



**ASOSIASI POLA KONSUMSI MAKANAN BERISIKO
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF
DI INDONESIA: ANALISIS DATA SURVEI KESEHATAN
INDONESIA 2023**

SKRIPSI

ARKANAYA ALYA AZIS

2110713068

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**



**ASOSIASI POLA KONSUMSI MAKANAN BERISIKO
DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF
DI INDONESIA: ANALISIS DATA SURVEI KESEHATAN
INDONESIA 2023**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

ARKANAYA ALYA AZIS

2110713068

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Arkanaya Alya Azis
NIM : 2110713068
Tanggal : 4 Juli 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 4 Juli 2025

Yang menyatakan,



(Arkanaya Alya Azis)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arkanaya Alya Azis
NIM : 2110713068
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **"Asosiasi Pola Konsumsi Makanan Berisiko dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Indonesia: Analisis Data Survei Kesehatan Indonesia 2023"**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 4 Juli 2025

Yang Menyatakan,



Arkanaya Alya Azis

PENGESAHAN

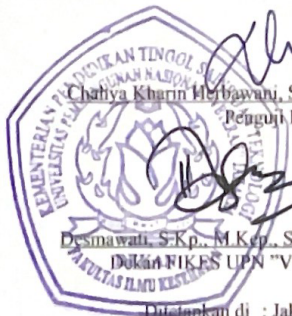
Skripsi diajukan oleh:

Nama : Arkanaya Alya Azis
NIM : 2110713068
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul : Asosiasi Pola Konsumsi Makanan Berisiko dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Indonesia: Analisis Data Survei Kesehatan Indonesia 2023

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana Kesehatan Masyarakat pada program studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M. Epid.
Ketua Penguji



Chahya Kharin Herbiawati, S.Keb., Bd., M.K.M.
Penguji I



Dr. Apriningsih, S.K.M., M.K.M.
Penguji II (Pembimbing)



Dr. Chandrayani Simanjorang, S.K.M., M. Epid.
Koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Desnawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta

Ditandatangani di : Jakarta

Tanggal Ujian : 24 Juni 2025

ASOSIASI POLA KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF DI INDONESIA: ANALISIS DATA SURVEI KESEHATAN INDONESIA 2023

Arkanaya Alya Azis

Abstrak

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang berdampak besar terhadap kualitas hidup serta beban sistem kesehatan, terutama pada kelompok usia produktif yang rentan memiliki pola makan tidak sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi makanan berisiko dengan kejadian hipertensi pada penduduk usia produktif di Indonesia. Penelitian menggunakan desain cross-sectional berbasis data sekunder dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Sampel terdiri dari 535.424 responden usia 19–64 tahun yang memiliki data lengkap terkait variabel yang diteliti. Analisis dilakukan dengan regresi logistik bivariat dan multivariat, dengan hasil akhir ditampilkan dalam bentuk Prevalence Odds Ratio (POR) 95% CI. Prevalensi hipertensi pada penduduk usia produktif sebesar 7,0%. Beberapa variabel yang menunjukkan hubungan signifikan terhadap hipertensi antara lain usia dewasa lanjut (aPOR = 12,655; 95% CI: (12,13-13,19)), konsumsi makanan asin (aPOR = 5,691; 95% CI: 5,55–5,84), serta obesitas (aPOR = 2,073; 95% CI: (2,02-2,12)). Sebaliknya, konsumsi makanan/minuman instan, soft drink, makanan berlemak, dan minuman manis justru menunjukkan efek protektif terhadap kejadian hipertensi. Pola konsumsi makanan tertentu berasosiasi signifikan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Indonesia. Upaya promotif dan preventif perlu difokuskan pada edukasi konsumsi garam serta pengendalian berat badan.

Kata Kunci: hipertensi, pola konsumsi, makanan berisiko, usia produktif

ASSOCIATION BETWEEN RISKY DIETARY PATTERNS AND HYPERTENSION AMONG THE PRODUCTIVE AGE POPULATION IN INDONESIA: ANALYSIS OF THE 2023 INDONESIAN HEALTH SURVEY DATA

Arkanaya Alya Azis

Abstract

Hypertension is one of the leading non-communicable diseases that significantly impacts quality of life and imposes a burden on healthcare systems, especially among the productive age group who are vulnerable to unhealthy eating patterns. This study aims to examine the association between the consumption patterns of high-risk foods and the incidence of hypertension among individuals of productive age in Indonesia. This was a cross-sectional study using secondary data from the 2023 Indonesian Health Survey (Survey Kesehatan Indonesia/SKI). A total of 535,424 respondents aged 19–64 years with complete data were included. Bivariate and multivariate logistic regression analyses were conducted, and results were presented as Prevalence Odds Ratios (POR) with 95% Confidence Intervals (CI). The prevalence of hypertension among the productive age population was 7.0%. Several variables were significantly associated with hypertension, including advanced adulthood (aPOR = 12.655; 95% CI: 12.13–13.19), consumption of salty foods (aPOR = 5.691; 95% CI: 5.55–5.84), and obesity (aPOR = 2.073; 95% CI: 2.02–2.12). On the other hand, frequent consumption of instant foods/beverages, soft drinks, fatty foods, and sweet drinks showed a protective effect against hypertension. Certain dietary patterns were significantly associated with hypertension among Indonesia's productive-age population. Public health efforts should prioritize education on salt intake reduction and weight control as preventive strategies.

Keywords: hypertension, dietary patterns, high-risk foods, productive age

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Asosiasi Pola Konsumsi Makanan Berisiko dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Indonesia: Analisis Data Survei Kesehatan Indonesia 2023"** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat. Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, atas izin dan akses data yang mendukung penelitian ini. Selanjutnya, terima kasih penulis ucapkan kepada Ibu Dr. Apriningsih, S. K. M., M.K.M. selaku dosen pembimbing, Ibu Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M. Epid., selaku Ketua Penguji, dan Ibu Chahya Kharin Herbawani, S.Keb., Bd., M.K.M., selaku Anggota Penguji I yang telah memberikan bimbingan, saran, dan evaluasi yang sangat berharga.

Rasa syukur dan terima kasih penulis sampaikan kepada kedua Orang Tua yaitu Bapak Eka Jaya dan Ibu Ariani serta kakak dan adik penulis, Rheznandya Arkaputra dan Mohammad Arka Hirzi atas doa dan dukungan yang tak ternilai. Secara khusus, penulis berterima kasih kepada Devano Rheznandra atas dukungan dan semangat yang terus diberikan. Selain itu, penulis menyampaikan apresiasi kepada Mahalia Taranrini, Regita Dewiarti, Mutia Devani, Jasmine Safa, Kak Cipa dan seluruh teman di Program Studi Kesehatan Masyarakat UPN "Veteran" Jakarta atas kebersamaan dan bantuannya. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi bahan pertimbangan dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

Jakarta, 22 Mei 2025

Penulis

Arkanaya Alya Azis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Hipertensi	7
II.2 Konsep Pola Konsumsi Makanan	13
II.3 Pola Makan yang Sehat.....	16
II.4 Penelitian Terdahulu	18
II.5 Kerangka Teori.....	22
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 23
III.1 Kerangka Konsep	23
III.2 Hipotesis.....	25
III.3 Definisi Operasional Variabel.....	27
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	40
III.6 Populasi dan Sampel	40
III.7 Sumber Data.....	41
III.8 Instrumen Penelitian.....	42
III.9 Pengolahan Data.....	43
III.10 Analisis Data.....	44
III.11 Etika Penelitian.....	45
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 47
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
IV.2 Hasil Penelitian	48
IV.3 Pembahasan.....	72
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	84
 BAB V PENUTUP.....	 86

V.1	Kesimpulan.....	86
V.2	Saran.....	87
DAFTAR PUSTAKA		89
RIWAYAT HIDUP		
Lampiran		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi.....	8
Tabel 2	Informasi Nutrisi: Lemak dan Gula Bebas	17
Tabel 3	Penelitian Terdahulu	18
Tabel 4	Definisi Operasional	27
Tabel 5	Instrumen Penelitian	42
Tabel 6	Rumus Perhitungan Variabel Komposit	43
Tabel 7	Prevalensi Hipertensi pada Usia Produktif	48
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Faktor Risiko Hipertensi.....	48
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Faktor Risiko Hipertensi Covariat.....	50
Tabel 10	Hasil Analisis Bivariat	52
Tabel 11	Variabel Kandidat Analisis Multivariat	59
Tabel 12	Model Awal (Full Model) Multivariat	60
Tabel 13	Model Eliminasi ke-1 Multivariat.....	62
Tabel 14	Hasil Uji Confounding Konsumsi Buah	63
Tabel 15	Model Eliminasi ke-2 Multivariat.....	64
Tabel 16	Hasil Uji Confounding Sosial Ekonomi.....	65
Tabel 17	Model Eliminasi ke-3 Multivariat.....	65
Tabel 18	Hasil Uji Confounding Pendidikan	66
Tabel 19	Model Akhir (Fit Model) Analisis Multivariat	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori (Hasil Olahan dengan Mermaid Chart).....	22
Gambar 2	Kerangka Konsep	24
Gambar 3	Peta Indonesia	47

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Timeline* Penelitian
- Lampiran 2 Kuesioner Survei Kesehatan Indonesia 2023
- Lampiran 3 Monitoring Bimbingan
- Lampiran 4 Surat Lolos Kaji Etik
- Lampiran 5 Surat Perizinan Permintaan Data
- Lampiran 6 Surat NDA Permintaan Data
- Lampiran 7 Hasil Analisis Univariat
- Lampiran 8 Hasil Analisis Bivariat
- Lampiran 9 Hasil Analisis Multivariat
- Lampiran 10 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11 Lampiran Turnitin