

## ABSTRAK

**Puput Dewi Safitri, 2023. Pengaruh Pemberian Snack Berbasis Ikan Gabus (*Channa Striata*) terhadap Asupan Protein dan Kadar Albumin Darah pada Siswi Risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang. Pembimbing: Dr. Annasari Mustafa, SKM., M.Sc., RD. dan Dwie Soelistyorini, SST., M. Kes**

**Latar Belakang:** Kurang Energi Kronik (KEK) merupakan keadaan dimana seseorang menderita kurang asupan energi dan protein yang berlangsung lama atau menahun dan dapat diketahui dengan pengukuran LiLA dengan ambang batas kurang dari 23,5 cm. KEK banyak terjadi pada remaja putri (siswi). Terkait dengan tingkat konsumsi maka protein akan berfungsi sebagai energi alternatif yang menunjukkan dominasi protein sebagai sumber energi akan dilakukan sebagai kompensasi apabila terjadi defisit energi. Di sisi lain kadar albumin merupakan penanda status gizi seseorang jelek dan biasanya terjadi dalam waktu yang berlangsung lama. Ikan gabus merupakan makanan tinggi protein terutama albumin yang dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan asupan protein dan kadar albumin darah pada siswi risiko KEK.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pemberian snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) terhadap asupan protein dan kadar albumin darah.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode eksperimental, dimana peneliti melakukan perlakuan tertentu untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul dari perlakuan tersebut. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Experimental dengan rancangan One Group Pretest-Posttest.

**Hasil:** Menunjukkan bahwa ada pengaruh snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) terhadap asupan protein dengan nilai ( $p = 0.009$ ) dan kadar albumin darah dengan nilai ( $p = 0.000$ ) pada siswi risiko KEK di SMA Negeri 1 Singosari Kabupaten Malang sebelum dan sesudah intervensi.

**Simpulan:** Pemberian snack berbasis ikan gabus (*channa striata*) cukup efektif sebagai upaya meningkatkan asupan protein dan kadar albumin darah pada siswi risiko KEK.

**Kata Kunci:** KEK, Snack Ikan Gabus (*Channa Striata*), Asupan Protein, Kadar Albumin Darah.