

ANALISIS PERILAKU MEROKOK, KEBIASAAN MAKAN, STATUS GIZI, DAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LAKI-LAKI DEWASA

AMALIA AHSANI



**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Analisis Perilaku Merokok, Kebiasaan Makan, Status Gizi, dan Kejadian Hipertensi pada Laki-laki Dewasa” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Amalia Ahsani
I1401221037



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

ABSTRAK

AMALIA AHSANI. Analisis Perilaku Merokok, Kebiasaan Makan, Status Gizi, dan Kejadian Hipertensi pada Laki-laki Dewasa. Dibimbing oleh ALI KHOMSAN.

Perilaku merokok merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang dapat memengaruhi kebiasaan makan, status gizi, dan peningkatan risiko hipertensi. Penelitian ini bertujuan menganalisis perilaku merokok, kebiasaan makan, status gizi, dan kejadian hipertensi pada laki-laki dewasa. Penelitian menggunakan desain *cross sectional study* yang dilaksanakan di Desa Ngujung, Magetan, Jawa Timur dengan subjek berjumlah 57 orang yang terdiri dari 46 orang perokok dan 11 orang bukan perokok. Data perilaku merokok diukur menggunakan *Glover- Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire* (GN-SBQ) versi bahasa Indonesia serta kebiasaan makan menggunakan FFQ dan *food recall 2x24 hours*. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan bivariat menggunakan uji *Spearman* dan *Fisher Exact*. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar subjek perokok berusia 50–59 tahun (42,1%), berpendidikan SMA atau di atasnya (49,1%), bekerja sebagai wiraswasta (42,1%), dan memiliki pendapatan <Rp2.553.866,00 (49,1%). Sebagian besar subjek bukan perokok berusia 50–59 tahun (14,0%), berpendidikan SMA atau di atasnya (14,0%), bekerja sebagai wiraswasta (7,0%), dan memiliki pendapatan ≥Rp2.553.866,00 (10,5%). Hasil analisis bivariat menunjukkan frekuensi konsumsi kopi ($p=0,001$), protein hewani ($p=0,035$), sayuran ($p=0,001$), asupan kalium ($p=0,007$), tingkat kecukupan protein ($p=0,002$) dan lemak ($p=0,015$), kejadian hipertensi ($p=0,038$) berhubungan signifikan dengan perilaku merokok. Analisis bivariat juga menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi kacang-kacangan ($p=0,028$) dan status gizi ($p=0,009$) berhubungan dengan kejadian hipertensi.

Kata kunci: asupan zat gizi, hipertensi, kebiasaan makan, perilaku merokok, status gizi

ABSTRACT

AMALIA AHSANI. Analysis of Smoking Behavior, Dietary Pattern, Nutritional Status, and Hypertension among Adult Men. Supervised by ALI KHOMSAN.

Smoking behavior is a major public health concern that can influence dietary habits, nutritional status, and increase the risk of hypertension. This study aimed to analyze smoking behavior, dietary habits, nutritional status, and hypertension among adult men. A cross-sectional study was conducted in Ngujung Village, Magetan Regency, East Java, involving 57 participants, consisting of 46 smokers and 11 non-smokers. Smoking behavior was assessed using the Indonesian version of the Glover- Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire (GN-SBQ), while dietary habits were evaluated using a Food Frequency Questionnaire (FFQ) and food recall 2x24 hours. Data were analyzed using descriptive statistics and bivariate analyses with Spearman's rank correlation

and Fisher's exact tests. The descriptive analysis showed that most smokers were aged 50–59 years (42.1%), had completed senior high school or higher education (49.1%), were self-employed (42.1%), and had a monthly income of less than IDR 2,553,866.00 (49.1%). Among non-smokers, the majority were also aged 50–59 years (14.0%), had completed senior high school or higher education (14.0%), were self-employed (7.0%), and had a monthly income of at least IDR 2,553,866.00 (10.5%). Bivariate analysis demonstrated that the frequency of coffee consumption ($p=0.001$), animal protein consumption ($p=0.035$), vegetable consumption ($p=0.001$), potassium intake ($p=0.007$), protein adequacy level ($p=0.002$), fat adequacy level ($p=0.015$), and hypertension ($p=0.038$) were significantly associated with smoking behavior. Furthermore, the frequency of legume consumption ($p=0.028$) and nutritional status ($p=0.009$) were significantly associated with hypertension.

Keywords: dietary habits, hypertension, nutrients intake, nutritional status, smoking behavior

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ANALISIS PERILAKU MEROKOK, KEBIASAAN MAKAN, STATUS GIZI, DAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LAKI-LAKI DEWASA

AMALIA AHSANI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
1. Resa Ana Dina, S.K.M., M.Epid.



Judul Skripsi : Analisis Perilaku Merokok, Kebiasaan Makan, Status Gizi, dan
Kejadian Hipertensi pada Laki-laki Dewasa

Nama : Amalia Ahsani
NIM : 11401221037

@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Disetujui oleh

Pembimbing :
Prof. Dr. Ir Ali Khomsan, M.S.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Gizi
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Prof. Dr. Katrin Roosita, SP., M.Si.
NIP 197102011999032001

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
Fakultas Kedokteran dan Gizi:
Dr. dr. Mira Dewi, M.Si.
NIP 1976111620050120001



Tanggal Ujian:
30 Juli 2026

Tanggal Lulus: 10 Agustus 2026



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanaahu wa ta'ala* atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Analisis Perilaku Merokok, Kebiasaan Makan, Status Gizi, dan Kejadian Hipertensi pada Laki-laki Dewasa”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi di Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran dan Gizi, Institut Pertanian Bogor. Penyusunan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Ali Khomsan, M.S. selaku dosen pembimbing akademik dan skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan, saran, kritik, dukungan, dan motivasi selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
2. Bu Resa Ana Dina, S.K.M., M.Epid selaku moderator dalam seminar hasil sekaligus dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi.
3. Bapak dan Ibu Dosen, Staf Komisi Pendidikan, serta pegawai yang bekerja di lingkungan Program Studi Sarjana Ilmu Gizi atas ilmu dan bantuan yang diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
4. Orang tua, kakak, dan keluarga besar yang selalu mendoakan, memotivasi, dan memberikan dukungan baik dari segi moral maupun material.
5. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Magetan serta Pemerintah Desa Ngujung yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian di Desa Ngujung, Jawa Timur.
6. Wahyu Indah Ratna Sari dan Aulia Rozainun selaku sahabat penulis yang telah membantu dalam pengambilan data dan selalu memberikan dukungan serta doa selama perkuliahan dan proses penyusunan skripsi.
7. Amanda Jamilah dan Tengku Tri Yuni Syahrani selaku sahabat penulis yang telah membantu banyak hal, memberikan dukungan, motivasi, doa, dan mendengarkan keluh kesah penulis selama masa perkuliahan hingga selesainya skripsi.
8. Teman-teman pejuang LSI (Isvie, Risti, Annisa, Tria, Rahma) dan teman-teman penghuni Wisma Arya Graha Lantai 2 yang telah menemani penulis dalam proses penyusunan skripsi.
9. Teman-teman seperjuangan Ilmu Gizi angkatan 59 terutama kelas P3 yang senantiasa mendukung penulis dalam penyusunan skripsi.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini terdapat kemungkinan adanya kesalahan dan kekurangan, maka dari itu diperlukan kritik serta saran yang membangun dalam penyempurnaan tulisan ini di masa yang akan datang. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat dalam menambah wawasan baik kepada penulis, pembaca, mahasiswa maupun masyarakat umum mengenai hubungan kebiasaan makan dan status gizi dengan perilaku merokok dan kejadian hipertensi.

Bogor, Agustus 2026

Amalia Ahsani



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	6
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	7
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.5 Definisi Operasional	11
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	12
4.1 Karakteristik Subjek	12
4.2 Perilaku Merokok	13
4.3 Kebiasaan Makan	15
4.4 Status Gizi	22
4.5 Kejadian Hipertensi	23
4.6 Hubungan Perilaku Merokok dengan Kebiasaan Makan	24
4.7 Hubungan Perilaku Merokok dengan Status Gizi dan Kejadian Hipertensi	29
4.8 Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Hipertensi	31
4.9 Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi	35
V SIMPULAN DAN SARAN	37
5.1 Simpulan	37
5.2 Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	46
RIWAYAT HIDUP	58



DAFTAR TABEL

3.1	Jenis dan cara pengumpulan data	7
3.2	Kategori data penelitian	9
4.1	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik	12
4.2	Sebaran subjek berdasarkan perilaku merokok	14
4.3	Sebaran subjek berdasarkan kebiasaan makan harian	15
4.4	Sebaran subjek berdasarkan frekuensi konsumsi kelompok pangan	16
4.5	Asupan zat gizi subjek	19
4.6	Sebaran subjek berdasarkan tingkat kecukupan zat gizi makro	21
4.7	Sebaran subjek berdasarkan status gizi	23
4.8	Sebaran subjek berdasarkan klasifikasi hipertensi	24
4.9	Hubungan antara perilaku merokok dengan frekuensi konsumsi	25
4.10	Hubungan antara perilaku merokok dengan asupan zat gizi	26
4.11	Hubungan antara perilaku merokok dengan tingkat kecukupan zat gizi makro	28
4.12	Hubungan antara perilaku merokok dengan status gizi dan hipertensi	29
4.13	Hubungan antara frekuensi konsumsi dengan kejadian hipertensi	32
4.14	Hubungan antara asupan zat gizi dengan kejadian hipertensi	33
4.15	Hubungan antara tingkat kecukupan zat gizi makro dengan kejadian hipertensi	34
4.16	Hubungan antara status gizi dengan kejadian hipertensi	36

DAFTAR LAMPIRAN

1	Lembar lolos uji etik	47
2	Lembar <i>informed consent</i>	48
3	Kuesioner penelitian	49

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.