

**HUBUNGAN INTAKE ZAT GIZI MAKRO (ENERGI, KARBOHIDRAT, PROTEIN
DAN LEMAK) DENGAN STATUS GIZI REMAJA DI SMA N 1 KARANGGEDE
PADA MASA PANDEMI COVID 19**

**LULUK SAIQUL BAHYAH-25000118120021
2022-SKRIPSI**

Asupan zat gizi makro sangat penting bagi kesehatan terutama remaja pada saat pandemi COVID-19. Apabila konsumsi gizi tidak optimal dapat menimbulkan masalah gizi pada remaja.. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan intake zat gizi makro dengan status gizi remaja di SMA N 1 Karanggede pada masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Subjek diambil dengan *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi sejumlah 57 remaja. Jenis data yang digunakan adalah data primer yang berasal dari kuesioner, wawancara dan pengukuran antropometri. Uji statistik yang digunakan yaitu *Pearson* untuk asupan energi dan lemak, serta *Rank-Spearman* untuk asupan protein dan karbohidrat. Hasil dari penelitian ini sebanyak 93% remaja memiliki asupan energi kurang, 70,2% asupan protein kurang, 77,2% asupan lemak kurang dan 84,2% asupan karbohidrat kurang. Status gizi kurus pada remaja menunjukkan hasil 10,5%, gizi normal 80,7% dan gizi gemuk 8,8%. Simpulan dari penelitian ini terdapat hubungan signifikan ($p=0,047$) antara tingkat asupan protein dengan status gizi.

Kata Kunci : Status Gizi, Asupan Makro, Remaja, COVID-19