

ABSTRAK

Usman, Avrilia. P. 2021. *Gambaran Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro Dan Resiko Kekurangan Energi Kronis Pada Remaja Putri Di SMA Pasundan 1 Kota Bandung Tahun 2021*. Tugas Akhir. Program Diploma 3. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing : Holil M Par'i, SKM, M.Kes.

Prevalensi KEK menurut Riskesdas 2018 pada wanita usia 15-19 tahun menunjukkan angka 36,3% remaja tidak hamil. Tingginya prevalensi KEK disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai gizi dan kurangnya asupan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi remaja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan resiko KEK pada remaja putri di SMA Pasundan 1 Kota Bandung tahun 2021. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional dengan jumlah sampel 62 siswi SMA Pasundan 1 Bandung. Pengumpulan data meliputi data umum, lingkaran lengan atas (LLA) menggunakan angket. Data asupan zat gizi makro dengan metode *Food Recall* 2 x 24 jam. Data lingkaran lengan atas (LLA) diperoleh dengan cara pengukuran. Hasil penelitian didapatkan jumlah sampel yang pengetahuan kurang dan beresiko KEK sebanyak 8 orang (20.5%) atau lebih tinggi dibandingkan sampel pengetahuan baik sebanyak 4 orang (17,5%), jumlah sampel yang asupan karbohidrat kurang dan beresiko KEK sebanyak 11 orang (19.3%) atau lebih rendah dibandingkan asupan karbohidrat baik sebanyak 1 orang (20,0%), jumlah sampel asupan protein kurang dan beresiko KEK sebanyak 9 orang (18.8%) dan lebih rendah dibanding asupan protein baik sebanyak 3 orang (21,4%), jumlah sampel asupan lemak kurang dan beresiko KEK sebanyak 10 orang (22.7%) atau lebih tinggi dibandingkan asupan lemak baik sebanyak 2 orang (11,1%). Perlu diberikan penyuluhan mengenai gizi seimbang dan pentingnya asupan zat gizi makro sesuai kebutuhan untuk mencegah terjadinya KEK pada remaja putri.

Kata kunci : Pengetahuan Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Resiko KEK