALITA DI DESA BOWONGSO KECAMATAN KALIKAJAR KABUPATEN WONOSOBO TAHUN 2012	Survei Analitik	Desa Bowogso	Diketahuinya hubungan kekurangan energi protein dengan perkembangan balita di desa Bowongso.	Hasil uji statistic Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan antara Kurang Energi Protein dengan Perkembangan balita, dengan harga P <0,05 dan asimetri signifikan sebesar 0,015.
10.	Faktor Risiko Malnutrisi Energi Protein pada Anak	Wijayanto, S. (2023).	Analisis Faktor Risiko Malnutrisi Energi Protein	Systematic Review (PRISMA)	Indonesia	Mengidentifikasi faktor risiko malnutrisi energi protein pada anak	Faktor sosioekonomi, infeksi penyakit, dan konsumsi diet rendah protein merupakan

							faktor risiko utama
1 1.	Prevalen Rasio Tingkat Konsumsi Energi dan Protein terhadap Status Gizi Balita	Diniyyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017).	Prevalen Rasio Konsumsi Energi dan Protein terhadap Status Gizi	Cross-sectional	Palembang	Menganalisis hubungan konsumsi energi dan protein dengan status gizi balita	RP konsumsi energi terhadap status gizi >1; konsumsi protein kurang meningkatkan risiko gizi kurang
1 2	Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi pada Balita	Putri Fadlillah, A., & Herdiani, N. (2020).	Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Balita	Literature Review	Indonesia	Meninjau hubungan asupan energi dan protein dengan status gizi balita	Asupan energi dan protein yang cukup dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan serta kesehatan gizi balita
1 3	Analisis Dampak Kecukupan Protein terhadap Risiko Stunting	Adani, FY, Nindya, TS 2017	Dampak Kecukupan Protein terhadap Risiko Stunting	Cross-sectional	Indonesia	Menganalisis dampak kecukupan protein terhadap risiko stunting pada anak	Asupan energi dan protein yang rendah secara terus-menerus meningkatkan risiko kekurangan berat badan atau malnutrisi sebesar 1,8 kali lipat
1 4	Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Wasting pada Balita	Soedarsono, A. M., & Sumarmi, S. (2021).	Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Wasting pada Balita	Observasional	Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo Surabaya.	Mengetahui hubungan asupan protein dengan kejadian wasting pada balita.	Asupan protein yang tidak mencukupi dapat menyebabkan wasting pada balita.
1 5	Hubungan Konsumsi Ikan dengan Kejadian Kurang Energi Protein pada Balita Usia 1-3 Tahun di Desa Petatal	Ika Lestari Sitorus, Ririn Anggriani Sitorus, & Mahyunidar. (2024).	Konsumsi Ikan dan Kejadian KEP pada Balita	Cross-sectional	DI DESA PETATAL KECAMATAN DATUK TANAH DATAR KABUPATEN BATU BARA	Mengetahui pengaruh konsumsi ikan terhadap KEP pada balita.	Konsumsi ikan rendah berpengaruh signifikan terhadap KEP.
1 6	Analisis Asupan Protein dan Energi pada Balita Undernutrition	Aliyah, A. I. N., Kurniati, I. D., Anggraheny, H. D., Prihandani	Asupan Energi & Protein Balita Undernutrisi	Observasional Deskriptif	di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmudu.	Menilai kecukupan asupan energi dan protein pada balita gizi kurang	Balita mengalami defisit energi dan protein <70% AKG.

		, O. R., & Riani, R. I. (2023),					
17	Jurnal kedokteran Brawijaya	Fifi Luthfiyah, Eddy Widjajanto	Serbuk Daun Kelor Memulihkan Kondisi Fisik Gizi Buruk pada Tikus Model Kurang Energi Protein	Studi Eksperimental	Penelitian dilakukan di Laboratorium Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.	Untuk membuktikan dampak serbuk daun kelor lokal NTB terhadap perbaikan kondisi fisik tikus model kurang energi protein (KEP).	Pemberian diet rendah protein pada tikus berhasil menciptakan model tikus KEP. Pemberian serbuk daun kelor mampu meningkatkan kondisi fisik tikus model KEP hingga mendekati kondisi normal.
18	MALAHAYATI HEALTH STUDENT JOURNAL	Nining Fitriyaningsih, Tisna Yanti	HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI PROTEIN PADA ANAK USIA 2-5 TAHUN DI DESA SITUDAUN KABUPATEN BOGOR	Cross sectional	Desa Situdaun, Kecamatan Tajurhalang, Kabupaten Bogor.	Penelitian ini bertujuan untuk memahami sejauh mana pengetahuan ibu mengenai gizi balita serta hubungannya dengan kejadian kurangnya asupan energi dan protein pada anak-anak berusia 24 hingga 60 bulan di Desa Situdaun.	Ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi dan kejadian kekurangan energi protein pada anak-anak berusia 2 hingga 5 tahun di Desa Situdaun, Kabupaten Bogor.
19	Jurnal care	Nurwijayanti	KETERKAITAN KEKURANGAN ENERGI PROTEIN (KEP) DENGAN KEJADIAN INFEKSI SALURAN PERNAFASAN AKUT (ISPA) PADA BALITA USIA (1-5 TAHUN)	Cross sectional	di Puskesmas Blabak Kecamatan Kandat Kabupaten Kediri	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara Kurang Energi Protein (KEP) dengan	Hasil uji statistik disimpulkan ada hubungan antara KEP dengan kejadian ISPA pada balita usia 1-5 tahun.

						kejadian ISPA pada balita usia 1-5 tahun di Puskesmas Blabak Kecamatan Kandat Kabupaten Kediri	
20	Jurnal kesehatan teknologi, Dan sains	Roslinawati	PENGARUH KONSELING GIZI TERHADAP PENINGKATAN STATUSGIZI BALITA PENDERITA KEP (Kurang Energi Protein) YANG MENDAPATKAN PMT	Experiment control	Di puskesmas blang mangat	Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap peningkatan status gizi balita KEP berdasarkan pengetahuan dan sikap ibu terhadap cara untuk meningkatkan berat badan balita 2-5 tahun	Hasil penelitian Sebanyak 85% subjek tidak mendapatkan ASI. Pendidikan responden 60% adalah SMA, dan pendapatan rumah tangga responden 60% $\geq$ UMR Provinsi Aceh.
21	Jurnal kesehatan komunitas Indonesia	Diah Rohmania, Nurlina, 2019	HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN, RIWAYAT PENYAKIT INFEKSI DAN PICKY EATING DENGAN KEJADIAN STUNTING DI KECAMATAN CISAYONG KABUPATEN TASIKMALAYA	Cross sectional	Kecamatan cisayong, kabupaten Tasikmalaya	Untuk mengetahui hubungan asupan energi dan protein, riwayat penyakit infeksi dan picky eating dengan kejadian stunting di Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.	Hasil Penelitian enelitian, Terdapat hubungan antara, Asupan energi dengan kejadian stunting (p-value = 0,000 dan OR = 9,892). Asupan protein dengan kejadian stunting (p-value = 0,000 dan OR = 4,372).
22	Jurnal penelitian kedokteran dan kesehatan	Stephen Wijayanto	FAKTOR RESIKO MALNUTRISI ENERGI PROTEIN PADA ANAK	Studi analitik menggunakan meta-analisis dengan metode prisma		Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor lingkungan penyebab terbanyak malnutrisi energi protein pada balita.	Hasil penelitian disimpulkan bahwa factor resiko penyebab terbanyak malnutrisi energi protein pada balita adalah factor sosioekonomi.

2 3	Jurnal publik health	Annisa , Ambia Nurdi	Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Pada Balita Dan Gizi Ibu Menyusui	Metode mixed methods		Untuk mengetahui asupan energi dan protein pada balita dan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi ibu menyusui.	Abstrak menunjukkan bahwa masalah status gizi balita masih menjadi perhatian dunia, sekitar 45% kematian balita dikarenakan gizi kurang.
2 4	Journal Student Malahayati Health	Nining Fitriyaningsih, Tisna Yanti	HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN KEJADIAN KURANG ENERGI PROTEIN PADA ANAK USIA 2-5 TAHUN	Observasi	Posyandu melati II desa situdaun Tenjolaya kabupaten Bogor	Untuk memahami pengetahuan ibu mengenai gizi balita, serta faktor-faktor yang mendukung perbaikan gizi dan hubungannya dengan kondisi kurangnya asupan energi dan protein pada anak usia 24 hingga 60 bulan di Posyandu Melati II, Kampung Pasir Ipis, Desa Situdaun, Kecamatan Tenjolaya, Kabupaten Bogor.	Dari 79 responden yang diteliti, terungkap bahwa sebagian besar ibu, yaitu sebanyak 40 orang (50,6%), memiliki tingkat pengetahuan yang baik.
2 5	Status imunisasi pada balita	Devinta Ariyanti Putri, Sri Hartini, Akhmadi (2008)	Status Imunisasi Pada Balita Kurang Energi Protein Di Kecamatan Wirobrajan Kota Yogyakarta Daerah Istimewa Yogyakarta	Case control	Kecamatan Wirobrajan, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.	Untuk mengetahui apakah status imunisasi yang tidak lengkap merupakan faktor risiko terjadinya kekurangan energi protein (KEP) pada balita di Kecamatan	Penelitian menemukan bahwa 45,7% balita dengan KEP memiliki status imunisasi yang tidak lengkap, sedangkan 54,7% memiliki status imunisasi lengkap.

						Wirobrajan, Yogyakarta.	
2 6	JURNAL PENELITI AN KEDOKTE RAN DAN KESEHAT AN	Iras Pratiwi, Darma Aryani	GAMBARAN FAKTOR RISIKO KEJADIAN GIZI BURUK PADA BALITA DI PUSKESMAS KAMONJI DAN PUSKESMAS TIPO PALU	Deskriptif	Puskesmas tipo palu	Penelitian bertujuan untuk mengetahui gizi buruk di Puskesmas Kamonji dan Puskesmas Tipo Palu tahun 2018.	Penelitian ini menemukan bahwa dari 7 anak balita yang mengalami gizi buruk di wilayah kerja Puskesmas Kamonji dan Puskesmas Tipo Palu pada tahun 2018, terdapat beberapa faktor risiko yang signifikan. Sebanyak 85,7% berasal dari keluarga dengan status ekonomi rendah, dan 85,7% lainnya memiliki ibu dengan tingkat pendidikan yang rendah. Semua anak tersebut menunjukkan pola makan yang tidak baik, disertai dengan penyakit infeksi, dan mayoritas, yaitu 85,7%, tidak mendapatkan ASI eksklusif.
2 7	Jurnal Obstetika Scientia	Ami tansyah rohaeti	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gizi Pengetahuan Pada Ibu Balita Gizi Buruk	Metode deskriptif	Poltekkes Kemenkes Medan	Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang Gizi pada ibu Balita Gizi Buruk	hasil penelitian dari sampel yang diambil dari seluruh populasi yaitu 70 orang ibu yang mempunyai anak balita gizi di peroleh sebagian besar pengetahuan tentang Gizi rendah sebanyak 42 (60%) dan yang pengetahuan tinggi 28 (40%).
2 8	Jurnal kesehatan masyarakat	Atikah Rahayu, Fahrini yulidadari	FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PENDEK PADA	Cross sectional	Puskesmas karias	Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi	Hasil penelitian menunjukkan menunjukkan tinggi badan ayah ( $p=0,873$ ) dan

			ANAK USIA 6-24 BULAN			kekurangan energi protein dilakukan pada tahun 2022	tinggi badan ibu (p=0,123).
29	Jurnal ilmiah kesehatan	Sayyida Naila Hayfa syach	Masalah gizi kekurangan energi protein dan status gizi pada remaja	Kualitatif	Sultan Ageng	penelitian ini bertujuan adalah untuk menentukan masalah gizi, khususnya Kekurangan Energi Protein (KEP), dan status gizi pada remaja vegetarian.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan vegetarian dapat memberikan lebih banyak serat, vitamin C, dan antioksidan daripada pola makan non-vegetarian.
30.	Jurnal STIKES MITRA	Idcha Kusma ristanti	HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN, KABUPATEN TUBAN	Cross sectional	Pondok pesantren	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara asupan protein dengan status gizi pada remaja putri	Hasil uji spearman correlation menunjukkan nilai n nilai p-Value = 0,000 untuk hubungan antara asupan protein.

Berdasarkan Literatur dari Beberapa jurnal Tersebut di ketahui Kekurangan Energi Protein pada Balita. Artikel ini menunjukkan bahwa KEP bukan disebabkan oleh satu faktor tunggal, melainkan oleh interaksi berbagai faktor risiko. Faktor-faktor tersebut dapat dikelompokkan menjadi faktor langsung (asupan makanan yang tidak cukup, infeksi) dan faktor tidak langsung (kemiskinan, pengetahuan gizi ibu, sanitasi). Interaksi kompleks antara faktor-faktor ini perlu dipertimbangkan dalam strategi pencegahan dan penanggulangan KEP.

Penggunaan berbagai metode penelitian (kuantitatif, kualitatif, deskriptif, dll.) menunjukkan kompleksitas masalah KEP dan perlunya pendekatan multidisiplin Beberapa penelitian fokus pada aspek kuantitatif seperti mengukur asupan nutrisi dan status gizi, sementara yang lain menekankan pada aspek kualitatif seperti memahami pengetahuan dan praktik gizi ibu.

Meskipun terdapat keragaman metode dan lokasi penelitian, beberapa faktor risiko KEP muncul secara konsisten di berbagai jurnal. Asupan energi dan protein yang tidak cukup merupakan faktor risiko utama, seringkali dikaitkan dengan rendahnya pendapatan keluarga dan kurangnya akses terhadap makanan bergizi. Infeksi berulang juga merupakan faktor risiko penting karena mengganggu penyerapan nutrisi dan memperburuk kondisi anak.

## KESIMPULAN

KEP merupakan masalah gizi serius pada balita yang dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko yang saling terkait. Intervensi yang komprehensif dan terintegrasi, yang melibatkan perbaikan gizi, pengobatan infeksi, dan edukasi gizi, sangat penting untuk pencegahan dan penanganan KEP guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita yang optimal. Penelitian lebih lanjut masih diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko lain yang mungkin belum terungkap.

## SARAN

Peningkatan Akses terhadap Makanan Bergizi, Pemerintah dan lembaga terkait perlu meningkatkan akses dan ketersediaan makanan bergizi bagi seluruh lapisan masyarakat, terutama di daerah miskin dan terpencil. Program bantuan pangan yang tepat sasaran dan berkelanjutan sangat diperlukan. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Gizi, Kampanye edukasi gizi secara masif dan berkelanjutan perlu dilakukan kepada ibu hamil dan ibu menyusui, serta masyarakat umum. Edukasi harus mudah dipahami dan disesuaikan dengan konteks budaya setempat. Penting untuk memberikan pelatihan dan penyuluhan kepada kader kesehatan dan petugas kesehatan di tingkat komunikasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adani, FY, Nindya, TS 2020. Perbedaan asupan energi, protein, zink, dan perkembangan pada balita stunting dan non stunting. *Nutrisi Amerta*. 1(2): 46-51.
- Ade. 2002. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kekurangan energy dan protein (KEP) pada balita umur 7-36 bulan di wilayah Indonesia Timur dan Jawa Barat
- Adriani Merryana dan Bambang Wirjatmadi. 2024. *Gizi dan Kesehatan Balita*. Jakarta: Kencana.
- Aritonang, I. & Priharsiwi, E. (2025). Status Bekerja Ibu Kaitannya dengan Pola Asuh Makan, Tingkat Kecukupan Energi Protein dan Status Gizi Anak Usia 0-59 Bulan di Perumahan Nogotirto Yogyakarta, Dalam : *Proseding Temu Ilmiah, Kongres XIII Persagi dan Festival Gizi*, 20-24 November 2005. Dewan Pimpinan Pusat PERSAGI : Bali. pp. 284-288
- Agustina, R., Mandala, Z., & Liyola, R. Marniati (2020). Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada Kadar Ferritin dengan Status Gizi Pasien Thalassemia  $\beta$  Mayor Anak di RSAM Bandar Lampung Pendahuluan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 219–224.
- Azmi, U. dan Mundiastuti. L (2018). Konsumsi Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Kabupaten Bangkalan. *Amerta Nutrition Journal*, 2(3): 292-298
- Anggraini, Lusiana, Wiryatun, Susetyowati. 2025 Asupan Gizi dan Status Gizi Vegetarian pada Komunitas Vegetarian di Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Diakses dari <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/22986>
- Afifah, L. (2019). Hubungan Pendapatan, Tingkat Asupan Energi dan Karbohidrat dengan Status Gizi Balita Usia 2-5 Tahun di Daerah Kantong Kemiskinan. *Amerta Nutrition*, 3(3), 183-188.
- Baculu, E. H., Juffrie, M., & Helmyati, S. (2015). Faktor Risiko Gizi Buruk Pada Balita Di Kabupaten Donggala Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 3(1): 51-59

- Friscila, I., Noorhasanah, S., Hidayah, N., Sari, S. P., Nabila, S., Fitriani, A., Fonna, L., & Dashilva, N. A. (2022). Education Preparation for Exclusive Breast Milk at Sungai Andai Integrated Services Post. *Ocs.Unism.Ac.Id*, 1, 119–127.
- Diniyyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017). Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Suci, Gresik. *Amerta Nutrition*, 1(4): 341-350.
- Depkes. RI. (2000). Pedoman Talalaksana Kurang Energi Protein pada Anak di Puskesmas dan di Rumah Tangga. Jakarta : Depkes RI.
- Fadliana, N., Mulyani, I., & Marniati, M. (2022). Hubungan Antara Pola Makan Seimbang Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Arongan Kab Aceh Barat. *Jurnal Pembelajaran Dan Sains (JPS)*, 1(3).
- Makfirah, D., Mulyani, I., Khairunnas, K., Muhsin, S. W., & Marniati, M. (2024). Pengaruh Usia Penyapihan dan Pengetahuan Ibu terhadap Status Gizi Anak di Puskesmas Johan Pahlawan. *Polyscopia*, 1(4), 207-213.
- Harahap, L. A. H., Rahma, C., Faradhiba, M., Siregar, S. F. M., Wardhani, E. F. K., Saputra, F. F., ... & Putri, S. E. (2023). PENYULUHAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN DAN PENINGKATAN KOMPETISI DASAR KADER POSYANDU DALAM PENGUKURAN ANTROPOMETRI DI DESA KUTA PADANG KABUPATEN ACEH BARAT. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan*, 5(2), 205-208.
- Husna, I., Rahmawati, R., Salwana, S., Nurbaiti, N., Fazriah, D., Bancin, R. B., & Marniati, M. (2024). INTERVENSI HOLISTIK UNTUK PENANGANAN STUNTING: ASUPAN GIZI, IMUNISASI, PHBS, DAN SANITASI DASAR DI WILAYAH GAMPONG PADANG RUBEK, KABUPATEN NAGAN RAYA. *JAM: JURNAL ABDI MASYARAKAT*, 5(2), 387-397.
- Marniati, M., Putri, E. S., Sriwahyuni, S., Khairunnas, K., & Duana, M. (2020). Knowledge study, income level and socio-culture of the nutritional status of toddler. *Journal of Nutrition Science*, 1(2), 65-71.
- Salvia, D., Rahma, C., Mulyani, I., & Marniati, M. (2024). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ibu dalam Memberikan Makanan Tambahan bagi Balita di Desa Rundeng. *Polyscopia*, 1(4), 248-253.
- Anggraini, Lusiana, Wiryatun, Susetyowati. 2015. Asupan Gizi dan Status Gizi Vegetarian pada Komunitas Vegetarian di Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Diakses dari <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/22986>
- Putri Fadlillah, A & Herdiani, N (2020). ASUPAN ENERGI DAN PROTEIN DENGAN STATUS GIZI PADA BALITA.
- Hapsari Sulistya K dan Sunarto, *JURNAL GIZI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG* April 2013, Volume 2, Nomor 1. Hubungan Tingkat Asupan Energi dan Protein dengan Kejadian Gizi Kurang Anak Usia 2-5 Tahun. *PROSIDING KONFERENSI NASIONAL UMMAH*, 1 (1).
- Handono, N., P., 2010, Hubungan Tingkat Pengetahuan Pada Nutrisi, Pola Makan, dan Energi Tingkat Konsumsi Status Gizi Anak Usia Lima Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Selogiri, Wonogiri. *Jurnal Keperawatan*; 1 (1), 1-7.
- Radiah (2005). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita dengan Kejadian Kekurang Energi Protein pada balita Usia 0-5 Tahun di Puskesmas desa bowongso

- Rahmawati, W. F. (2021). Hubungan Pemberian Makan Bayi dan Anak dengan Kejadian Balita Stunting Usia 6-23 Bulan di Jakarta Timur. Skripsi. Depok: Universitas Indonesia.
- Determinan Asupan Energi dan Protein pada Balita di Wilayah Indonesia Timur dan Barat Tahun 2010 (Analisis Data Sekunder Riskesdas 2010)
- Rahayu A dan Khairiyati L. 2020. Risiko Pendidikan Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Anak 6-23 bulan. *Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan*. 37 (2): 129-136.
- Soedarsono, A. M., & Sumarmi, S. (2021). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Wasting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 10(2), 237
- Sulistya, H., Sunarto. Hubungan Tingkat Asupan Energi dan Protein dengan Kejadian Gizi Kurang Anak Usia 2-5 Tahun. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*.
- Soekirman dan Jahari A. Penyimpangan Positif Masalah KEP di DKI Jakarta, Pedesaan Bogor Jawa Barat dan Lombok Timur NTB. Jakarta: LIPI-UNICEF; 2000
- Marinda Adi Aryanti (2020) Hubungan antara pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu, dan pola makan dengan status gizi Balita di wilayah kerja Puskesmas Sidoharjo Kabupaten Sragen. Skripsi, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolaraan, Universitas Negeri Semarang
- Wijayanto, S. (2023). FAKTOR RESIKO MALNUTRISI ENERGI PROTEIN PADA ANAK. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 5 (3), 103-111.
- Muchlis, N. 2020. Hubungan Asupan Energi dan Protein Dengan Status Gizi Balita Di Kelurahan Tamamaung.
- Nining Fitrianiingsih (2020). Pedoman Deteksi Tumbuh Kembang Balita. Jakarta: Direktorat jendral Pembinaan Kesehatan masyarakat Direktorat Bina Kesehatan masyarakat.
- Marinda Adi Aryanti (2010) Hubungan antara pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu, dan pola makan dengan status gizi Balita di wilayah kerja Puskesmas Sidoharjo Kabupaten Sragen. Skripsi, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolaraan, Universitas Negeri Semarang
- Marniati, M. (2017, November). Identifikasi Sosial Budaya Ibu terhadap Pencegahan Diare pada Balita. In *Prosiding SEMDI-UNAYA (Seminar Nasional Multi Disiplin Ilmu UNAYA)* (Vol. 1, No. 1, pp. 146-154).
- Salvia, D., Rahma, C., Mulyani, I., & Marniati, M. (2024). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ibu dalam Memberikan Makanan Tambahan bagi Balita di Desa Rundeng. *Polyscopia*, 1(4), 248-253.
- Kaloko, I., Marniati, M., & Mulyani, I. (2022). Study of the relationship between parenting patterns and family income with stunting incidence in children aged 2-5 years. *Morfai Journal*, 2(1), 181-188.
- Wijayanto, S. (2023). FAKTOR RESIKO MALNUTRISI ENERGI PROTEIN PADA ANAK. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 5(3), 103-111. <https://doi.org/10.31970/ma.v5i3.127>
- Pramono & Muzakkiroh. (2021). Pola Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah dan Faktor yang Memengaruhinya di Indonesia 2010,
- Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, Group P. Reprint—preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *Phys Ther*. 2009;89(9):873–80
- Munthofiah S., 2021 Hubungan Antara Pengetahuan , Sikap dan prilaku ibu Dengan Status Gizi Anak Balita. Universitas sebelas Mare

