



**HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN
KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA REMAJA PENGGUNA LAYANAN
ONLINE FOOD DELIVERY DI SMA NEGERI 2 BOGOR**

SKRIPSI

WINDA FITRIYANI

2110714005

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



**HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN
KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA REMAJA PENGGUNA LAYANAN
ONLINE FOOD DELIVERY DI SMA NEGERI 2 BOGOR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

WINDA FITRIYANI

2110714005

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI 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 : Winda Fitriyani

NRP : 2110714005

Tanggal : 30 Juni 2025

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

Jakarta, 30 Juni 2025

Yang Menyatakan



(Winda Fitriyani)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Winda Fitriyani

NRP : 2110714005

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Gizi 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: “Hubungan Penggunaan Media Sosial dan Konsumsi Makanan Berisiko Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Pengguna Layanan *Online Food Delivery* Di SMA Negeri 2 Bogor”.

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 : 30 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Winda Fitriyani)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Winda Fitriyani
Nrp : 2110714005
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Penggunaan Media Sosial dan Konsumsi Makanan Berisiko Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Pengguna Layanan *Online Food Delivery* Di SMA Negeri 2 Bogor.

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


Muli Nur Hasan Syah, S.Gz, M.Kes

Ketua Penguji



Desma Wati, S.Kp, M. Kep, Sp. Kep. Mat, PhD

Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta


Utami Wahyuningsih, S.Gz, M.Si

Penguji 1 (Pembimbing)



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.Kom, MKM

Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 30 Juni 2025

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN KONSUMSI MAKANAN BERISIKO DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA REMAJA PENGGUNA LAYANAN ONLINE FOOD DELIVERY DI SMA NEGERI 2 BOGOR

Winda Fitriyani

Abstrak

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan bahwa terdapat 32,6% individu usia >15 tahun mengalami hipertensi di Jawa Barat berdasarkan hasil pengukuran dan 9,9% berdasarkan diagnosis dokter. Hipertensi yaitu salah satu masalah kesehatan yang semakin banyak ditemukan pada usia remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara frekuensi penggunaan media sosial dan konsumsi makanan berisiko dengan kejadian hipertensi pada remaja pengguna layanan OFD (*online food delivery*) di SMA Negeri 2 Bogor. Desain penelitian ini adalah *cross-sectional* dengan jumlah responden sebanyak 110 siswa di SMA Negeri 2 Kota Bogor usia 15-18 tahun yang dipilih menggunakan teknik *probability sampling*. Data tekanan darah diukur menggunakan tensimeter digital, konsumsi makanan berisiko diukur menggunakan FFQ dan penggunaan media sosial diukur menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi square*. Hasil analisis univariat diketahui bahwa sebanyak 64 siswa memiliki tekanan darah dalam kategori hipertensi (54,2%). Responden didominasi oleh frekuensi penggunaan media sosial tinggi (55,1%), konsumsi makanan berisiko gula (80,5%), garam (73,7%) dan lemak (76,3%) kategori jarang. Berdasarkan hasil bivariat diketahui bahwa frekuensi penggunaan media sosial dan konsumsi makanan berisiko gula, garam dan lemak tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi pada remaja pengguna layanan OFD ($p=0,779$; $p=0,649$; $p=0,895$; $p=0,568$).

Kata Kunci : Remaja, Hipertensi, Konsumsi Makanan Berisiko, Media Sosial, Layanan Pesan Antar Makanan

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA USE AND CONSUMPTION OF RISKY FOODS WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION AMONG ADOLESCENTS USING ONLINE FOOD DELIVERY AT SMA NEGERI 2 BOGOR

Winda Fitriyani

Abstract

The 2023 Indonesian Health Survey (SKI) reported that 32.6% of individuals aged >15 years had hypertension in West Java based on measurement results and 9.9% based on doctor diagnosis. Hypertension is one of the health issues increasingly found among adolescents. This study aims to analyze the relationship between the frequency of social media use and consumption of risky foods with the occurrence of hypertension among adolescents using OFD (online food delivery) services at SMA Negeri 2 Bogor. The study design was cross-sectional, with 110 respondents aged 15–18 years at SMA Negeri 2 Bogor selected using probability sampling. Blood pressure was measured using a digital sphygmomanometer, risky food consumption was assessed using a food frequency questionnaire (FFQ), and social media use was measured using a questionnaire. Data analysis was performed using the chi-square test. Univariate analysis revealed that 64 students had blood pressure in the hypertension category (54.2%). Respondents were predominantly characterized by high social media usage frequency (55.1%), and low consumption of high-risk foods such as sugar (80,5%), salt (73,7%), and fat (76,3%). Based on the bivariate results, it was found that the frequency of social media use and consumption of high-risk foods containing sugar, salt, and fat were not associated with the occurrence of hypertension among adolescents using OFD services ($p=0,779$; $p=0,649$; $p=0,895$; $p=0,568$).

Keywords : *Adolescents, Hypertension, Social Media, Online Food Delivery, high risk consumption*

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis bisa menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Penggunaan Media Sosial Dan Konsumsi Makanan Berisiko Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Penggunaan Layanan *Online Food Delivery* Di SMA Negeri 2 Bogor” Penulisan proposal skripsi ini bertujuan untuk memenuhi tugas akhir di Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Utami Wahyuningsih, S.Gz, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran serta motivasi yang bermanfaat dalam penyusunan proposal skripsi ini. Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada keluarga penulis yaitu Bapak Siswandi, Ibu Neneng Rochayati, Siti Aminah (nenek), Wakidjo (kakek), Isah (nenek), Moch. Effendi (Kakek) dan Irfan Aprizal (Kaka), serta seluruh keluarga besar penulis yang telah memberikan doa serta dukungan secara moral dan materil. Penulis mengucapkan terima kasih kepada teman seperjuangan penulis yaitu tim Up Floor, tim PKL RS Kesdam Jaya, tim Saodah, Farah Zhafirah selaku rekan seperbimbingan serta Nabila Alifia selaku teman penelitian yang senantiasa menemani dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sahabat penulis yang merupakan teman-teman seperjuangan gizi UPN “Veteran” Jakarta 2021 yang telah memberikan dukungan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan baik dalam bentuk, isi, maupun penyajian. Oleh karena itu, penulis berharap kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak.

Jakarta, 30 Juni 2025

Penulis



Winda Fitriyani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	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.....	3
I.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Remaja	5
II.2 Hipertensi Remaja.....	6
II.3 Media Sosial.....	12
II.4 Online Food Delivery	14
II.5 Makanan Berisiko	18
II.6 Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Konsumsi Makanan Berisiko	21
II.7 Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko Dengan Kejadian Hipertensi.....	22
II.8 Matriks Penelitian Terdahulu.....	24
II.9 Kerangka Teori.....	35
II.10 Kerangka Konsep	36
II.11 Hipotesis Penelitian.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
III.1 Waktu dan Tempat Penelitian	37
III.2 Desain Penelitian	37
III.3 Populasi dan Sampel	37
III.4 Pengumpulan Data	40
III.5 Etik Penelitian.....	43
III.6 Definisi Operasional	44
III.7 Analisis Uji Normalitas	48

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49
IV. 1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	49
IV. 2 Analisis Univariat.....	50
IV. 3 Analisis Bivariat.....	63
IV. 4 Keterbatasan Penelitian	68
 BAB V PENUTUP	69
V.1 Kesimpulan	69
V.2 Saran	69
 DAFTAR PUSTAKA.....	71
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori Tekanan Darah Remaja	7
Tabel 2	Cara Pengukuran Tekanan Darah	11
Tabel 3	Matriks Penelitian Terdahulu.....	24
Tabel 4	Besar Sampel Berdasarkan Penelitian Terdahulu.....	39
Tabel 5	Distribusi Sampel Tiap Kelas	40
Tabel 6	Definisi Operasional.....	44
Tabel 7	Gambaran Karakteristik Responden	51
Tabel 8	Gambaran Kejadian Tekanan Darah	53
Tabel 9	Gambaran Penggunaan Media Sosial	55
Tabel 10	Gambaran Konsumsi Makanan Berisiko Melalui Layanan Online Food Delivery	57
Tabel 11	Gambaran Konsumsi Makanan Berisiko Di sekitar Lingkungan Sekolah	59
Tabel 12	Gambaran Penggunaan Layanan Online Food Delivery	62
Tabel 13	Hubungan Frekuensi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Pengguna Layanan Online Food Delivery ..	64
Tabel 14	Hubungan Konsumsi Makanan Berisiko Dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Pengguna Layanan Online Food Delivery	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Cara Pengukuran Tekanan Darah	12
Gambar 2	Jenis Layanan Online Food Delivery.....	16
Gambar 3	Kerangka Teori.....	35
Gambar 4	Kerangka Konsep	36
Gambar 5	Sample Size Determination in Health Studies	39
Gambar 6	Prosedur Pengumpulan Data	42
Gambar 7	Peta Lokasi SMA Negeri 2 Kota Bogor.....	49
Gambar 8	Gambaran SMA Negeri 2 Kota Bogor.....	50
Gambar 9	Jenis Makanan Berisiko Gula Yang Dipesan Melalui Layanan OFD	58
Gambar 10	Jenis Makanan Berisiko Asin/Garam Yang Dipesan Melalui Layanan OFD.....	58
Gambar 11	Jenis Makanan Berisiko Lemak Yang Dipesan Melalui Layanan OFD	59
Gambar 12	Jenis Makanan Berisiko Gula Yang Dipesan Di Lingkungan Sekolah	61
Gambar 13	Jenis Makanan Berisiko Asin/Garam Yang Dipesan Di Lingkungan Sekolah	61
Gambar 14	Jenis Makanan Berisiko Lemak Yang Dipesan Di Lingkungan Sekolah	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Ethical Approval Letter
Lampiran 2	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan
Lampiran 4	Surat Izin Penelitian Fakultas
Lampiran 5	Lembar PSP
Lampiran 6	Lembar Persetujuan (Informed Consent)
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Lembar Food Frequency Questioner (FFQ)
Lampiran 9	Dokumentasi Kegiatan Penelitian
Lampiran 10	Hasil Olah Data Statistik
Lampiran 11	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 12	Hasil Turnitin