

ABSTRAK

VIA FEBRIYANI

HUBUNGAN ZAT GIZI MAKRO DENGAN STATUS GIZI SISWA DI SDN 1 PARUNG PONTENG KABUPATEN TASIKMALAYA TAHUN 2024

Permasalahan gizi pada anak usia sekolah merupakan isu penting dalam kesehatan masyarakat, karena status gizi yang kurang optimal dapat berdampak pada pertumbuhan fisik dan prestasi belajar. Zat gizi makro seperti karbohidrat, protein, dan lemak memegang peranan penting dalam memenuhi kebutuhan energi dan metabolisme tubuh anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat kecukupan energi dan asupan zat gizi makro dengan status gizi siswa di SDN 1 Parungponteng, Kabupaten Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan melibatkan 51 siswa kelas III, IV, dan V sebagai responden. Data asupan zat gizi diperoleh melalui metode food recall 3x24 jam dan dianalisis menggunakan perangkat lunak *NutriSurvey*, sedangkan status gizi ditentukan melalui pengukuran IMT/U berdasarkan Z-score dari WHO Anthro Plus. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecukupan energi ($p=0,000$), karbohidrat ($p=0,025$), protein ($p=0,042$), dan lemak ($p=0,044$) dengan status gizi siswa. Siswa dengan asupan zat gizi makro yang kurang memiliki risiko lebih tinggi mengalami malnutrisi. Temuan ini menegaskan pentingnya pemantauan asupan makanan dan intervensi gizi di lingkungan sekolah dasar guna mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Kata Kunci: Anak Usia Sekolah, Asupan Zat Gizi Makro, Karbohidrat, Lemak Protein, Status Gizi