

jurnal gus turnitin gus.docx

HUBUNGAN KEBIASAAN MENGONSUMSI MAKANAN TINGGI LEMAK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA DI WILAYAH RW 05 DESA JAWILAN KABUPATEN SERANG

Agus Gustiana¹, Siti Rochmani², Ida Faridah³
^{1,2,3} Prodi Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani
Email : Agusgustiana66@gmail.com

11 Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi termasuk salah satu gangguan kesehatan tidak menular yang terus mengalami peningkatan prevalensi dan memiliki keterkaitan dengan munculnya berbagai penyakit pada sistem kardiovaskular. Pola makan dengan asupan lemak yang tinggi merupakan salah satu kebiasaan yang dapat berkaitan dengan meningkatnya kejadian hipertensi. Atas dasar kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji keterkaitan antara kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dan kejadian hipertensi pada kelompok dewasa. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan menganalisis keterkaitan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian hipertensi pada masyarakat dewasa di RW 05 Desa Jawilan, Kabupaten Serang. **Metode:** Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross-sectional*. Sebanyak 110 individu dilibatkan sebagai responden dan seluruhnya ditetapkan sebagai sampel melalui metode *total sampling*. Perolehan data dilakukan melalui kuesioner serta pemeriksaan tekanan darah, kemudian keterkaitan antarvariabel ditentukan menggunakan uji *Chi-Square*. **Hasil:** Pengelompokan berdasarkan kebiasaan konsumsi makanan tinggi lemak memperlihatkan jumlah yang berimbang, dengan masing-masing 55 responden (50,0%) termasuk kategori baik dan buruk. Sementara itu, berdasarkan tingkat hipertensi, kelompok dengan kategori berat merupakan jumlah terbanyak, yaitu 62 responden (56,4%). Pengujian dengan *Chi-Square* memperoleh nilai $p < 0,001$, sehingga terdapat keterkaitan yang signifikan antara kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dan kejadian hipertensi. **Kesimpulan:** Kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak berkaitan secara signifikan dengan kejadian hipertensi pada kelompok dewasa di RW 05 Desa Jawilan, Kabupaten Serang.

Kata Kunci : Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Tinggi Lemak, Hipertensi, Dewasa.

3 Abstract

Background: Hypertension is a non-communicable disease with a steadily increasing prevalence and is recognized as an important risk factor for cardiovascular disease. Dietary behavior, particularly the consumption of high-fat foods, is one of the factors associated with hypertension. This study was conducted to investigate the association between high-fat food consumption habits and hypertension among adults. **Objective:** This study aimed to determine the association between high-fat food consumption habits and hypertension among adults in RW 05, Jawilan Village, Serang Regency. **Methods:** A quantitative approach with a cross-sectional design was used. The study included 110 respondents, who were recruited through total sampling. Data were obtained using questionnaires and blood pressure measurements, while the relationship between the study variables was examined using the *Chi-Square test*. **Results:** The respondents were evenly distributed according to their high-fat food consumption habits, with 55 individuals (50.0%) classified as having good consumption habits and the remaining 55 individuals (50.0%) classified as having poor consumption habits. Severe hypertension was the most frequently observed category, involving 62 respondents (56.4%). Statistical analysis using the *Chi-Square test* revealed a significant association between high-fat food consumption habits and hypertension, with a p -value of < 0.001 .

Keyword : High-Fat Food Consumption Habits, Hypertension, Adults.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi kesehatan yang sulit untuk disembuhkan, meskipun demikian, dapat dikendalikan sehingga tekanan darah berada dalam kisaran normal, upaya pencegahan yang dapat dilakukan Pada penderita hipertensi, pengendalian kondisi tersebut dapat dilakukan melalui penerapan gaya hidup sehat, terutama dengan mengatur asupan makanan. Upaya tersebut meliputi pembatasan konsumsi makanan yang mengandung lemak dan kolesterol tinggi, santan, gorengan, serta makanan tinggi garam. Selain pengaturan pola makan, penderita dianjurkan untuk mampu mengelola stres dan emosi, menghindari rokok serta minuman beralkohol, membatasi konsumsi kafein, dan melakukan aktivitas fisik secara rutin sesuai dengan kondisi tubuh. Pemantauan tekanan darah juga perlu dilakukan secara berkala, disertai upaya mempertahankan berat badan dalam rentang normal dan penggunaan obat antihipertensi berdasarkan anjuran tenaga kesehatan. (Selly Septi Ferdinata & Dedy Aryanda Putra, 2022), Pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi

dapat dilakukan melalui pendekatan medis maupun perubahan perilaku. Pemberian obat antihipertensi menjadi bagian dari terapi farmakologis, sedangkan upaya nonfarmakologis diarahkan pada penerapan kebiasaan hidup yang lebih sehat. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah memperbaiki pola konsumsi sehari-hari dengan mengurangi makanan yang banyak mengandung lemak dan garam.

Tekanan darah seseorang dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu maupun kebiasaan hidup sehari-hari. Beberapa faktor tidak dapat dikendalikan karena berkaitan dengan kondisi biologis dan keturunan, seperti penambahan usia, jenis kelamin, serta faktor genetik. Di sisi lain, terdapat faktor yang masih dapat diperbaiki melalui perubahan perilaku, terutama yang berhubungan dengan pola konsumsi. Pola makan yang kurang sehat, misalnya terlalu banyak mengonsumsi makanan yang mengandung natrium dan lemak serta kurang mengonsumsi buah dan sayuran, dapat berperan dalam memengaruhi tekanan darah. (Nana Istiqomah 2025).

Peningkatan prevalensi hipertensi menjadikan kondisi ini sebagai salah satu persoalan kesehatan masyarakat yang masih perlu mendapat perhatian secara global. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai komplikasi serius, termasuk serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan gangguan fungsi ginjal. Oleh sebab itu, hipertensi merupakan salah satu faktor penting yang berkaitan dengan meningkatnya beban penyakit kardiovaskular. Berdasarkan data WHO (2024) terdapat sekitar 1,4 miliar orang dewasa usia 20-59 tahun di dunia mengalami hipertensi, dan sekitar 33% populasi dewasa global hidup dengan tekanan darah tinggi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2023 hipertensi terbanyak mencapai 13,4%. Hal ini menunjukkan bahwa pencegahan yang dapat dilakukan bagi penderita hipertensi dengan mengonsumsi obat antihipertensi. Selain itu, faktor dari makanan modern menjadi salah satu penyumbang utama terjadinya hipertensi, Asupan lemak yang tinggi dapat memicu peningkatan kadar lemak dalam tubuh, khususnya kolesterol. Keadaan tersebut dapat berkontribusi terhadap bertambahnya berat badan dan selanjutnya meningkatkan volume darah, sehingga tekanan yang diterima oleh pembuluh darah menjadi lebih besar.

Menurut Nurabilla Maharani Cayadewi (2024), hipertensi masih menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi sekitar 22% dari total populasi dunia dimana penderita belum melakukan pengendalian tekanan darah secara optimal. Jika dibandingkan berdasarkan wilayah, prevalensi hipertensi di Afrika tercatat sebesar 27%, sedangkan di kawasan Asia Tenggara berada pada angka 25%. Menurut Farah Widya Kautsari (2024), Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah dalam Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018, sekitar 34,1% penduduk Indonesia yang berusia ≥ 18 tahun tercatat mengalami hipertensi. Angka tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang cukup tinggi di Indonesia. pada usia dewasa sehingga hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa hipertensi menempati urutan pertama penyakit tidak menular di berbagai fasilitas kesehatan. Penelitian ini sejalan dengan Nela Novita Sari (2024), jumlah kasus hipertensi di beberapa wilayah pelayanan kesehatan terus meningkat pada tahun 2022 tercatat 749 kasus dan meningkat menjadi 809 kasus pada tahun 2023 yang menunjukkan adanya peningkatan kasus hipertensi setiap tahunnya. Penelitian lain dari Silviana Titasari (2023) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi dewasa muda di Indonesia mencapai (13,59%) dengan proporsi laki-laki sebesar (14,79%) dan perempuan sebesar (12,51%) sehingga laki-laki memiliki kecenderungan tinggi mengalami hipertensi pada kelompok dewasa.

Menurut Riset Penelitian Di Kabupaten Serang hipertensi pada kelompok dewasa masih menjadi salah satu isu kesehatan yang cukup menonjol. Berdasarkan data SKI (2023), jumlah estimasi hipertensi usia dewasa mencapai 323.557 orang dengan 251.129 orang (77,8%) kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian serius karena berpotensi menimbulkan komplikasi seperti penyakit jantung, stroke dan gangguan ginjal apabila tidak ditangani secara optimal.

Dalam bidang keperawatan, hipertensi pada dewasa menjadi isu penting karena berkaitan erat dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular dan komplikasi kesehatan lainnya. Seorang perawat memiliki peran strategis dalam melakukan deteksi dini terhadap faktor risiko hipertensi, serta memberikan edukasi dan promosi kesehatan yang tepat mengenai pola hidup sehat. Dengan memahami faktor-faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi, tenaga kesehatan dapat merancang program intervensi yang dapat dilakukan di masyarakat, seperti pendidikan kesehatan mengenai pengaturan pola makan, aktivitas teratur, pengendalian stres, serta kepatuhan dalam pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Melihat banyaknya aspek dalam masalah ini, diperlukan penelitian kontekstual untuk mengetahui sejauh mana upaya memahami determinan hipertensi pada kelompok dewasa di Kabupaten Serang menjadi hal yang penting dalam mendukung pengendalian penyakit tidak menular. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya informasi ilmiah mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan hipertensi sekaligus dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dalam merancang strategi pencegahan dan pengendalian di bidang kesehatan masyarakat.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RW 05 Desa Jawilan diperoleh melalui wawancara dan pemeriksaan tekanan darah terhadap 10 orang dewasa. Temuan dari proses wawancara memperlihatkan bahwa mayoritas responden terbiasa mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak, antara lain gorengan, makanan bersantan, daging berlemak, serta makanan cepat saji. Dari 10 responden, sebanyak 7 orang (70%) mengaku mengonsumsi jenis makanan tersebut lebih dari tiga kali dalam satu minggu. Hasil pengukuran tekanan darah juga menunjukkan bahwa terdapat beberapa responden dengan Tekanan darah berada pada nilai 140/90 mmHg atau di atasnya. Selain itu, sebagian responden menyampaikan bahwa mereka tidak rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah dan masih kurang memperhatikan penerapan pola makan sehat. Temuan awal tersebut menjadi dasar bagi peneliti untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa,

temuan yang diperoleh diharapkan dapat memberikan manfaat dalam memperkuat tindakan preventif terhadap hipertensi. Penerapannya dapat dilakukan melalui perbaikan kebiasaan konsumsi pangan, pengurangan makanan dengan kandungan lemak tinggi, serta pemantauan tekanan darah secara berkala

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan pada masyarakat di RW 05 Desa Jawilan, Kabupaten Serang, dengan melibatkan 110 responden. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Seluruh responden yang memenuhi kriteria penelitian ditetapkan sebagai sampel melalui teknik *total sampling*. Informasi penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner dan pemeriksaan tekanan darah. Setelah seluruh data terkumpul, proses pengolahan dilakukan dengan bantuan SPSS, kemudian hubungan antarvariabel dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
18-29 Tahun	7	6,4%
30-39 Tahun	38	34,5%
40-59 Tahun	65	59,1%
Total	110	100,0%

Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan usia berdasarkan Usia diketahui dari 110 dewasa data yang diperoleh pada usia terbanyak di Desa Jawilan yaitu usia 40-59 tahun sebesar (59.1%).

Tabel 2. distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	28	25,5%
Perempuan	82	74,5%
Total	110	100,0%

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin diketahui dari 110 dewasa data yang diperoleh pada jenis kelamin terbanyak di Desa Jawilan yaitu yang berjenis kelamin perempuan sebesar (74.5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ringan	35	31,8%
Sedang	50	45,5%
Berat	25	22,7%
Total	110	100,0%

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Pekerjaan diketahui dari 110 dewasa data yang diperoleh pada pekerjaan terbanyak di Desa Jawilan yaitu pekerjaan sedang sebesar (45.5%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Tinggi Lemak

Konsumsi Tinggi Lemak	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	55	50,0%
Buruk	55	50,0%
Total	110	100,0
Minimum		17
Maximum		57
Mean		38.75
Median		40

Diketahui bahwa hasil analisis kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak memiliki nilai minimum 17, maximum 57, mean 38.75, dan median 40. Karena data tidak berdistribusi normal, penentuan kategori menggunakan nilai median (40) sebagai titik potong. Berdasarkan pengkategorian tersebut, dari 110 responden, sebanyak 55 orang (50.0%) memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak kategori baik dan 55 orang (50.0%) kategori buruk. Hasil tersebut memberikan gambaran bahwa distribusi responden pada kedua kategori seimbang atau sama besar.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Hipertensi

Hipertensi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ringan	23	20,9%
Sedang	25	22,7%
Berat	62	56,4%
Total	110	100,0%

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Hipertensi diketahui dari 110 dewasa data yang diperoleh pada hipertensi terbanyak di Desa Jawilan yaitu hipertensi berat sebesar (56.4%).

Tabel 6. Hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian hipertensi

2. Analisis Bivariat

Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Tinggi Lemak	Hipertensi						Total		p- value
	Ringan		Sedang		berat				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Baik	23	41,8%	25	45,5%	7	12,7%	55	100%	0,000
Buruk	0	0%	0	0%	55	100%	55	100%	
Total	23	20,9%	25	22,7%	62	56,4%	110	100%	

Distribusi responden berdasarkan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak memperlihatkan pembagian yang seimbang dari keseluruhan 110 peserta penelitian, yaitu 55 responden (50,0%) pada kategori baik dan 55 responden (50,0%) pada kategori buruk. Pada kelompok dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak kategori baik, sebagian besar responden mengalami hipertensi sedang sebanyak 25 orang (45,5%), diikuti hipertensi ringan sebanyak 23 orang (41,8%), dan hipertensi berat sebanyak 7 orang (12,7%). Sebaliknya, seluruh responden yang termasuk dalam kategori kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak buruk mengalami hipertensi berat, yaitu sebanyak 55 orang (100%), tanpa ditemukan kasus hipertensi ringan maupun sedang. Hasil analisis menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($<0,05$), yang mengindikasikan adanya Analisis penelitian memperlihatkan adanya keterkaitan antara pola konsumsi makanan berlemak dengan kondisi hipertensi pada responden

2 Chi square test

	<i>Value</i>	<i>Asymp. Sig. (2-sided)</i>
<i>Pearson Chi-Square</i>	85,161	,000
<i>N of Valid Cases</i>	110	

Dari analisis terhadap 110 responden, diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 85,161 dengan *p-value* $< 0,001$. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa pada kelompok dewasa di RW 05 Desa Jawilan terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dan kejadian hipertensi.

Pembahasan

Kelompok usia 40–59 tahun menjadi kelompok dengan jumlah peserta terbanyak dalam penelitian ini, yaitu sebanyak 65 orang atau 59,1% berjenis kelamin perempuan sebanyak 82 responden (74,5%) dan sebagian besar memiliki pekerjaan kategori sedang sebanyak 50 responden (45,5%). Dari data yang telah dianalisis, diperoleh gambaran mengenai bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak pada kategori baik 55 responden (50,0%) dan kategori buruk 55 responden (50,0%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_o ditolak.



1. karakteristik usia

Hasil penelitian terhadap 110 responden menunjukkan bahwa mayoritas berusia 40–59 tahun sebanyak 65 responden (59,1%). Bertambahnya usia dapat meningkatkan risiko hipertensi akibat menurunnya elastisitas pembuluh darah. Temuan yang diperoleh dalam penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil yang dilaporkan oleh Nabila Khoirunisa et al. (2024), Seiring bertambahnya usia, seseorang cenderung memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami hipertensi.

2. karakteristik jenis kelamin

Kelompok perempuan menjadi bagian terbesar dari keseluruhan responden, dengan jumlah sebanyak 82 orang (74,5%). Sementara itu, kelompok laki-laki hanya mencakup sebanyak 28 orang (25,5%). Perbedaan jenis kelamin dapat berkaitan dengan risiko hipertensi, terutama pada perempuan seiring bertambahnya usia. Hasil ini sejalan dengan Nabila Khoirunisa et al. (2024).

3. karakteristik pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki beban pekerjaan sedang, yaitu 50 responden (45,5%), diikuti pekerjaan ringan 35 responden (31,8%) dan berat 25 responden (22,7%). Beban kerja yang dilakukan secara terus-menerus dapat menyebabkan kelelahan dan meningkatkan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan Milawati et al. (2025) yang menyatakan bahwa beban kerja dapat berkaitan dengan risiko hipertensi.

4. gambaran kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak

Hasil penelitian terhadap 110 responden menunjukkan bahwa sebanyak 55 responden (50,0%) memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak kategori baik dan 55 responden (50,0%) kategori buruk. Nilai minimum sebesar 17, maksimum 57, mean 38,75, dan median 40. Karena data tidak berdistribusi normal, pengategorian menggunakan nilai median sebagai titik potong. Konsumsi makanan tinggi lemak secara berlebihan dapat meningkatkan kadar kolesterol dan memengaruhi kondisi pembuluh darah sehingga berpotensi meningkatkan risiko hipertensi. Hasil penelitian ini sejalan dengan Lestari, Wiardani, dan Juniarsana (2024) serta Azizah Syah Putri (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi lemak dengan tekanan darah. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti berasumsi bahwa pembatasan makanan tinggi lemak dan penerapan pola makan seimbang penting dilakukan untuk menjaga kesehatan dan mencegah hipertensi.

5. gambaran hipertensi

Sebanyak 110 orang yang terlibat sebagai responden memberikan gambaran mengenai, 62 responden (56,4%) mengalami hipertensi berat, 25 responden (22,7%) mengalami hipertensi sedang, dan 23 responden (20,9%) mengalami hipertensi ringan. Dengan demikian, sebagian besar responden mengalami hipertensi berat. Hipertensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya pola makan yang kurang sehat. Konsumsi makanan tinggi lemak secara berlebihan dapat meningkatkan kadar kolesterol dan menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang berpotensi meningkatkan tekanan darah. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti berasumsi bahwa penerapan pola makan sehat, pembatasan makanan tinggi lemak, aktivitas fisik, serta pemeriksaan tekanan darah secara berkala diperlukan untuk membantu mengendalikan hipertensi.

6. hubungan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di wilayah RW 05 Desa Jawilan

Dari 55 responden yang terlibat dalam penelitian ini, diperoleh gambaran bahwa dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak kategori baik, sebanyak 23 responden (41,8%) mengalami hipertensi ringan, 25 responden (45,5%) hipertensi sedang, dan 7 responden (12,7%) hipertensi berat. Sementara itu, seluruh responden dengan kebiasaan konsumsi kategori buruk, yaitu sebanyak 55 responden (100,0%), mengalami hipertensi berat. Hasil uji *Chi-Square* diperoleh nilai Pearson *Chi-Square* sebesar 85,161 dengan *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a



diterima. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di RW 05 Desa Jawilan.

Nabila Khoirunisa et al. (2024) melaporkan bahwa jumlah lemak yang masuk ke dalam tubuh memiliki keterkaitan dengan tekanan darah. Pola konsumsi makanan berlemak yang dilakukan secara berlebihan dapat berhubungan dengan meningkatnya kadar kolesterol dalam darah. Keadaan tersebut berpotensi memengaruhi kondisi pembuluh darah, sehingga tekanan darah dapat mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti berasumsi bahwa semakin buruk kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak, semakin besar kemungkinan terjadinya hipertensi yang lebih berat. Namun, timbulnya hipertensi pada seseorang tidak hanya berkaitan dengan kebiasaan mengonsumsi makanan, tetapi juga dapat berhubungan dengan berbagai kondisi lain. Faktor tersebut mencakup penambahan usia, kurangnya aktivitas fisik, indeks massa tubuh (IMT), tingginya asupan natrium, kondisi stres, serta pola hidup yang diterapkan sehari-hari.

KESIMPULAN

Distribusi usia responden memperlihatkan bahwa kelompok dewasa akhir dengan rentang usia 40–59 tahun memiliki jumlah tertinggi, yaitu sebanyak 65 responden (59,1%) berjenis kelamin perempuan sebanyak 82 responden (74,5%) dan sebagian besar memiliki pekerjaan kategori sedang sebanyak 50 responden (45,5%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak pada kategori baik 55 responden (50,0%) dan kategori buruk 55 responden (50,0%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa distribusi responden pada kedua kategori sama besar, sedangkan kejadian hipertensi mayoritas berada pada kategori berat sebanyak 62 responden (56,4%) kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden di Wilayah RW 05 Desa Jawilan Kabupaten Serang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak serta mengalami hipertensi sesuai dengan kategori yang diperoleh berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah.

Pengolahan data melalui uji *Chi-Square* menghasilkan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Temuan tersebut memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara pola konsumsi pangan dengan kandungan lemak tinggi dan kejadian hipertensi pada kelompok usia dewasa di RW 05 Desa Jawilan, Kabupaten Serang. Hasil tabulasi silang memperlihatkan bahwa hipertensi lebih banyak ditemukan pada responden yang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak dibandingkan dengan responden yang lebih jarang mengonsumsi jenis makanan tersebut. Kondisi ini memberikan gambaran bahwa pola konsumsi makanan tinggi lemak memiliki keterkaitan dengan kejadian hipertensi. Asupan lemak dalam jumlah tinggi yang berlangsung dalam jangka panjang dapat berhubungan dengan peningkatan kadar kolesterol dalam darah, yang berpotensi memengaruhi kondisi pembuluh darah dan tekanan darah. Dengan demikian, kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi pada responden usia dewasa di RW 05 Desa Jawilan, Kabupaten Serang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa penyelesaian penelitian ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, serta kontribusi berbagai pihak yang telah memberikan bantuan selama proses penelitian berlangsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu, meskipun tidak dapat disebutkan satu per satu. Segala kebaikan dan bantuan yang diberikan semoga mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah SWT. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat serta menambah pengetahuan bagi setiap pihak yang membacanya. Aamiin.



6%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	gudangjurnal.com Internet	24 words — 1%
2	dissertations.umu.ac.ug Internet	15 words — < 1%
3	he05.tci-thaijo.org Internet	15 words — < 1%
4	prin.or.id Internet	15 words — < 1%
5	Retno Fadilah, Fajar Nurwibowo, Opi Irwansah. "Pengaruh Penggunaan QRIS, Literasi Digital, dan Kepuasan Pelanggan terhadap Peningkatan Pendapatan UMKM di Kabupaten Cilacap", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2026 Crossref	12 words — < 1%
6	repo.poltekkes-surabaya.ac.id Internet	12 words — < 1%
7	Renta Sihombing, Santi Widya Purba, Fransiska Debataraja, Salim Efendi. "Pengaruh Literasi Kesehatan Digital, Self-Efficacy, dan Dukungan Suami Terhadap Kepatuhan Kunjungan Antenatal Care Pada Ibu Hamil: Pengembangan Health Belief Modal", Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research, 2026 Crossref	11 words — < 1%
8	research.unite.it Internet	11 words — < 1%
9	Bernatara Aulia Putri, Yenny Moviana, Nitta Isdiany, Yohannes Willihelm Saleky. "PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH DAN BIJI CHIA TERHADAP KADAR KOLESTEROL TOTAL PENDERITA HIPERKOLESTEROLEMIA", Jurnal Gizi dan Dietetik, 2023 Crossref	9 words — < 1%

10	Hardiyanti, Ridwan M. Thaha, Syamsiar S. Russeng. "Drug Adherence with Hypertension Status at the Bajoe Community Health Centre of Bone Regency in 2016", Proceedings of the 2nd International Conference on Medical and Health Informatics - ICMHI '18, 2018 Crossref	9 words — < 1%
11	repository.uksw.edu Internet	9 words — < 1%
12	repository.um-surabaya.ac.id Internet	9 words — < 1%
13	www.science.gov Internet	9 words — < 1%
14	doczz.es Internet	8 words — < 1%
15	eprints.ums.ac.id Internet	8 words — < 1%
16	scholar.unand.ac.id Internet	8 words — < 1%
17	www.econstor.eu Internet	8 words — < 1%
18	Aprin Mayangsari. "ANALISIS PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP IMPLEMENTASI KESELAMATAN PASIEN DI IGD : LITERATURE REVIEW", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2025 Crossref	6 words — < 1%

EXCLUDE QUOTES OFF
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE SOURCES OFF
EXCLUDE MATCHES OFF