

**HUBUNGAN KONSUMSI BAHAN MAKANAN YANG MENGANDUNG  
KAFEIN DAN TINGKAT STRES DENGAN TEKANAN DARAH PADA  
MAHASISWA TEKNIK UNIVERSITAS JAYABAYA JAKARTA**

**TUGAS AKHIR**

**Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Gizi Kesehatan**



Oleh :

**Vyanty Hastuty**

**NIM: 125070309111050**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI KESEHATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS BRAWIJAYA  
MALANG  
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

HUBUNGAN KONSUMSI BAHAN MAKANAN YANG MENGANDUNG KAFEIN  
DAN TINGKAT STRES DENGAN TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA  
TEKNIK UNIVERSITAS JAYABAYA JAKARTA

Oleh :

Vyanty Hastuty

NIM : 125070309111050

Telah di uji pada

Hari : Jum'at

Tanggal : 24 Januari 2014

Dan dinyatakan lulus oleh

Penguji I

Dr. dr. Endang Sri Wahyuni, MS

NIP. 19521008 198003

Penguji II / Pembimbing I

Penguji III / Pembimbing II

Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes

NIP. 19580414 198701 2 001

Agustiana Dwi I.V, SKM., M.Biomed

NIK. 83083 0071 20 302

Mengetahui,

Ketua Jurusan Gizi Kesehatan

Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya

Dr. dr. Endang Sri Wahyuni, MS

NIP. 19521008 198003

# UNIVERSITAS BRAWIJAYA



*Untuk IbuBapak*

*Terima kasih atas doamu,  
kasih sayangmu, cintamu,  
pengorbananmu, kesabaranmu dan  
semua yang telah kau lakukan untukku...*



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena hanya dengan rahmat dan ridho-Nya lah penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan Konsumsi Bahan Makanan Yang Mengandung Kafein Dan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Teknik Universitas Jayabaya Jakarta”.

Selama proses penulisan tidak lepas dari bimbingan, arahan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. dr. Karyono Mintaroem, Sp.PA, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan kesempatan untuk menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang.
2. Dr. dr. Endang Sri Wahyuni, MS, selaku Ketua Jurusan Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang sekaligus ketua tim penguji tugas akhir yang telah bersedia meluangkan waktu dalam memberikan saran, masukan dan bimbingan dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.
3. Dr. dr. Sri Andarini, M.Kes, sebagai pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, saran, petunjuk dan semangat bagi penulis untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
4. Agustiana Dwi Indiah Ventiyaningsih, SKM, M.Biomed, sebagai pembimbing kedua yang telah memberikan arahan dan saran serta dengan sabar membimbing dan memberikan semangat sehingga Tugas Akhir ini terselesaikan dengan baik.

5. Orangtua yang tidak pernah lelah memberikan dukungan, doa dan semangat.
6. Seluruh teman, kawan dan sahabat satu angkatan Gizi B 2012, khususnya teman-teman seperantauan dari Jakarta atas dukungan yang selalu kalian berikan.
7. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi perbaikan dari Tugas Akhir ini.



Malang, Januari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERUNTUKAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xiv
<b>BAB I            PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II            TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Tekanan Darah .....	9
2.2 Konsumsi Bahan Makanan Mengandung	



Kafein .....	17
2.3 Tingkat Stres .....	19
2.4 <i>Dietary Assessment</i> .....	23
2.5 Hubungan Konsumsi Bahan Makanan Sumber Kafein dan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah .....	26

**BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN**

3.1 Kerangka Konsep .....	28
3.2 Hipotesis Penelitian .....	30

**BAB IV METODE PENELITIAN**

4.1 Rancangan Penelitian.....	31
4.2 Populasi dan Sampel .....	31
4.3 Variabel Penelitian .....	33
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	33
4.5 Bahan dan Alat atau Instrumen Penelitian .....	33
4.6 Alur Penelitian .....	35
4.7 Definisi Operasional .....	36
4.8 Prosedur Pengumpulan Data .....	37
4.9 Analisis Data .....	38

**BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA**

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	41
5.2 Analisis Univariat .....	43



5.3 Analisis Bivariat .....	46
<b>BAB VI</b>	<b>PEMBAHASAN</b>
6.1 Analisis Univariat .....	49
6.2 Analisis Bivariat .....	55
6.3 Keterbatasan Penelitian .....	62
<b>BAB VII</b>	<b>PENUTUP</b>
7.1 Kesimpulan .....	63
7.2 Saran .....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	65
<b>LAMPIRAN</b> .....	72





DAFTAR TABEL

TABEL	Halaman
2.1 Kandungan Kafein Pada Berbagai Jenis Makanan .....	18
5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia .....	43
5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Bahan Makanan Yang Mengandung Kafein .....	44
5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres .....	44
5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah .....	45
5.5 Analisis Hubungan Tingkat Stress Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Teknik Universitas Jayabaya Jakarta .....	48



DAFTAR GAMBAR

GAMBAR

Halaman

3.1 Kerangka Konsep Hubungan Antara Konsumsi Bahan Makanan Yang Mengandung Kafein Dan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Teknik Universitas Jayabaya Jakarta .....	28
4.1 Alur Penelitian .....	35
5.1 Scatterplot Konsumsi Bahan Makanan Yang Mengandung Kafein Dengan Tekanan Darah Diastolik Pada Mahasiswa Teknik Universitas Jayabaya Jakarta .....	47



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran1    Pernyataan Keaslian Tulisan .....	72
Lampiran 2    Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian .....	73
Lampiran 3    Pernyataan Persetujuan Untuk Berpartisipasi Dalam Penelitian .....	75
Lampiran 5    Kuesioner Data Responden .....	76
Lampiran 6    Formulir SQ-FFQ Bahan Makanan Sumber Kafein .....	81
Lampiran 7    Analisa Statistik .....	83
Lampiran 8    Bukti Kelayakan Etik .....	91



## DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotrophic Hormone</i>
ADA	: American Dietetic Assosiation
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
DKI Jakarta	: Daerah Khusus Ibukota Jakarta
DM tipe 2	: Diabetes Mellitus tipe 2
DNA	: <i>Deoxyribonucleic acid</i>
FMIPA UI	: Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Indonesia
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
IFIC	: <i>International Food Information Council Foundation</i>
PBB	: Perserikatan Bangsa Bangsa
Riskesmas	: Riset Kesehatan Dasar
SQ-FFQ	: <i>Semi Qualitative Food Frequency Quesionairs</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>