

## ABSTRAK



UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
SKRIPSI, OKTOBER 2023

**RISTI SHALSA WIDYAWATI**  
**PENGARUH PEMBERIAN STIK BERBASIS IKAN TERI (*Stolephorus spp*),  
ISOLAT PROTEIN KEDELAI DAN KACANG BOGOR (*Vigna subterranea*)  
TERHADAP STATUS GIZI PADA REMAJA PUTRI**

VI Bab, 137 Halaman, 17 Tabel, 10 Gambar, 14 Lampiran

**Latar Belakang:** Remaja putri lebih rentan untuk terkena masalah gizi kurang dibandingkan dengan remaja putra karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan, selain itu keinginan untuk berpenampilan menarik dan terlihat langsing juga menyebabkan remaja putri membatasi konsumsinya atau melakukan diet yang tidak sehat. Status gizi seseorang dipengaruhi oleh konsumsi, penyerapan dan penggunaan zat gizi dari makanan dalam jangka waktu yang lama. Apabila terjadi kekurangan kecukupan zat gizi makro dan mikro dapat berdampak pada pertumbuhan dan akan menghambat pada pematangan seksual seseorang.

**Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stik berbasis ikan teri, isolat protein kedelai terhadap status gizi remaja putri di SMPN 3 Rangkasbitung.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimental rancang dua kelompok atau pre-post control group. Sampel penelitian sebanyak 30 siswi perempuan dengan berat badan kurang yang dipilih dengan teknik purposive sampling yang dibagi menjadi 2 kelompok yakni kelompok intervensi yang diberikan stik berbasis ikan teri, isolat protein kedelai dan kacang bogor dan kelompok kontrol yang diberikan stik plasebo yaitu stik tepung terigu.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan berat badan kelompok intervensi meningkat signifikan ( $p=0.02$ ;  $1.13\pm 0.58$  kg) dibandingkan dengan kelompok kontrol. Nilai Z-Score (IMT/U) kelompok intervensi meningkat signifikan ( $p=0.02$ ;  $0.37\pm 0.19$ ) setelah diberikan perlakuan selama 21 hari.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian stik berbasis ikan teri, isolat protein kedelai dan kacang bogor terhadap peningkatan status gizi remaja perempuan underweight.

**Kata Kunci:** Remaja putri, gizi kurang, status gizi, penambahan berat badan.