

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN *CHEESE STICK* TEPUNG IKAN LEMURU  
DAN TEPUNG BIJI DURIAN TERHADAP KENAIKAN KADAR HB  
PADA SISWI DENGAN STATUS ANEMIA DI SMP NEGERI 4  
PANTAI LABU**



**NATASYA CHINTYA CHRISANTY**

**P00731224192**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
2025**

**PENGARUH PEMBERIAN *CHEESE STICK* TEPUNG IKAN LEMURU  
DAN BIJI DURIAN TERHADAP KENAIKAN KADAR HB PADA SISWI  
DENGAN STATUS ANEMIA DI SMP NEGERI 4 PANTAI LABU**

Skripsi sebagai syarat untuk melakukan penelitian program Sarjana  
Terapan Gizi dan Dietetika di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan  
Kemenkes Medan



**NATASYA CHINTYA CHRISANTY**

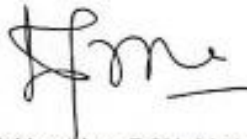
**P00731224192**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN JURUSAN GIZI  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
2025**

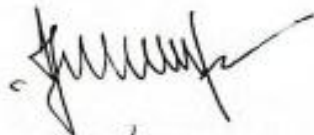
### PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Pemberian Cheese Stick Tepung Ikan Lemuru  
dan Tepung Biji Durian Terhadap Kenaikan Kadar HB Pada  
Siswi Dengan Status Anemia Di SMP Negeri 4 Pantai Labu.  
Nama : Natasya Chintya Chrisanty  
NIM : P00731224192  
Program Studi: Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika

Menyetujui



Dini Lestrina, DCN, M.Kes, RD  
Pembimbing Utama / Ketua Penguji



Bernike Doloksaribu, SST, M.Kes, RD  
Anggota Penguji I



Mincu Manalu, S.Gz, M.Kes  
Anggota Penguji II

Mengetahui



Riris Opusuruggu, S.Pd, M.Kes  
NIP: 196906231990032001

Tanggal Lulus : 01 Oktober 2025

## ABSTRAK

**NATASYA CHINTYA CHRISANTY “PENGARUH PEMBERIAN CHEESE STICK TEPUNG IKAN LEMURU DAN TEPUNG BIJI DURIAN TERHADAP KENAIKAN KADAR HB PADA SISWI DENGAN STATUS ANEMIA DI SMP NEGERI 4 PANTAI LABU” (DIBAWAH BIMBINGAN DINI LESTRINA)**

Anemia merupakan masalah gizi yang sering dialami remaja putri akibat kurangnya asupan zat besi dan protein. Salah satu upaya penanggulangannya adalah dengan pemberian pangan bergizi padat seperti cheese stick berbahan tepung ikan lemuru dan tepung biji durian.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian cheese stick tepung ikan lemuru dan tepung biji durian terhadap kenaikan kadar hemoglobin (Hb) pada siswi dengan status anemia di SMP Negeri 4 Pantai Labu.

Jenis penelitian ini adalah quasi experiment dengan rancangan one group pretest and posttest design tanpa kelompok kontrol. Sampel berjumlah 33 siswi yang mengalami anemia ( $Hb < 12 \text{ g/dl}$ ) dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi dilakukan selama 14 hari dengan pemberian cheese stick setiap hari. Data kadar Hb diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan metode cyanmethemoglobin.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb sebelum intervensi adalah  $11,29 \pm 0,62 \text{ g/dl}$  dan meningkat menjadi  $11,90 \pm 0,48 \text{ g/dl}$  setelah intervensi. Uji paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi  $p = 0,0001$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian cheese stick tepung ikan lemuru dan tepung biji durian terhadap peningkatan kadar Hb.

Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa cheese stick dengan kombinasi kedua bahan lokal tersebut efektif meningkatkan kadar hemoglobin dan berpotensi menjadi alternatif pangan fungsional dalam pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata kunci: anemia, hemoglobin, ikan lemuru, biji durian, cheese stick

## ABSTRACT

**NATASYA CHINTYA CHRISANTY "THE EFFECT OF GIVING LEMURU FISH FLOUR AND DURIAN SEED FLOUR CHEESE STICK ON THE INCREASE IN HB LEVELS IN FEMALE STUDENTS WITH ANEMIA STATUS AT SMP NEGERI 4 PANTAI LABU" (CONSULTANT : DINI LESTRINA)**

Anemia is a nutritional problem often experienced by teenager girls due to a lack of iron and protein intake. One effort to overcome this is by providing nutrient-dense foods such as cheese sticks made from Lemuru fish flour and durian seed flour.

This study aims to determine the effect of giving sardine fish flour and durian seed flour cheese stick on the increase in hemoglobin (Hb) levels in female students with anemia status at SMP Negeri 4 Pantai Labu.

This research is a quasi-experiment with a one-group pretest and posttest design without a control group. The sample consisted of 33 female students who were anemic (Hb <12 g/dl) and were selected using a purposive sampling technique. The intervention was carried out for 14 days with the cheese stick given every day. Hemoglobin level data was measured before and after the intervention using the cyanmethemoglobin method.

The results showed that the average Hb level before the intervention was  $11.29 \pm 0.62$  g/dl and increased to  $11.90 \pm 0.48$ g/dl after the intervention. The paired sample t-test showed a significance value of  $p = 0.0001$  ( $p < 0.05$ ), which means there is a significant effect of giving the sardine fish flour and durian seed flour cheese stick on the increase in Hb levels.

The conclusion of this study is that the cheese stick with the combination of these two local ingredients is effective in increasing hemoglobin levels and has the potential to be a functional food alternative in the prevention of anemia in teenager girls.

**Keywords:** Anemia, Hemoglobin, Lemuru fish, Durian seed, Cheese stick



