

Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makan Tinggi Natrium, *Fast Food* dan *Soft Drink* dengan Tekanan Darah pada Remaja di Kota Yogyakarta

Siti Ainur Rachmah¹⁾, dr. Emy Huriyati¹⁾, Retno Pangastuti²⁾

INTISARI

Latar belakang : Hipertensi adalah masalah kesehatan yang umum terjadi pada masyarakat Indonesia saat ini. Tidak hanya orang dewasa, saat ini anak-anak dan remaja sudah dapat memiliki risiko penyakit hipertensi. Saat ini kebiasaan konsumsi makan pada remaja didominasi oleh konsumsi makanan kemasan atau instan serta makanan cepat saji yang mengandung natrium tinggi. Selain itu, kebiasaan konsumsi makanan cepat saji seperti *fast food* dan *soft drink* pun menjadi gaya hidup para remaja saat ini. Hal tersebut dapat menyebabkan munculnya berbagai masalah kesehatan yang berkaitan dengan gizi, seperti hipertensi. Hipertensi pada usia remaja merupakan suatu masalah yang dapat berlanjut hingga usia dewasa yang akan meningkatkan risiko terjadinya morbiditas dan mortalitas di kemudian hari.

Tujuan : Mengetahui hubungan antara konsumsi makan tinggi natrium, *fast food* dan *soft drink* dengan tekanan darah pada remaja di Kota Yogyakarta.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel penelitian berupa *simple random sampling*. Penelitian dilakukan di 5 SMA di Yogyakarta. Sebanyak 324 siswa yang masuk ke dalam kriteria inklusi. Variabel penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi makan tinggi natrium, *fast food* dan *soft drink* sebagai variabel bebas dan tekanan darah sebagai variabel terikat. Uji untuk mengetahui hubungan antar variabel atau uji hipotesis yang digunakan adalah uji *chi-square*.

Hasil : Prevalensi remaja di Kota Yogyakarta yang memiliki tekanan darah yang termasuk ke dalam kategori pre-hipertensi sesuai umur, jenis kelamin dan tinggi badan sebesar 9%. Kebiasaan konsumsi makan tinggi natrium tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,28$ dengan OR = 1,53. Frekuensi konsumsi makan tinggi natrium tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,49$ dengan OR = 2,93. Kebiasaan konsumsi *fast food* tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 1,00$ dengan OR = 1,53. Frekuensi konsumsi *fast food* tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,163$ dengan OR = 1,72. Kebiasaan konsumsi *soft drink* tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,5$ dengan OR = 2,07. Frekuensi konsumsi *soft drink* tidak berhubungan dengan tekanan darah, $p = 0,18$ dengan OR = 1,72.

Kesimpulan : Tidak ditemukan hubungan yang bermakna antara konsumsi makan tinggi natrium, *fast food* dan *soft drink* dengan tekanan darah pada remaja di Kota Yogyakarta.

Kata kunci : Hipertensi, Konsumsi Makan Tinggi Natrium, Konsumsi *Fast Food*, Konsumsi *Soft Drink*, Remaja

¹ Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

² Instalasi Gizi, RSUP Dr. Sardjito, Yogyakarta

Relations between Consumption Habits of High Sodium, Fast Food and Soft Drink with Blood Pressure of Adolescence in Yogyakarta City

Siti Ainur Rachmah¹⁾, dr. Emy Huriyati¹⁾, Retno Pangastuti²⁾

ABSTRACT

Background : Hypertension is a common health problem in Indonesian society today. Not only adults, children and teenagers already can have a risk of hypertension. Food consumption habits in adolescents is dominated by the consumption of processed food, instant and fast food that contain high sodium. In addition, fast food consumption habits such as fast food and soft drink became the lifestyle of today's teenagers. This can lead to the emergence of a variety of health problems related to nutrition, such as hypertension. Hypertension in adolescence is an issue that can continue into adulthood that will increase the risk of morbidity and mortality in later life.

Objective : This study aims to determine the relationship between consumption of high sodium, fast food and soft drink with blood pressure of adolescence in Yogyakarta City.

Method : This research used cross-sectional design with simple random sampling. The study was conducted at five high schools in Yogyakarta city. A total of 324 students who enter into the inclusion criteria. The variables of this study are consumption habits of high sodium, fast food and soft drink as independent variables and blood pressure as the dependent variable. The test to determine the relationship between variables or hypothesis test used was chi-square test.

Results: Prevalence of adolescence in Yogyakarta city who have a blood pressure that categorizes to pre-hypertension according to age, sex, and height is 9%. Consumption habits of high sodium was not associated with blood pressure, $p = 0,28$ with OR = 1,53. Consumption frequency of high sodium was not associated with blood pressure, $p = 0,49$ with OR = 2,93. Consumption habits of fast food was not associated with blood pressure, $p = 1,00$ with OR = 1,53. Consumption frequency of fast food was not associated with blood pressure, $p = 0,163$ with OR = 1,72. Consumption habits of soft drink was not associated with blood pressure, $p = 0,5$ with OR = 2,07. Consumption frequency of soft drink was not associated with blood pressure, $p = 0,18$ with OR = 1,72.

Conclusion : No associations were found between consumption habits of high sodium, fast food and soft drink with blood pressure of adolescence in Yogyakarta City.

Keywords : Hypertension, High Sodium Consumption, *Fast Food* Consumption, *Soft Drink* Consumption, Adolescence

¹ Health and Nutrition, Faculty of Medicine, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

² Installation of Nutrition, RSUP Dr. Sardjito, Yogyakarta