

## ABSTRAK

**NABILAH KHOIRUNNISA, 2023. Pengaruh Pemberian Teh Takokak dan Es Krim Takokak (*Solanum Torvum Swartz*) Terhadap Kadar Albumin Pada Penderita *Overweight* dan Obesitas.**

**Pembimbing: Dr. Nur Rahman, STP., M.P., RD dan Endang Widajati, SST., M.Kes., RD**

**Latar belakang:** Di Indonesia, 13,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas kelebihan berat badan, sementara itu 28,7% mengalami obesitas dengan IMT  $\geq$  25 dan berdasarkan indikator RPJMN 2015-2019 sebanyak 15,4% mengalami obesitas dengan IMT  $\geq$  27. Dalam satu decade terakhir, prevalensi obesitas di seluruh dunia meningkat dengan drastis sehingga menempatkan masalah gizi ini menjadi salah satu masalah yang harus diperhatikan dengan serius. Obesitas dapat ditimbulkan karena gaya hidup dan makanan yang berlebihan yang menyebabkan beberapa penyakit metabolic. Antioksidan memiliki manfaat yang dapat mencegah risiko obesitas dan penyakit metabolic penyebab obesitas.

**Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan rancangan penelitian pre post test control grup design. Intervensi berupa pemberian teh dari buah takokak (*Solanum Torvum Swartz*) sebanyak 200ml yang terdiri dari buah takokak sebanyak 5gr, jahe sebanyak 2gr dan air panas 200ml. Intervensi pada pemberian es krim teh buah takokak (*Solanum Torvum Swartz*) sebanyak 100ml.

**Hasil:** Terdapat peningkatan kadar Albumin pada penderita overweight dan obesitas setelah pemberian teh takokak dan es krim takokak.

**Kesimpulan:** Kepatuhan responden kelompok teh dan kombinasi dalam kategori tinggi sedangkan pada kelompok es krim kepatuhan responden cukup rendah. Pemberian teh takokak dan es krim takokak pada kelompok teh tidak berpengaruh nyata terhadap kadar albumin, sedangkan pada kelompok es krim dan kombinasi selama 14 hari dapat meningkatkan kadar albumin secara signifikan.

**Kata kunci:** Teh takokak, es krim takokak, albumin, overweight, obesitas.