

ABSTRAK

Sheva Akyasul Ibad, Mochammad. 2021. *Gambaran Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, dan Asupan Protein Pada Remaja di Pondok Pesantren Al-Istiqomah Wanasari Bandung*. Program studi Diploma III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing : Witri Priawantiputri, S.Gz., M.Gizi

Pada masa remaja kebutuhan asupan gizi meningkat karena masa remaja merupakan masa puncaknya pertumbuhan. Masalah yang sering ditemui pada masa remaja yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Faktor yang dapat mempengaruhi status gizi remaja antara lain adalah pengetahuan gizi dan asupan energi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi, asupan energi, asupan protein dan status gizi pada remaja di Pesantren Al-Istiqomah Wanasari. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dengan jumlah sampel 42 orang. Data yang dikumpulkan meliputi data umum, pengetahuan gizi, asupan energi, dan data antropometri. Hasil penelitian menunjukkan pada santri dengan pengetahuan gizi cukup sebanyak 24 santri, diantaranya terdapat 17 santri (70.8%) memiliki asupan devisit energi, 2 santri (8.3%) memiliki asupan energi kurang, 4 santri (16.7%) memiliki asupan energi cukup, dan 1 santri (4.2%) memiliki asupan energi baik. Pada 18 santri memiliki pengetahuan gizi baik, diantaranya 15 santri (83.3%) memiliki asupan devisit energi, 2 santri (11.1%) memiliki asupan energi kurang dan 1 santri (5.6%) memiliki asupan energi yang cukup. Sedangkan pada 24 santri memiliki pengetahuan gizi cukup, diantaranya 16 santri (66.7%) memiliki asupan devisit protein, 3 santri (12.5%) memiliki asupan protein kurang, 4 santri (16.7%) memiliki asupan protein cukup, dan sebanyak 1 santri (4.2%) memiliki asupan protein baik. Sedangkan pada 18 santri memiliki pengetahuan gizi baik, terdapat 15 santri (83.3%) memiliki asupan devisit protein, sebanyak 1 santri (5.6%) memiliki asupan protein kurang dan 2 santri (11.1%) memiliki asupan protein cukup. Diperlukan edukasi gizi atau penyuluhan mengenai gizi seimbang kepada santri, guru, pihak kantin dan santritua.

Kata kunci : Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, Asupan Protein, Status Gizi.