

Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji (*Fastfood*) dengan Kejadian Hipertensi pada Orang Usia Dewasa

Jeanita Fasya Melivia¹, Kristina Everentia Ngasu², Dewi Nur Puspita Sari³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani, Jl. Aria Santika No.40A,
RT.001/RW.003, Margasari Kec. Karawaci, Kota Tangerang, Banten 15114

[*jeanitafsy@gmail.com](mailto:jeanitafsy@gmail.com)

*corresponding author

Abstrak

Kebiasaan masyarakat mengkonsumsi makanan siap saji dapat berdampak buruk terhadap kesehatannya. dapat terjadi peningkatan asupan garam atau natrium dikarenakan makanan siap saji mengandung kadar garam atau natrium yang tinggi sehingga bisa menyebabkan resiko terkena penyakit hipertensi atau peningkatan tekanan darah tinggi. Untuk mengidentifikasi hubungan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian hipertensi pada orang usia dewasa. Penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan secara potong lintang (*cross sectional*). Teknik *non Probability Sampling* dengan metode *Purposive sampling* **Jumlah Sampel** :174 responden. Uji Normalitas, Analisis Univariat, Analisis Bivariat. **Hasil** : analisa hasil dengan uji chi-square didapatkan hasil P-Value 0,003 (< 0,5). Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi menunjukkan bahwa ada hubungan konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi pada orang usia dewasa.

Kata Kunci : Konsumsi, Makanan Siap Saji, Hipertensi

The Relationship Between Fast Food Consumption and the Incidence of Hypertension in Adults

Abstract

People's habit of consuming fast food can have a negative impact on their health. there can be an increase in salt or sodium intake because fast food contains high levels of salt or sodium so that it can cause the risk of hypertension or increased high blood pressure. Objective to identify the relationship between fast food consumption (fast food) and the incidence of hypertension in adults. Research Design: quantitative research with a descriptive correlational design with a cross sectional approach. Sample Technique: non-probability sampling technique with purposive sampling method: 174 respondents. Data Analysis: Normality Test, Univariate Analysis, Bivariate Analysis. Results: analysis of the results with the chi-square test obtained a P-Value of 0.003 (<0.5). Conclusion: Based on the results of the study, it can be concluded that the consumption of fast food (fastfood) with the incidence of hypertension shows that there is a relationship between fast food consumption (fastfood) with the incidence of hypertension in adults.

Keywords: Consumption, Fast Food, Hypertension.

PENDAHULUAN

Kebiasaan masyarakat mengkonsumsi makanan siap saji dapat berdampak buruk terhadap kesehatannya. Dampak yang terjadi antara lain dapat meningkatkan penumpukan lemak karena didalam makanan siap saji itu terutama pada kulit ayam goreng terdapat lemak yang banyak sehingga bisa menyebabkan obesitas, dan juga dapat

meningkatkan asupan gula yang tinggi dikarenakan makanan siap saji terutama minumannya mengandung kadar gula yang tinggi sehingga bisa menyebabkan resiko terkena penyakit diabetes, selain itu juga dapat terjadi peningkatan asupan garam atau natrium dikarenakan makanan siap saji mengandung kadar garam atau natrium yang tinggi sehingga

bisa menyebabkan resiko terkenanya penyakit hipertensi atau peningkatan tekanan darah tinggi. Dalam mengkonsumsi makanan siap saji kita harus memiliki pengetahuan mengenai bahaya apa yang ditimbulkan dari kebiasaan mengkonsumsi *fast food* tersebut (Hanum et al. 2015)

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Di tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Sekitar sepertiga dari orang dewasa di Asia Timur-Selatan menderita hipertensi (WHO, 2015). Diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama terjadi di negara berkembang pada tahun 2025, dari jumlah 639 juta kasus di tahun 2000. Jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025 (Ardiansyah, 2012).

Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2018 menghasilkan peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan pada tahun 2013, prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan riskesdas 2018 adalah 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan pada tahun 2013 yaitu prevalensi 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2020, Total pengidap Hipertensi tahun 2020 adalah 1.839.842 orang, sedikit menurun dibandingkan tahun 2019 yaitu 1.857.866 jiwa dengan jumlah total pengidap Hipertensi lebih banyak adalah pada laki-laki, sedangkan penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan baru 64,4 persen dari total estimasi penderita Hipertensi se Provinsi Banten. Pada gambar 3.32 dapat dilihat bahwa Kota Tangerang 100 persen penderita Hipertensi mendapatkan pelayanan kesehatan, sedangkan Kabupaten Lebak memiliki persentase penderita Hipertensi mendapat pelayanan kesehatan terendah dengan 5 persen (Dinas Kesehatan

Provinsi Banten, 2021).

Menurut Profil Dinas Kesehatan Kota Tangerang tahun 2020, Hipertensi terbagi menjadi hipertensi esensial atau hipertensi sekunder. Sekitar 90–95% kasus tergolong "hipertensi primer", yang berarti tekanan darah tinggi tanpa penyebab medis yang jelas. Kondisi lain yang mempengaruhi ginjal, arteri, jantung, atau sistem endokrin menyebabkan 5-10% kasus lainnya (hipertensi sekunder). Berdasarkan skrining penduduk usia 15 tahun keatas di Kota Tangerang tahun 2020, ditemukan jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun sebanyak 124.700 orang dengan jumlah laki-laki 62.977 orang dan perempuan 61.723 orang (Dinkes Kota Tangerang, 2020).

Oleh karena itu dalam mengkonsumsi makanan siap saji harus diperhatikan karena mengkonsumsi makanan siap saji merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan suatu penyakit contohnya seperti penyakit darah tinggi atau hipertensi. Karena makanan siap saji mengandung natrium dan lemak sehingga membuat penyumbatan di dalam pembuluh darah yang membuat jantung bekerja dengan keras.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan secara potong lintang (*cross sectional*). Penelitian analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali korelasi fenomena antara faktor resiko (independen) dengan faktor efek (dependen). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu sebuah penelitian yang mempelajari hubungan antara faktor-faktor resiko dengan efek, melalui pendekatan observasi atau pengumpulan data yang dilakukan secara bersamaan pada saat yang sama (Notoatmodjo, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Uji Normalitas

Tabel 1.
Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk			
	Statictic	Df	Sig.	Statistct	Df	Sig.
Konsumsi Makanan Siap Saji	.370	174	.000	.632	174	.000
Kejadian Hipertensi	.538	174	.000	.133	174	.000

Berdasarkan tabel tersebut diperoleh nilai signifikan pada variabel X konsumsi makanan siap saji yaitu 0.000 dan pada variabel Y kejadian hipertensi yaitu 0.000. berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa ($\text{sig} < 0,05$) yang artinya data berdistribusi tidak normal. Dikarenakan tidak normal, maka uji statistik menggunakan uji *chi-square* untuk menentukan apakah terdapat hubungan atau tidak tentang hubungan konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi pada orang usia dewasa dipuskesmas periuk jaya.

B. Analisis Univariat

1. Data Demografi

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Usia Responden Pada Penderita Hipertensi

Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
35-40 Tahun	62	35,6%
41-45 Tahun	112	64,4%
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mengenai karakteristik usia responden di Wilayah Puskesmas Periuk Jaya dengan jumlah responden sebanyak 174 menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi banyak diderita oleh usia 41-45 tahun sebanyak 64,4% (112) responden.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden Penderita Hipertensi

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-laki	48	27,6%
Perempuan	126	72,4%
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mengenai karakteristik Jenis Kelamin responden di Wilayah Puskesmas Periuk Jaya dengan jumlah responden sebanyak 174 menunjukkan mayoritas penderita hipertensi banyak diderita oleh perempuan sebanyak 72,4% (126) responden.

Tabel 4.
Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Responden Pada Penderita Hipertensi

Pendidikan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
SD	30	17,2%
SMP	52	29,9%
SMA/SMK	74	42,5%
Diploma/Sarjana	18	10,3%
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mengenai karakteristik pendidikan terakhir responden di Wilayah Puskesmas Periuk Jaya dengan jumlah responden sebanyak 174 menunjukkan bahwa mayoritas pasien penderita hipertensi berdasarkan pendidikan terakhir yaitu SMA/SMK sebanyak 42,5% (74) responden.

Tabel 5.
Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden Pada Penderita Hipertensi

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Pegawai Negeri/BUMN	10	5,7%
Petani/Buruh	14	8,0%
Ibu Rumah Tangga	110	63,2%
Pegawai Swasta	32	18,4%
Wiraswasta/Wirusaha	8	4,6%
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mengenai karakteristik Pekerjaan responden di Wilayah Puskesmas Periuk Jaya dengan jumlah responden sebanyak 174 menunjukkan bahwa mayoritas pasien penderita hipertensi banyak di derita oleh ibu rumah tangga sebanyak 63,2% (110) responden.

2. Data Variabel Penelitian

Tabel 6.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Makanan Siap Saji Di

Konsumsi Makanan Siap Saji	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Konsumsi Buruk	114	65,5%
Konsumsi Baik	60	34,5%
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mengenai konsumsi makanan siap saji responden di Wilayah Puskesmas Periuk Jaya dengan jumlah responden sebanyak 174 menunjukkan bahwa mayoritas pasien penderita hipertensi yang konsumsi buruk (konsumsi makanan siap saji berlebihan) berjumlah sebanyak 65,5% (114) responden.

Tabel 7.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi Di

Kejadian Hipertensi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Hipertensi Berat	143	82,2
Hipertensi ringan	31	17,8
Total	174	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat mengenai kejadian hipertensi di Wilayah Puskesmas Periuk Jaya dengan jumlah responden sebanyak 174 menunjukkan bahwa mayoritas pasien penderita hipertensi yang mengalami hipertensi berat berjumlah sebanyak 82,2 (143) responden.

C. Analisis Bivariat

Tabel 8.

Hasil Crosstabulation Berdasarkan Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji (Fastfood) Dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Usia Dewasa Di Puskesmas Periuk Jaya

Konsumsi Makanan Siap Saji	Kejadian Hipertensi				Total		OR (95% CI)	P- Value
	Hipertensi Berat		Hipertensi Ringan		N	%	3,330	0,003
	N	%	N	%				
	Konsumsi buruk	101	88,6%	13	11,4%	114	100,0%	
Konsumsi baik	42	70,0%	18	30,0%	60	100,0%	1,266	0,003
Total	143	82,2%	31	17,8%	174	100,0%		

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil analisis dari 174 responden tentang konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi pada orang usia dewasa menunjukkan bahwa yang konsumsi buruk sehingga mengalami hipertensi berat yaitu sebanyak 88,6% (101) responden dan yang konsumsi buruk sehingga mengalami hipertensi ringan yaitu sebanyak 11,4% (13) responden, sedangkan yang konsumsi baik sehingga mengalami hipertensi berat yaitu sebanyak 70,0% (42) responden dan yang konsumsi baik sehingga mengalami hipertensi ringan yaitu sebanyak 30,0% (18) responden.

Hasil yang didapat uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* bahwa didapatkan nilai P-value 0,003 dimana nilai tersebut $P\text{-value } 0,000 < 0,05$. Maka dari hasil nilai p-value 0,003 tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada hubungan tentang konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi pada orang usia dewasa di puskesmas periuk jaya. Hasil analisis nilai OR dengan hasil 3,330 dari konsumsi makanan siap saji dan hasil 1,266 dari kejadian hipertensi yang artinya konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan konsumsi buruk dapat mempunyai peluang 3 kali terkena hipertensi berat.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang Hubungan Konsumsi Makanan Siap Saji (*Fastfood*) Dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Usia Dewasa Di Puskesmas Periuk Jaya yang dilakukan pada 174 responden maka peneliti dapat menyimpulkan :

1. Mayoritas responden dengan konsumsi buruk berjumlah sebanyak 65,5% (114). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa lebih banyak responden yang konsumsi buruk dari pada responden konsumsi baik.
2. Mayoritas responden dengan hipertensi berat berjumlah sebanyak 143 responden (82,2%). Dari data tersebut dapat dilihat

bahwa lebih banyak responden yang terkena hipertensi berat dari pada yang terkena hipertensi ringan.

3. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi menunjukkan bahwa ada hubungan konsumsi makanan siap saji (*fastfood*) dengan kejadian hipertensi pada orang usia dewasa di Puskesmas Periuk Jaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, A. (2012). Upaya Pencegahan Hipertensi Primer di Masyarakat. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 62(3), 150-155.
- Banten, D. K. P. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2021 (Issue 1).
- Destra, E., Frisca, F., Santoso, A. H., & Firmansyah, Y. (2022). Hubungan Asupan Makanan Cepat Saji dengan Angka Kejadian Hipertensi pada Orang Dewasa dengan Aktifitas Fisik Ringan Hingga Sedang. *Jurnal Medika Hutama*, 3(03 April), 2525-2529.
- Dinkes Kota Tangerang. (2020). Profil Kesehatan daerah kota tangerang. Portal Resmi Dinas Kesehatan Kota Tangerang, 69, 214. <https://dinkes.tangerangkota.go.id/informasi/laporankinerja>
- Hanum, T. S. L., & Dewi, A. P. (2015). *Hubungan antara Pengetahuan dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja* (Doctoral dissertation, Riau University).
- Kemkes RI. (2019, mei 17). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Retrieved may 06, 2024, from <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan cetakan ke-3. *Pt Rineka Cipta*.
- Nurkhofifah, S. W., & Putriningtyas, N. D. (2023). Status Gizi, Konsumsi Fast food, dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 3(3), 402-407.
- Setyaningsih, E. D., & Manikam, R. M. (2021). Hubungan Konsumsi Fast food dan Asupan Natrium dari Fast food dengan Tekanan Darah Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 9(1), 9-15.
- Suprayitno, V. Y., Romadhona, N., Surialaga, S., & Hermawan, N. A. (2023, January). Kaitan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif. In *Bandung Conference Series: Medical Science* (Vol. 3, No. 1, pp. 262-266).