

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang serius. Faktor risiko hipertensi mencakup aspek yang dapat dikendalikan, seperti pola makan dan obesitas. Asupan lemak berkontribusi terhadap aterosklerosis yang dapat memicu hipertensi, sementara obesitas memengaruhi tekanan darah melalui mekanisme fisiologis langsung maupun tidak langsung. Namun, hasil penelitian sebelumnya menunjukkan temuan yang beragam mengenai hubungan antara asupan lemak, obesitas, dan hipertensi. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara asupan lemak dan obesitas dengan kejadian hipertensi pada pria usia 35–54 tahun di Puskesmas Simpang IV Sipin.

Metode Penelitian : Desain penelitian yang digunakan adalah analitik observasional kategorikal tidak berpasangan dengan pendekatan *case control*. Sampel terdiri dari 100 orang pasien di mana 50 pasien yang hipertensi sebagai kasus dan 50 pasien yang tidak hipertensi sebagai kontrol. Sampel dinyatakan hipertensi bila tekanan darah melewati 140/90 mmHg. Asupan lemak dihitung melalui nutrisurvey dan dikategorikan menjadi lima, yaitu defisit berat, defisit sedang, defisit ringan, baik, dan lebih. Obesitas dinyatakan dari indeks massa tubuh yang lebih dari sama dengan 25 kg/m². Analisis statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *Chi Square* dan Regresi logistik.

Hasil : Hasil statistik menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara hipertensi dengan asupan lemak ($p < 0,001$; AOR = 49,8, CI: 8,35–297,11). Tidak adanya hubungan yang signifikan antara hipertensi dengan obesitas ($p < 0,07$; AOR= 4,471, CI= 0,885-22,581).

Kesimpulan : Asupan lemak dan obesitas memiliki hubungan yang signifikan terhadap hipertensi pada populasi ini.

Kata Kunci : Hipertensi, Asupan Lemak, Obesitas

ABSTRACT

Background : Hypertension is a serious global health problem. The risk factors for hypertension include modifiable aspects such as diet and obesity. Fat intake contributes to atherosclerosis, which can trigger hypertension, while obesity affects blood pressure through both direct and indirect physiological mechanisms. However, previous studies have shown varying results regarding the relationship between fat intake, obesity, and hypertension. Based on these considerations, this study aims to analyze the relationship between fat intake and obesity with the incidence of hypertension among men aged 35–54 years at Simpang IV Sipin Public Health Center.

Methods : The research design used in this study was an unpaired categorical analytical observational design with a case-control approach. The sample consisted of 100 patients, including 50 hypertensive patients as the case group and 50 non-hypertensive patients as the control group. Participants were classified as hypertensive if their blood pressure exceeded 140/90 mmHg. Fat intake was calculated using NutriSurvey and categorized into five levels: severe deficit, moderate deficit, mild deficit, adequate, and excessive. Obesity was defined as a body mass index (BMI) greater than or equal to 25 kg/m². Statistical analyses used in this study were the Chi-Square test and logistic regression.

Results : The statistical results showed a significant association between hypertension and fat intake ($p < 0.001$; AOR = 49.8, 95% CI: 8.35–297.11). There was no significant association between hypertension and obesity ($p = 0.07$; AOR = 4.471, 95% CI: 0.885–22.581).

Conclusion : Fat intake and obesity have a significant association with hypertension in this population.

Keywords : Hypertension, Fat Intake, Obesity