

SKRIPSI



**HUBUNGAN STATUS GIZI, KONSUMSI JAJANAN, DAN
AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO HIPERTENSI PADA
SANTRIWATI DI MAS AL-KENANIYAH JAKARTA**

OLEH

HILDA FEBRIYANI

2105025012

PROGRAM STUDI ILMY GIZI

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

JAKARTA

2025

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING

Nama : Hilda Febriyani
NIM : 2105025012
Program Studi : S1 Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi, Konsumsi Jajan, dan Aktivitas Fisik dengan Status Risiko Hipertensi Pada Santriwati di MAS Al-Kenaniyah Jakarta

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Jakarta, 13 November 2025

Pembimbing



Alib Birwin, SKM, M.Epid

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI

Nama : Hilda Febriyani
NIM : 2105025012
Program Studi : S1 Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Status Gizi, Konsumsi Jajan, dan Aktivitas Fisik
dengan Status Risiko Hipertensi Pada Santriwati di MAS
Al-Kenaniyah Jakarta

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

Jakarta, 4 November 2025

Pembimbing



Alib Birwin, SKM, M.Epid

Penguji I



Dr. Ahmad Faridi, SP., M.KM.

Penguji II



Widya Asih Lestari, M.K.M.

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM SARJANA ILMU GIZI**

Skripsi, September 2025

Hilda Febriyani

“Hubungan Status Gizi, Konsumsi Jajanan, dan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Hipertensi Pada Santriwati di MAS Al-Kenaniyah Jakarta”

x + 67 halaman, 16 tabel, 3 gambar + 4 lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang paling umum dan menjadi risiko kesehatan yang signifikan secara global. Penyakit ini tidak hanya dapat terjadi pada usia dewasa dan lansia, tetapi juga dapat terjadi pada usia remaja. Status gizi obesitas, banyak konsumsi jajanan yang tidak sehat, dan kurang aktivitas fisik dapat menyebabkan seseorang menderita hipertensi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan status gizi, konsumsi jajanan, dan aktivitas fisik dengan risiko hipertensi pada santriwati di MAS Al-Kenaniyah Jakarta. Penelitian bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel pada penelitian adalah santriwati MAS Al-Kenaniyah Jakarta sebanyak 52 responden dengan teknik *total sampling* melalui pengisian kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Fisher's Exact Test. Didapatkan 40,4%, responden berisiko mengalami hipertensi, 21,2% responden memiliki status gizi berlebih, 51,9% responden sering mengonsumsi jajanan, dan 19,2% responden memiliki tingkat aktivitas fisik sedang. Tidak ditemukan hubungan bermakna antara status gizi ($p = 0,518$ OR = 1,600), konsumsi jajanan ($p = 1,000$ OR = 1,031) dan aktivitas fisik ($p = 0,721$ OR = 0,571) dengan risiko kejadian hipertensi pada santriwati. Penelitian ini masih perlu dilakukan evaluasi kembali hingga diperlukan penelitian yang berkesinambungan untuk menilai hubungan status gizi, konsumsi jajanan, dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada remaja.

Kata Kunci : Santriwati, Hipertensi, Status Gizi, Konsumsi Jajanan, Aktivitas Fisik

**UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BACHELOR OF NUTRITION SCIENSE PROGRAM**

Thesis, September 2025

Hilda Febriyani

“The Relationship Between Nutritional status, Snack Consumption, and Physical Activity with the Risk of Hypertension in Female Students at MAS Al-Kenaniyah Jakarta”

x + 67 pages, 16 tables, 3 figures + 4 attachments

ABSTRACT

Hypertension is the most common non-communicable disease and is a significant health risk global. This disease can not only occur in adults and the elderly, but can also occur in adolescents. Obesity nutritional status, high consumption of unhealthy snacks, and lack of physical activity can cause someone to suffer from hypertension. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional status, snack consumption, and physical activity with the risk of hypertension in female students at MAS Al-Kenaniyah Jakarta. The study was quantitative with a cross-sectional approach. The sample in the study was 52 female students of MAS Al-Kenaniyah Jakarta with a total sampling technique by filling out a questionnaire. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the Fisher's Exact Test. It was found that 40,4% of respondents had hypertension, 21,2% of respondents had overnutrition, 51,9% of respondents frequently consumed snack, and 19,2% of respondents had moderate levels of physical activity. No significant relationship was found between nutritional status ($p = 0,518$ OR = 1,600), snack consumption ($p = 1,000$ OR = 1,031), and physical activity ($p = 0,721$ OR = 0,571) with the risk of hypertension in female students. This study still needs to be re-evaluated until continuous research is needed to assess the relationship between nutritional status, snack consumption, and physical activity with the incidence of hypertension in adolescents.

Keywords : Female Santri , Hypertension, Nutritional Status, Snack Consumption, Physical Activity