

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI *FAST FOOD* DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA AKHIR DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SEI LANGKAI KOTA BATAM

Meitha Putri Rahwani

Program Studi Sarjana Gizi

Insitut Kesehatam Mitra Bunda

Dosen Pembimbing

Citra Dewi Anggraini,S.Tr.,M.K.M

Amalina Rizma,S.Gz.,M.Gz

Kata Kunci : Dewasa Akhir, Hipertensi, *Fast Food*

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang signifikan pada usia dewasa akhir dan dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Salah satu faktor risiko yang dapat dimodifikasi adalah pola makan tidak sehat, termasuk konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yang tinggi natrium dan lemak jenuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa akhir (46-59 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. Penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain cross sectional. Sampel berjumlah 105 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Pengumpulan data meliputi konsumsi *fast food* dengan menggunakan kuesioner *food Frequency questionnaire* (FFQ) dan pengukuran tekanan darah menggunakan alat *sphygmomanometer*. Analisis data menggunakan uji *korelasi Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden sering mengonsumsi *fast food* (89,5%) selama 1 bulan terakhir. Jenis *fast food* yang paling sering dikonsumsi adalah gorengan (52,4%), nasi padang (52,4%), dan mie instant (51,4%). Tekanan darah responden tergolong pre-hipertensi sebesar 32,4% dan hipertensi tahap 1 sebesar 30,4%. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi ($p = 0,440$: $r = 0,076$) dengan kekuatan hubungan sangat lemah dan arah hubungan positif. Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa akhir. Dengan demikian diharapkan kepada masyarakat terutama usia dewasa akhir untuk membatasi konsumsi makanan tinggi natrium, peningkatan asupan buah dan sayur, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin setiap bulan sebagai upaya pencegahan hipertensi.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAST FOOD CONSUMPTION
FREQUENCY AND THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN LATE
ADULTS IN THE WORKING AREA OF THE SEI LANGKAI
COMMUNITY HEALTH CENTER, BATAM CITY**

Meitha Putri Rahwani

Bachelor of Nutrition Program

Mitra Bunda Health Institute

Supervisor

Citra Dewi Anggraini, S.Tr., M.K.M

Amalina Rizma, S.Gz., M.Gz

Keywords : Hypertension, Fast Food, Late Adulthood

ABSTRACT

Hypertension is a significant health problem in late adulthood and can increase the risk of cardiovascular disease. One modifiable risk factor is an unhealthy diet, including the consumption of fast food high in sodium and saturated fat. This study aims to determine the relationship between the frequency of fast food consumption and the incidence of hypertension in late adulthood (46-59 years) in the working area of the Sei Langkai Community Health Center, Batam City. This study was an observational analytic with a cross-sectional design. A sample of 105 respondents was selected using a purposive sampling technique based on predetermined inclusion and exclusion criteria. Data collection included fast food consumption using a Food Frequency Questionnaire (FFQ) and blood pressure measurement using a sphygmomanometer. Data analysis used the Pearson correlation test. The results showed that most respondents frequently consumed fast food (89.5%) during the past month. The most frequently consumed types of fast food were fried foods (52.4%), Padang rice (52.4%), and instant noodles (51.4%). The blood pressure of respondents was classified as pre-hypertension at 32.4% and stage 1 hypertension at 30.4%. The results showed no significant relationship between the frequency of fast food consumption and the incidence of hypertension ($p = 0.440$; $r = 0.076$) with a very weak relationship strength and a positive direction of the relationship. The conclusion of this study is that there is no relationship between the frequency of fast food consumption and the incidence of hypertension in late adulthood. Therefore, it is hoped that the community, especially late adulthood, will limit the consumption of high-sodium foods, increase fruit and vegetable intake, and have regular blood pressure checks every month as an effort to prevent hypertension.

