

## ABSTRAK

Masalah kondisi gizi saat ini menunjukkan dua kondisi yang ekstrim, mulai dari kelaparan sampai pada pola makan yang rendah serat dan tinggi kalori sehingga mengakibatkan kekurangan gizi ataupun kelebihan gizi pada seseorang. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan pola konsumsi karbohidrat dan lemak dengan status gizi pada Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Nahdlatul Ulama Surabaya.

Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan Cross-Sectional Analytic. Sampel penelitian berjumlah 68 responden, diambil menggunakan *simple random sampling*. Instrumen menggunakan kuesioner, analisa data menggunakan uji statistik *rank-spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (88,6%) memiliki asupan karbohidrat defisit berat dengan status gizi normal, sebagian kecil (5,6%) memiliki asupan karbohidrat kelebihan dengan status gizi gemuk. (44,3%) memiliki asupan lemak defisit berat dengan status gizi normal dan sebagian besar 60,8% memiliki asupan lemak kelebihan dengan status gizi gemuk. Hasil uji *rank spearman* diketahui bahwa variabel tidak berhubungan dengan status gizi pada Mahasiswa di Program Studi S1 Gizi Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya adalah asupan karbohidrat ( $p=0,849$ ), asupan lemak ( $p=0,679$ ).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah mahasiswa Prodi S1 Gizi didapat bahwa sebagian besar asupan karbohidrat responden adalah defisit berat dengan status gizi normal dan asupan kelebihan dengan status gizi obesitas. Mahasiswa Prodi S1 Gizi didapat bahwa sebagian besar asupan lemak responden adalah defisit berat dengan status gizi normal dan asupan kelebihan dengan status gizi obesitas. Tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan status gizi pada Mahasiswa Prodi S1 Gizi Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. Tidak terdapat hubungan antara asupan lemak dengan status gizi pada Mahasiswa Prodi S1 Gizi Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

**Kata Kunci** : Asupan Karbohidrat dan Lemak, Status Gizi, Mahasiswa