



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 titik merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

## **HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN BERISIKO, AKTIVITAS FISIK, DAN STATUS GIZI DENGAN HIPERTENSI PADA PASIEN DI KLINIK IPB**

**ANNISA BAGUS PUTRI**



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT  
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2024**



## **PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Pasien di Klinik IPB” adalah benar-benar hasil karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum pernah diajukan sebagai karya ilmiah pada suatu perguruan tinggi atau lembaga mana pun dan tidak mengandung bahan-bahan yang pernah ditulis atau diterbitkan pihak lain kecuali sebagai bahan rujukan yang dicantumkan dalam bagian daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia bertanggung jawab atas pernyataan ini.

Bogor, Agustus 2024

Annisa Bagus Putri  
I1401201004

- 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 titik 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 titik merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

## ABSTRAK

ANNISA BAGUS PUTRI. Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Pasien di Klinik IPB. Dibimbing oleh DODIK BRIAWAN.

Hipertensi merupakan suatu kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah secara kronis dan dalam jangka panjang sehingga menyebabkan kerusakan organ. Tujuan dari penelitian ini adalah mengkaji dan menganalisis hubungan konsumsi makanan berisiko, aktivitas fisik dan status gizi dengan hipertensi pada pasien di klinik IPB. Penilaian konsumsi makanan berisiko dilakukan dengan metode *Food Frequency Questionnaire* (FFQ), status gizi diukur dengan pengukuran langsung, dan aktivitas fisik diukur dengan *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ). Penelitian ini menggunakan desain *case control study* serta melibatkan 80 subjek. Sebagian besar subjek (88%) berusia 19-24 tahun. Subjek memiliki riwayat hipertensi keluarga pada kelompok hipertensi (75%) dan normal (30%), Status gizi normal pada kelompok hipertensi (32,5%) dan normal (60%), aktivitas fisik sedang pada kelompok hipertensi (60%) dan normal (40%). Terdapat perbedaan signifikan pada konsumsi makanan berisiko pada kelompok makanan asin, makanan berlemak, makanan berpengawet dan mie/makanan instan yaitu seseorang dengan frekuensi yang lebih sering mengonsumsi makanan ini cenderung hipertensi. Faktor risiko hipertensi yaitu riwayat hipertensi keluarga ( $OR=9,8$ , 95% CI 2,9-33,4) dan status gizi ( $OR= 11,1$ , 95% CI 3,1-39,4).

Kata kunci: aktivitas fisik, hipertensi, makanan berisiko, status gizi

## ABSTRACT

ANNISA BAGUS PUTRI. The Relationship of Consuming Risky Foods, Physical Activity, and Nutritional Status on Hypertension in Patients at the IPB Clinic. Supervised by DODIK BRIAWAN.

Hypertension is a condition of chronic and long-term increase in blood pressure that causes organ damage. The purpose of this study was to examine and analyze the relationship between risky food consumption, physical activity and nutritional status with hypertension in patients at the IPB clinic. Assessment of risky food consumption was carried out using the Food Frequency Questionnaire (FFQ) method, nutritional status was measured by direct measurement, and physical activity was measured by the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ). This study used a case control study design and involved 80 subjects. Most subjects (88%) were aged 19-24 years. Subjects had a family history of hypertension in the hypertension group (75%) and normal (30%), normal nutritional status in the hypertension group (32.5%) and normal (60%), moderate physical activity in the hypertension group (60%) and normal (40%). There was a significant difference in the consumption of risky foods in the salty food, fatty food, preserved food and noodle/instant food groups, namely someone with a higher frequency of consuming these foods tended to be hypertensive. Risk



**Keywords:** hypertension, nutritional status, physical activity, risky foods

@*Hak cipta milik IPB University*

factors for hypertension are family history of hypertension (OR=9.8, 95% CI 2.9-33.4) and nutritional status (OR= 11.1, 95% CI 3.1-39.4).

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.



Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko, Aktivitas Fisik, dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Pasien di Klinik IPB

Nama : Annisa Bagus Putri  
NIM : I1401201004

Disetujui oleh



Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat :  
Prof. Dr. Ir. Dodik Briawan, M.C.N.  
NIP. 197102011999032001

Tanggal Ujian:  
09 Agustus 2024

Tanggal Lulus: 12 AUG 2024

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- Pengutipan titik merugikan kepentingan yang wajar IPB University.



## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada *Allah subhanaahu wa ta'ala* atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul penelitian yang dipilih dalam penelitian ini ialah “Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko, Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Pasien di Klinik IPB”. Skripsi ini tentunya terselesaikan dengan baik berkat dukungan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan terima kasih dan rasa hormat kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Dodik Briawan M.C.N selaku Pembimbing skripsi dan pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan.
2. Bapak Muhammad Aries, S.P., M.Si selaku dosen moderator dalam seminar skripsi serta dosen penguji.
3. Bapak dan Ibu Dosen, Staf Komisi Pendidikan, serta pegawai yang bekerja di lingkungan Departemen Gizi Masyarakat atas ilmu dan bantuan yang diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
4. Kedua orang tua penulis yaitu Bapak Bakhri dan Ibu Gusnimar, serta seluruh keluarga yang senantiasa selalu mendoakan, mendukung, serta memberikan semangat kepada penulis dalam proses penulisan skripsi.
5. Pihak Klinik Pratama IPB yang telah memberikan izin dan kemudahan selama proses pengambilan data
6. Michelle, Jehan, Nadya, Risco, Tristan, Tatum, Silvi selaku teman-teman dekat penulis yang senantiasa mendengarkan keluh kesah penulis dan selalu memberikan semangat.
7. Teman-teman Gizi Masyarakat 57 yang saling memberikan dukungan dan motivasi khususnya Nazwa, Prina, Adhin, Hana, Sucita, Ratih, Aisyah dan Najwa
8. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut memberi saran, motivasi, dan masukan dalam proses penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis akan selalu terbuka atas kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan bagi penelitian di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk banyak pihak.

Bogor, Agustus 2024

*Annisa Bagus Putri*



## DAFTAR ISI

<b>DAFTAR TABEL</b>	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b>	viii
<b>I PENDAHULUAN</b>	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
<b>II KERANGKA PEMIKIRAN</b>	4
<b>III METODE</b>	6
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat	6
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	7
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	8
3.5 Definisi Operasional	12
<b>IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	14
4.1 Karakteristik Subjek	14
4.2 Konsumsi Makanan Berisiko	15
4.3 Aktivitas Fisik	19
4.4 Status Gizi	21
4.5 Faktor Risiko Hipertensi	22
<b>V SIMPULAN DAN SARAN</b>	24
5.1 Simpulan	24
5.2 Saran	24
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	25
<b>LAMPIRAN</b>	30
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	41

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 titik merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.