

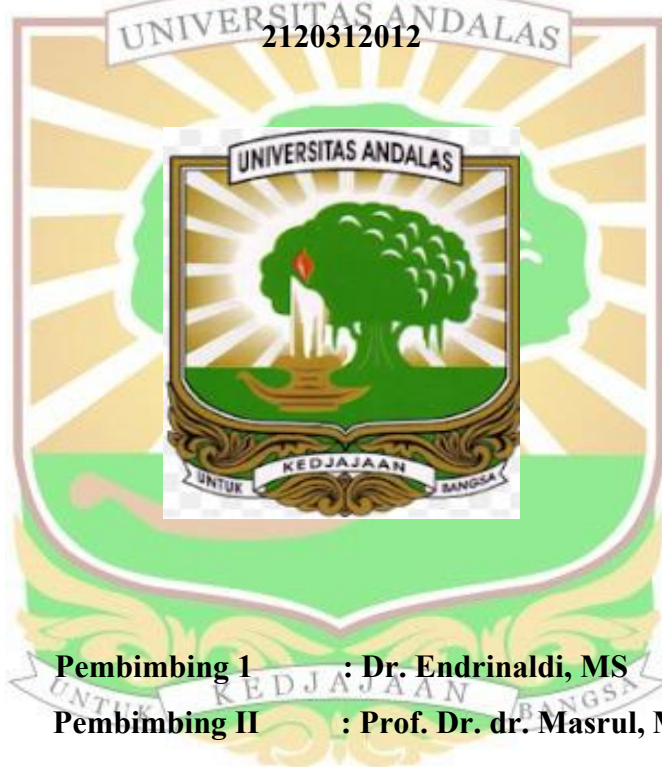
PENGARUH PEMBERIAN *COOKIES* PELANGI IKAN GAGUK (*Arius thalassinus*) TERHADAP ASUPAN MAKRO DAN MIKRO NUTRIEN PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA

Tesis

OLEH :

RIAN TRIYUNITA

2120312012



Pembimbing 1 : Dr. Endrinaldi, MS

Pembimbing II : Prof. Dr. dr. Masrul, M.Sc, Sp.GK

**PROGRAM STUDI ILMU BIOMEDIS PROGRAM MAGISTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2024**

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN *COOKIES* PELANGI IKAN GAGUK (*Arius thalassinus*) TERHADAP ASUPAN MAKRO DAN MIKRO NUTRIEN PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA

Oleh : Rian Triyunita
(2120312012)

Dibawah bimbingan : Dr. Endrinaldi, MS dan Prof. Dr. dr. Masrul, M.Sc.

Sp.GK

Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Fase remaja yang ditandai dengan kematangan fisiologis, membuat remaja membutuhkan asupan zat gizi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan dan kecukupan akan menimbulkan masalah gizi. Masalah gizi yang utama dialami para remaja salah satunya adalah anemia. Pemberian nutrient atau makanan bergizi tinggi berupa *cookies* dari olahan ikan gaguk yang kaya serat dan zat besi, diharapkan dapat mengatasi masalah anemia.

Tujuan penelitian: Untuk mengetahui pengaruh pemberian *cookies* pelangi ikan gaguk (*Arius thalassinus*) terhadap asupan makro dan mikro nutrien Pada remaja putri dengan anemia. Metode penelitian yang digunakan adalah *pre/post-test intervention study* terhadap 22 orang remaja putri yang dipilih secara *purposive sampling*. Perlakuan yang diberikan yaitu berupa *cookies* pelangi ikan gaguk yang diberikan 50 g/5 keping *cookies* selama 14 hari. Penelitian ini dilakukan dengan pengecekan kadar hemoglobin, asupan makro dan mikro nutrien (energi, protein, karbohidrat, fe, folat, vit.B12, dan zink) sebelum dan setelah perlakuan.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *cookies* pelangi ikan gaguk terhadap asupan makro dan mikro nutrien pada remaja putri dengan anemia pada nilai $p < 0,001$. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa pemberian *cookies* pelangi ikan gaguk pada remaja putri dapat meningkatkan asupan makro dan mikro nutrien pada remaja putri dengan anemia.

Kata Kunci : Ikan gaguk, energi, protein, karbohidrat, Fe, Folat, Vit. B12, zink, anemia

ABSTRACT

THE EFFECT OF GIVING RAINBOW COOKIES FROM GAGUK FISH (*Arius thalassinus*) ON MACRO AND MICRO NUTRIENT INTAKE IN ADOLESCENT GIRLS WITH ANEMIA

By: Rian Triyunita
(2120312012)

Under the guidance of: Dr. Endrinaldi, MS and Prof. Dr. dr. Masrul, M.Sc.
Sp.GK

Adolescence is a transition period from childhood to adulthood. The adolescent phase is marked by physiological maturity, making adolescents need optimal nutritional intake for their growth and development. An imbalance between intake needs and sufficiency will cause nutritional problems. One of the main nutritional problems experienced by adolescents is anemia. Providing nutrients or highly nutritious food in the form of cookies from processed gaguk fish which are rich in fiber and iron, is expected to overcome the problem of anemia.

Objective: To determine the effect of giving rainbow gaguk fish cookies (*Arius thalassinus*) on macro and micro nutrient intake in female adolescents with anemia. The research method used was a pre/post-test intervention study on 22 female adolescents selected by purposive sampling. The treatment given was in the form of rainbow gaguk fish cookies given 50 g/5 pieces of cookies for 14 days. This study was conducted by checking hemoglobin levels, macro and micro nutrient intake (energy, protein, carbohydrates, iron, folate, vit.B12, and zinc) before and after treatment.

The results of statistical tests show that there is an effect of giving rainbow gaguk fish cookies on macro and micro nutrient intake in adolescent girls with anemia at a value of $p < 0.001$. Based on the results of the study, it was found that giving rainbow gaguk fish cookies to adolescent girls can increase macro and micro nutrient intake in adolescent girls with anemia.

Keywords: Gaguk fish, energy, protein, carbohydrates, Fe, Folate, Vit. B12, zinc, anemia