

**MEROKOK DAN KONSUMSI KAFEIN DENGAN IMT/U PADA
REMAJA PUTRA**

SKRIPSI



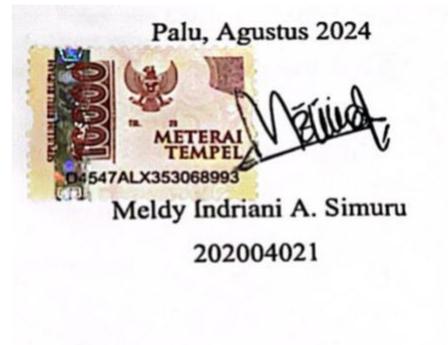
**MELDY INDRIANI AURORA SIMURU
202004021**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
PALU
2024**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul Merokok dan Konsumsi Kafein dengan IMT/U Pada Remaja Putra adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan kedalam daftar pustakan dibagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada Universitas Widya Nusantara.



MEROKOK DAN KONSUMSI KAFEIN DENGAN IMT/U PADA REMAJA PUTRA

Meldy Indriani Aurora Simuru, Lilik Sofiatus Solikhah, Masfufah
Gizi, Universitas Widya Nusantara

ABSTRAK

Latar Belakang: Masalah gizi remaja di Indonesia fluktuatif, baik gizi kurang maupun gizi lebih. Remaja masa kini memiliki kebiasaan merokok dan konsumsi kafein terutama pada remaja putra. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan hubungan merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra.

Metode: Penelitian deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Sebanyak 146 sampel diambil menggunakan teknik *Simple random sampling* pada remaja putra di SMK Negeri 1 Sigi. Uji statistik menggunakan korelasi *gamma* dan *chi square* dengan nilai interval kepercayaan 95%.

Hasil Penelitian: Diketahui remaja 29,7% gizi kurang, 11,7% gizi lebih, 57,9% merokok, dan 58,6% sering dan sangat sering konsumsi kafein. Tidak ada hubungan yang signifikan antara merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U berturut-turut $p=0,105$ dan $p=0,936$.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan yang signifikan antara merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra.

Saran: Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai jumlah konsumsi kafein, alkohol dan merokok non tembakau serta faktor lain yang mempengaruhi IMT/U pada remaja putra dengan desain yang berbeda.

Kata kunci: IMT/U, Konsumsi kafein, Merokok, Remaja

SMOKING AND CAFFEINE CONSUMPTION WITH IMT/U IN ADOLESCENT BOYS

ABSTRACT

Background: Adolescent nutrition problems in Indonesia fluctuate, both undernutrition and overnutrition. Today's adolescents have smoking and caffeine consumption habits, especially in young men. The purpose of this study was to describe the relationship between smoking and caffeine consumption with IMT/U in adolescent boys.

Methods: Analytic descriptive research with cross sectional design. A total of 146 samples were taken using simple random sampling technique on adolescent boys at SMK Negeri 1 Sigi. Statistical tests used gamma correlation and chi square with a 95% confidence interval value.

Research Results: It was found that adolescents were 29.7% undernourished, 11.7% overnourished, 57.9% smoked, and 58.6% often and very often consumed caffeine. There was no significant relationship between smoking and caffeine consumption with BMI/U, $p=0.105$ and $p=0.936$, respectively.

Conclusion: There was no significant association between smoking and caffeine consumption with BMI/U in adolescent boys.

Suggestion: Further research needs to be done on the amount of caffeine consumption, alcohol and non-tobacco smoking and other factors that affect BMI/U in adolescent boys with different designs.

Keywords: Adolescents, Caffeine, consumption Smoking, IMT/U



**MEROKOK DAN KONSUMSI KAFEIN DENGAN IMT/U PADA
REMAJA PUTRA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pada Progam Studi Gizi
Universitas Widya Nusantara



**MELDY INDRIANI AURORA SIMURU
202004021**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA
PALU
2024**

LEMBAR PENGESAHAN

**MEROKOK DAN KONSUMSI KAFEIN DENGAN IMT/U PADA
REMAJA PUTRA**

SKRIPSI

**Meldy Indriani Aurora Simuru
202004021**

Skripsi ini telah diujikan tanggal 09 Agustus 2024

**Hardianti, S.Gz., M.K.M.
NIK. 20230901165**

()

**Lilik Sofiatu Solikhah, S.K.M., M.Gz
NIK. 20190901101**

()

**Masfufah, S.Gz., M.P.H.
NIK. 20190901094**

()

Mengetahui,
**Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Widya Nusantara**



**Arfiah SST, Bd, M.Keb
NIK. 20090901010**

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih karunia-Nya sehingga penulis bisa sampai pada titik ini dengan segala perjuangan yang telah dilalui kurang lebih empat tahun masih senantiasa dalam penyertaan-Nya. Ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada kedua orang tua tercinta, Ayahanda **Weldianus Ranintowe Simuru** dan Ibunda **Nerlin Kabi** yang selalu mendukung dan menguatkan dalam doa, kasih sayang, serta dukungan baik moral maupun material kepada penulis. Terkhusus ucapan terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang dalam banyak tekanan saat proses penyusunan proposal dan skripsi, walaupun selalu dikejar waktu untuk penyelesaian skripsi tetapi selalu bertahan dan berusaha optimis demi menyelesaikan apa yang telah dimulai dan diperjuangkan sedari empat tahun yang lalu.

Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Maret 2024 sampai September 2024 ini ialah “Merokok dan Konsumsi Kafein dengan IMT/U pada Remaja Putra”.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, bantuan, dorongan, arahan dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih juga kepada:

1. Ibu Widyawati Situmorang, M.Sc, selaku Ketua Yayasan Universitas Widya Nusantara.
2. Bapak Dr. Tigor H. Situmorang, M.H., M.Kes, selaku rektor Universitas Widya Nusantara.
3. Ibu Arfiah SST, Bd, M.Keb, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara.
4. Ibu Adillah Imansari, S,Gz., M.Si, selaku Ketua Prodi Gizi Universitas Widya Nusantara.
5. Ibu Lilik Sofiatus Solikhah, S.K.M., M.Gz, selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dukungan moral dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Masfufah, S.Gz., M.P.H, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam perbaikan skripsi ini.

7. Ibu Hardianti, S.Gz., M.K.M, selaku penguji utama yang telah memberikan kritik dan saran untuk perbaikan skripsi ini.
8. SMK Negeri 1 Sigi atas bantuan dan kerjasamanya sehingga penelitian ini dapat terselesaikan sesuai waktu yang telah ditetapkan.
9. Responden yang telah bersedia membantu dalam penelitian sehingga penelitian dapat berjalan dengan baik dan lancar.
10. Terima kasih kepada kedua kakak saya Andriyanto Imanuel Simuru dan Nickson Simuru yang sudah selalu mengingatkan disaat penulis lupa dengan kewajiban-kewajiban penulis saat proses penyusunan proposal dan skripsi serta mendukung dalam hal doa, kasih sayang, motivasi, dan material.
11. Terima kasih kepada keluarga pihak papa dan mama yang senantiasa memberikan dukungan baik moral maupun material.
12. Terima kasih kepada Rifka, Yuni Alda Rinda SL. Taim, dan Juliansy Rahmana sebagai teman berjuang dari awal sampai di titik ini walaupun banyak sekali drama dan komedi yang sudah mengisi draft perkuliahan selama empat tahun ini serta keringat dan lelah selama penulis melakukan penelitian.
13. Terima kasih juga untuk semua organisasi yang telah menjadi wadah untuk berkembang dan mengisi waktu luang penulis dengan hal-hal yang bermanfaat bagi penulis baik Himpunan Mahasiswa Gizi, UKM, dan Badan Eksekutif Mahasiswa.
14. Terima kasih untuk member Seventeen yang sudah menghibur saat-saat penulis sedang dalam tekanan ketika proses penyusunan proposal dan skripsi, tetap lanjutkan *going seventeen* di era penulis akan menjadi pengangguran sementara sampai akhirnya menemukan tempat yang cocok untuk mengukir masa depan yang cerah dan bahagia.
15. Kepada Hoshi, terima kasih sudah jadi *boyfriend* halo dengan jarak 4167 km sudah menjadi penyemangat, horanghae.

Segala proses perjuangan penulis sampai dititik ini, penulis persembahkan juga teruntuk orang-orang hebat yang menjadi penyemangat, menjadi alasan kuat dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis telah banyak menerima bimbingan, bantuan, dorongan, arahan, dan doa dari berbagai pihak yang tidak sempat penulis sebutkan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu gizi.

Palu, 15 Agustus 2024



Meldy Indriani Aurora Simuru

202004021

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PERNYATAAN	ii
ABSTRAK BAHASA INDONESIA	iii
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	iv
HALAMAN JUDUL	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori	5
B. Kerangka Teori	14
C. Kerangka Konsep	15
D. Hipotesis	15
BAB III METODE PENELITIAN	16
A. Desain Penelitian	16
B. Tempat dan Waktu Penelitian	16
C. Populasi dan Sampel	16
D. Variabel Penelitian	17
E. Definisi Operasional	18
F. Instrumen Penelitian	19
G. Teknik Pengumpulan Data	19
H. Analisis Data	19

I. Bagan Alur Penelitian	21
J. Etika Bagi Penelitian dan Penulis	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	23
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	23
B. Hasil Penelitian	23
C. Pembahasan	25
D. Keterbatasan Penelitian	27
BAB V PENUTUP	28
A. Simpulan	28
B. Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN	34

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Status gizi berdasarkan IMT/U	8
Tabel 2.2 Jumlah kafein dalam beberapa bahan makanan	12
Tabel 3.1 Definisi operasional penelitian	18
Tabel 4.1 Hasil analisis distribusi karakteristik responden (Usia Remaja dan IMT/U) ($f=145$)	23
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi variabel (Tidak merokok, merokok tembakau, dan merokok non tembakau) ($f=145$)	24
Tabel 4.3 Distribusi konsumsi kafein (Jarang, sering, dan sangat sering) ($f=145$)	24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka teori penelitian	14
Gambar 2.2 Kerangka konsep	15
Gambar 3.1 Bagan alur penelitian	21

LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Kode Etik (*Ethical Clearance*)
- Lampiran 3. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 4. Surat Balasan Pengambilan Data Awal
- Lampiran 5. Surat Permohonan Turun Penelitian
- Lampiran 6. Lembar Sebelum Persetujuan
- Lampiran 7. Kuesioner
- Lampiran 8. Permohonan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 9. Surat Balasan Selesai Penelitian
- Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 11. Riwayat Hidup
- Lampiran 12. Lembar Bimbingan Proposal dan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *United Nations International Childrens's Emergency Fund* (UNICEF), masa remaja adalah masa rentang usia 10 – 19 tahun. Populasi remaja di Indonesia sebanyak 17%. Berdasarkan jenis kelamin bahwa jumlah terbanyak yaitu pada remaja putra sebesar 52% dari total keseluruhan (Unicef, 2021). Pada masa remaja perubahan fisik merupakan salah satu perubahan yang sangat cepat. Dalam pertumbuhan fisik saat masa peralihan dari remaja ke dewasa sangat membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi. Kebutuhan zat gizi dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup remaja (Hafiza *et al.*, 2020). Remaja di Indonesia saat ini mengalami masalah gizi ganda diantaranya gizi lebih dan gizi kurang (Rusilanti dan Riska, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, prevalensi anak dan remaja usia 5-19 tahun dengan kelebihan berat badan meningkat 12% dari tahun 1990 sampai 2022, dan 2% lebih banyak pada remaja putra (World Health Organization, 2024). Prevalensi nasional masalah status gizi remaja usia 16-18 tahun berdasarkan indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U) pada tahun 2018-2023 mengalami fluktuatif. Remaja berstatus gizi lebih menurun 1,4% dan gizi kurang naik 0,2%. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi remaja laki-laki berstatus gizi lebih meningkat 0,5% dan gizi kurang menurun 0,5% sedangkan pada remaja perempuan berstatus gizi lebih menurun 3,3% dan gizi kurang meningkat 0,8%. Selanjutnya, prevalensi remaja berstatus gizi kurus sebesar 9,7%, sangat kurus sebesar 1,4%, gizi lebih sebesar 7,4%, dan kegemukan sebesar 5,1% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023); (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Status gizi merupakan gambaran tubuh manusia akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi dalam tubuh. Masalah gizi dapat dipengaruhi oleh status gizi seseorang dan dapat dialami oleh semua golongan usia termasuk usia remaja (Mughtar, Rejeki dan Hastian, 2022). Status gizi dapat diketahui dengan menggunakan metode pengukuran status gizi yaitu Indeks Massa Tubuh (IMT) (Leonardo, Dary, dan Dese, 2021). Faktor utama yang dapat mempengaruhi status

gizi terbagi menjadi dua yaitu asupan makan dan tingkat kesehatan. Sedangkan faktor lain diantaranya kebiasaan makan, pemeliharaan kesehatan, lingkungan, dan sosial yang mempengaruhi penyakit infeksi (Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Borneo, 2023). Status gizi juga dapat dipengaruhi oleh kebiasaan merokok dan konsumsi kafein (Bagaskoro dan Amelia, 2020); (Manja, Marlenywati dan Mardjan, 2020).

Remaja saat ini banyak menggunakan rokok pada usia yang masih muda tanpa memperhatikan akibatnya dan kurang kesadaran diri sehingga tidak memperhatikan bahaya yang ditimbulkan. Menurut *World Health Organization* (WHO) sebanyak 8 juta orang telah terbunuh karena penggunaan tembakau setiap tahunnya (World Health Organization, 2023). Penggunaan rokok dalam jangka waktu yang lama dapat mempengaruhi status gizi. Sebuah studi *meta-analitik* menemukan bahwa asupan energi, kolesterol, lemak jenuh, vitamin dan serat antioksidan lebih rendah pada perokok dibandingkan bukan perokok. Sebuah penelitian juga menunjukkan bahwa perokok memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) dan berat badan yang lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak merokok. Hal tersebut dikarenakan kandungan dari nikotin yang meningkatkan laju metabolisme sebesar 10% dalam 24 jam dan memperpanjang jarak antar makan yang menyebabkan asupan makanan jadi lebih sedikit sehingga Indeks Massa Tubuh (IMT) mengalami penurunan (Ayudiapala, Hermayanti dan Eriyani, 2023). Status gizi lebih juga dialami oleh perokok, dengan prevalensi lebih rendah dari perokok yang memiliki status gizi normal (Yuwono, Galenso dan Hafid, 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anan Bagaskoro (2020), terdapat hubungan antara penggunaan rokok dengan status gizi remaja sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Brain Gantoro (2020) tidak terdapat hubungan antara merokok dengan status gizi (Bagaskoro dan Amelia, 2020); (Gantoro, 2020).

Prevalensi perokok tahun 2020 sebesar 22,3%, berdasarkan jenis kelamin untuk laki-laki sebesar 36,7% dan perempuan sebesar 7,8% (Barrington-Trimis *et al.*, 2020). Tidak hanya di seluruh dunia, banyak perokok di Indonesia yang mulai merokok di usia muda (Ayudiapala, Hermayanti dan Eriyani, 2023). Indonesia tahun 2023, prevalensi merokok usia 10-18 tahun sebesar 7,4%. Provinsi Sulawesi

Tengah sebesar 7%. Berdasarkan kelompok usia, prevalensi merokok tertinggi pada usia 15-19 tahun yaitu sebesar 64,6% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Tahun 2021, prevalensi deteksi dini faktor resiko merokok dengan estimasi tertinggi adalah Kabupaten Sigi Biromaru sebesar 22,96% (6.038 jiwa) (Dinas kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah, 2021). Sedangkan, tahun 2022 prevalensi merokok di kabupaten sigi berada pada peringkat keempat tertinggi yaitu sebesar 25,26% (Profil Kesehatan Ibu dan Anak Provinsi Sulawesi Tengah, 2022). Prevalensi merokok di Kabupaten Sigi masih tergolong tinggi selama dua tahun berturut-turut dan mengalami peningkatan dari tahun 2021 sampai tahun 2022. Di Indonesia, merokok masih dianggap sebagai perilaku normal dan bagian dari kehidupan sosial dan gaya hidup, tanpa memahami risiko dan bahayanya bagi diri sendiri dan masyarakat sekitar (Bagaskoro dan Amelia, 2020).

Merokok saat ini dikaitkan dengan konsumsi kopi dikalangan remaja sambil mengobrol, bercanda dengan suasana nyaman di tempat yang strategis (Ananda *et al.*, 2023). Kalangan remaja, konsumsi kafein sangat tinggi salah satunya minuman kopi, hal tersebut karena kebiasaan nongkrong atau kumpul bersama teman sebaya sambil minum kopi (Pramono *et al.*, 2022). Konsumsi kafein dipengaruhi oleh gaya hidup di kalangan masyarakat termasuk kalangan usia sekolah (Nafi'awani, Ayu dan Adyani, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Manja (2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi kafein dan kejadian obesitas pada mahasiswa (Manja, Marlenywati dan Mardjan, 2020). Akan tetapi, terdapat juga penelitian yang menunjukkan tidak ada hubungan antara konsumsi kopi dan status gizi (Megawati *et al.*, 2023). Dalam sebuah penelitian menunjukkan hampir seluruh remaja dari 15.686 responden mengonsumsi soda sekali dalam satu hari atau lebih dan mengonsumsi kopi sekali dalam satu minggu (Nafi'awani, Ayu dan Adyani, 2022). Kafein merupakan senyawa kimia yang terdapat pada berbagai minuman seperti kopi, teh, *softdrink*, minuman berenergi dan minuman coklat (Khoerunisa, Hermanto dan Aminarista, 2019). Kandungan senyawa kafein yang terdapat pada minuman kopi dapat mempengaruhi kejadian obesitas. Kafein dapat merangsang hiperaktif sistem saraf simpatik dengan mempercepat konsumsi energi dan hilangnya lemak tubuh.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait merokok dan kebiasaan konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra di SMK Negeri 1 Sigi Biromaru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis merumuskan masalah “Apakah ada hubungan merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik usia remaja putra.
- b. Membuktikan hubungan antara merokok dan IMT/U pada remaja putra.
- c. Membuktikan hubungan antara konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra.

D. Manfaat Penelitian

1. Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi dibidang gizi dan kesehatan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya hubungan merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra.

2. Masyarakat

Memberikan pengetahuan dan informasi bagi masyarakat terkait merokok dan konsumsi kafein terhadap status gizi remaja putra sehingga menjadi bahan pembelajaran dalam kehidupan sehari-hari.

3. Remaja Putra Kabupaten Sigi Biromaru

Sebagai gambaran status gizi terhadap merokok dan konsumsi kafein pada remaja putra.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, M. 2017. Communication research methods. *The SAGE encyclopedia*.
- Ali, M. M., Hariyati, T., Pratiwi, M. Y., dan Afifah, S. 2022. Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Penerapan Nya Dalam Penelitian. *Education Journal*. 2(2).
- Ananda, F., Haris, S., dan Erwansyah. 2023. Perilaku Konsumtif Remaja Di Warung Kopi Di Kota Muntok. *Jurnal Ilmu Sosial, Manajemen, dan Akuntansi (JISMA)*. 2(1):875-880.
- Anabo, I. F., Elexpuru-Albizuri, I., dan Villardon-Gallego, L. 2019. Revisiting The Belmont Report's Athical Principles in Internet-Mediated Research: Perspective from Disciplinary Associations in The Social Sciences. *Ethics and information technology*. 21(2):137-149.
- Ayudiapala, D., Hermayanti, Y. dan Eriyani, T. 2023. Ketergantungan Perilaku Merokok dan Status Gizi Remaja pada Siswa-Siswi Perokok Aktif. *Journal of Telenursing (JOTING)*. 5(2):3146–3154.
- Bagaskoro, A. dan Amelia, V. L. 2020. Hubungan Antara Konsumsi Rokok Dengan Status Nutrisi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 5(2):1-5.
- Barrington, J. L., Braymiller, J. L., Unger, J. B., McConnell, R., Stokes, A., Leventhal, A. M., Sargent, J. D., Samet, J. M. dan Goodwin, R. D. 2020. Trends in the Age of Cigarette Smoking Initiation Among Young Adults in the US From 2002 to 2018. *Public Health*. 3(10):1–12.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B., dan Turner, L. A. 2014. Research Methods, Design and Analysis. *Pearson*.
- Dahlan, M. S. 2014. Deskriptif, Bivariat, dan multivariat dilengkapi aplikasi menggunakan SPSS. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*.
- Dean, A. G., Sullivan, K. M., dan Soe, M M. 2013. OpenEpi: Open Source Epidemiologic Statistics for Public Health, Version. *www.OpenEpi.com*. 13 Mei 2024.
- Dinas Kesehatan Kampar. 2023. Kesehatan Remaja. <https://pkm-gunungbungsu.dinkes.kamparkab.go.id/artikel-detail/6/kesehatan-remaja>. 11 April 2024.
- Dinas kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. 2021. *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*. Palu.
- Fagan, M. J., Sebastiano, K. M. D., Qian, W., Leatherdale, S. dan Faulkner, G. 2020. Coffee and cigarettes: Examining the association between caffeinated beverage

- consumption and smoking behaviour among youth in the COMPASS study. *Preventive Medicine Reports*. 19:2–8.
- Florentika, R., dan Kurniawan, W. 2022. Analisis Kuantitatif Tar dan Nikotin Terhadap Rokok Kretek yang Beredar di Indonesia. *ERUDITIO*. 2(2):22–32.
- Fransiska, M., dan Firdaus, P. A. 2019. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Sma X Kecamatan Payakumbuh. *JURNAL KESEHATAN*. 10(1):11-16.
- Gantoro, B. 2020. Hubungan Merokok dengan Status Gizi dan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Angkatan 2016-2018 Universitas Batam. *Zona Kedokteran*. 10(1).
- Hafiza, D., Utami, A., dan Niriayah, S. 2020. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru. *Jurnal Medika Hutama*. 2(1):332-342.
- Hamzah, Hasrul, dan Hafid, A. 2020. Pengaruh Pola Makan Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 5(2):70-75.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riskesmas*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesmas-2018_1274.pdf. 26 February 2024.
- Kemertian Kesehatan RI. 2023. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2871/perokok-muda-mengungkap-faktor-faktor-yang-mendorong-remaja-untuk-merokok. 5 Agustus 2024.
- Khoerunisa, S., Hermanto, R. A., dan Aminarista. 2019. Hubungan Antara Asupan Kafein, Kualitas Tidur dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah. *Journal of Holistic and Health Sciences*. 3(1):30–38.
- Kurniawan, I., Fadji, T. K. dan Rahmad, A. H. A. 2021. Perbedaan status gizi antara perokok dan bukan perokok pada mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*. 2(2):164-169.
- Leonardo, C., Dary, dan Dese, D. C. 2021. Gambaran Status Gizi dan Aktivitas Fisik Remaja Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 6(4):79-84.
- Manja, P., Marlenywati, dan Mardjan. 2020. Hubungan Antara Konsumsi Kafein, Screen Time, Lama Tidur, Kebiasaan Olahraga dengan Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pontianak. *Jurnal Mahasiswa dan Penelitian Kesehatan*. 7(1):1–9.
- Marmanik, T. S. 2021. Hubungan Jenis Rokok Dan Derajat Merokok Terhadap Status Kesehatan Masyarakat di Desa Tegal Mukti Kecamatan Negeri Besar Kabupaten Way Kanan. *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan. Lampung.

- Mierza, V., Aenah, N., Nurlaela, Fransiska, A. N., Malik, H. L., Wulanbirru, P. 2023. Literature Review: Analisis Kadar Kafein Menggunakan Metode Spektrofotometri Uv-Vis. *Jurnal Farmaetis*. 12(1).
- Kumala, A. M., Margawati, A., dan Rahadiyanti, A. 2019. Hubungan Antara Durasi Penggunaan Alat Elektronik (Gadget), Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 13-15 Tahun. *Journal of Nutrition College*. 8(2):73–80.
- Megawati, Ramlan, Umar, F., dan Haniarti. 2023. Screen-Time and Coffee Consumption With Nutritional Status And Sleep In Adult Screen-Time. *Public Health Nutrition Journal*. 3(1):1–11.
- Muchtar, F., Rejeki, S. dan Hastian. 2022. Pengukuran dan penilaian status gizi anak usia sekolah menggunakan indeks massa tubuh menurut umur. *Abdi Masyarakat*. 4(2):1–5.
- Nafi'awani, N. J., Ayu, S., dan Adyani, M. 2022. Hubungan Konsumsi Kafein dengan Kualitas Tidur pada Remaja di MAN 11 Jakarta Tahun 2023. *Journal Nursing Care*. 84–94.
- Nova, L.H., Wanda, L., dan Manggabarani, S. 2020. Hubungan Keberagaman Makanan, Makanan Jajanan Dan Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi Remaja Di Kabupaten Labuhan Batu. *Nutrire Diaita*. 12(02):45–51.
- Oktavina, R.I. and Sutikno, E. 2020. Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun. *The Indonesian Journal of Health*. (3):128–132.
- Panjaitan, R. S., Ashari, R. S., Rafael, Cristina, Y., Nurulah, M., Asfia, N., Alifia, S., Amwar, S., Agustin, A., Sari, D. S., Putri, F., Rahmi, S. W., Manongga, A., Sari, M. T. 2022. Caffein Levels In Green Tea Bags. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Research*. 2(1).
- Peraturan Menteri Kesehatan RI. 2020. *Standar Antropometri Anak, Menteri Kesehatan Republik Indonesia*.
- Permatasari, A., Winariani, dan Effendi, W. I. 2023. Dampak Rokok Elektronik (Vape) pada Kesehatan Paru. <https://rsudrsoetomo.jatimprov.go.id/2023/pkrs/artikelKes/2023/artikel15.php>. 31 Mei 2024.
- Pramono, Y. S., Milasari, Fitriani, A. 2022. The Correlation Between Coffee Consumption And Sleep Patterns For Adolescents Aged 17-25 Years. *Journal of Nursing and Health Education*. 2(1):11-16.
- Rini, P. S., dan Majid, Y. A. 2022. *Analisis Kebiasaan Merokok dan Status Gizi Pada Remaja*. Dilihat pada 26 April 2024.
- Robinson, P., dan Arsani, A. M. 2020. Pengaruh Tingkat Pendidikan Tingkat Kesejahteraan dan Penghasilan Terhadap Konsumsi Rokok Harian dari

- Penduduk Dewasa di Indonesia Tahun 2015. *Bappenas Working Papers*. 3(1):75-87.
- Ronitawati, P. 2020. *Modul Penilaian Status Gizi*.
- Rothenberg, E., Strandhagen, E., Samuelsson, J., Ahlner, F., Sterner, T. R., Skoog, I., dan Lundberg, C. E. 2021. Relative Validity of A Short 15-Item Food Frequency Questionnaire Measuring Dietary Quality, By The Diet Hisyory Method. *Nutrients*. 13:1-12.
- Rusilanti dan Riska, N. 2021. Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan*. 8(2):175–185.
- Sangadji, N. 2019. *Modul Dasar-dasar Kesehatan Reproduksi*.
- Sari, E. I. M. 2018. Penentuan Kadar Kafein Pada Kopi Bubuk Di Pasaran Di Daerah Surakarta Dengan Metode Spektrofotometri Uv-Vis. *Karya Tulis Ilmiah*. Program Studi D-III Analisis Kesehatan Universitas Setia Budi. Surakarta.
- Setiawati, N. P. E., Citrawati, N. K. dan Oktaviani, N. P. W. 2020. Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok dengan Perilaku Merokok Pada Remaja. 1–11.
- Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Borneo. 2023. <https://stikeshb.ac.id/status-gizi-menurut-kemenkes-dan-faktor-yang-mempengaruhi/>. 6 Juni 2024.
- Survei Kesehatan Indonesia. 2023.
- Sutarjana, M. A. 2021. Hubungan Frekuensi Konsumsi Kafein dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda. *GIZI INDONESIA*. 44(2):145–154.
- Tjahjani, N. P., Chairunnisa, A., Handayani, H. 2021. Analisis Perbedaan Kadar Kafein Pada Kopi Bubuk Hitam Dan Kopi Bubuk Putih Instan Secara Spektrofotometri Uv-Vis. *Cendekia Journal of Pharmacy*. 5(1).
- Tolukun, T. 2020. Penyuluhan Dampak Minuman Alkohol Pada Remaja di Kelurahan Koya Kecamatan Tondano Selatan. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*. 6(4):1140–1143.
- Umara, A. F., Juliati, S., Antoni, T. D., Wulandari, S., Fitria, N., Nopiyanah, S., Indrianisa, Y., Mariani, S. dan Wijoyo, E. B. 2022. Pengelolaan Keinginan Merokok dengan Penyuluhan Metode 4DS di Kelurahan Poris Jaya Pada Masa Pandemi. *Community Services and Social Work Bulletin*. 2(1).
- Unicef. 2021. Profil Remaja 2021. <https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil%20Remaja.pdf>. 26 February 2024.

- Ningsih, W. P., Jalaluddin, M., Chalil, A., Akbar, A., dan Wildani, H. 2023. Pengaruh Konsumsi Kafein Terhadap Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Simantek*. 7(4):343–352.
- Wahyu, F., Karim, D., dan Tampubolon, N. R. 2022. Hubungan Intensitas Perilaku Merokok dan Lama Merokok dengan Indeks Massa Tubuh (IMT). *Jurnal Kesehatan Jompa*. 2(2):178-187.
- Widyotomo, S. dan Mulato, S. 2007. Kafein: Senyawa Penting Pada Biji Kopi. *Warta Pusat Penelitian Kopi dan Kakao Indonesia*. 23(1):44–50.
- Wikipedia. 2019. Kopiko. <https://id.wikipedia.org/wiki/Kopiko#:~:text=Kandungan%20kafein,-Situs%20web%20Kopiko&text=Situs%20web%20Caffeine%20Informer%20memperkirakan,kopi%20mengandung%20100%20mg%20kafein.%22>. 30 Mei 2024.
- World Health Organization. 2023. *Adolescent health*, https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1. 1 Maret 2024.
- World Health Organization. 2023. *Tobacco*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>. 2 Maret 2024.
- World Health Organization. 2024. *Obesity and overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. 2 Maret 2024.
- Yuwono, D. K., Galenso, N. dan Hafid, F. 2024. Smokers Diet Pattern and Nutritional Status in Sulawesi Tengah: Analysis of 2018 Basic Health Research. *Amerta Nutrition*. 8(1):8–16.
- Zahra, H. 2024. Hubungan Konsumsi Kopi dan Kualitas Tidur dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Teknik Sipil UNESA. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*. 2(3):66-80.