

BAB 1V

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Puskesmas Medan Sunggal berada di Jalan TB Simatupang No.251, memiliki luas wilayah kerja 9,81 Ha yang terdiri dari 4 kelurahan, 53 lingkungan. Kelurahan yang menjadi bagian wilayah kerja puskesmas adalah Kelurahan Sunggal, Kelurahan Babura, Kelurahan Tanjung Rejo, dan Kelurahan Simpang Tanjung. Kelurahan Sunggal yang mempunyai luas 4,93 Ha merupakan kelurahan terluas. Kelurahan Simpang Rejo yang memiliki luas 0,32 Ha merupakan yang terkecil.

Puskesmas Medan Sunggal bertempat di kecamatan Medan Sunggal kota Medan yang berbatasan dengan Kelurahan Desa Lalang di sebelah Utara, Kelurahan PB Selayang disebelah Timur, Kabupaten Deli Serdang disebelah Barat, dan Kelurahan Asam Kumbang disebelah Selatan. Penduduk yang tinggal di wilayah pelayanan Puskesmas Medan Sunggal berjumlah 75.865 jiwa, dengan informasi jumlah penduduk per kelurahan yaitu; Sunggal 37.347 jiwa, Babura 9.740 jiwa, Tanjung Rejo 32.865 jiwa, dan Simpang Tanjung 913 jiwa. Kelurahan dengan jumlah penduduk terbanyak adalah Kelurahan Sunggal yang berpenduduk 37.347 jiwa. Kelurahan dengan jumlah penduduk terkecil adalah Kelurahan Simpang Tanjung yang berpenduduk 913 jiwa.

4.1.2 Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 4. 1 Informasi Usia Responden

Usia	f (Frekuensi)	Persentase (%)
20 – 39	22	25,3
40 – 59	65	74,7
Total	87	100

Tabel 4.1 memperlihatkan sebanyak 65 responden (74,7%) yang berusia 40 – 59 tahun dan sebanyak 22 responden (25,3%) yang berusia 20-39 tahun.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	f (Frekuensi)	Persentase (%)
Laki-laki	28	32,2
Perempuan	59	67,8
Total	87	100

Tabel 4.2 memperlihatkan jenis kelamin terbanyak dari jumlah 87 responden dari penelitian ini yaitu perempuan dengan jumlah 59 responden atau 67,8%, sedangkan jenis kelamin laki-laki yaitu sejumlah 32,2% atau 28 responden.

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	f (Frekuensi)	Persentase (%)
SD	3	3,5
SMP	11	12,6
SMA	64	73,6

Perguruan Tinggi	9	10,3
Total	87	100

Tabel 4.3 dapat diamati bahwa dari 87 responden berpendidikan SMA yaitu 64 responden (73,6%). Sejumlah 11 responden (12,6%) berpendidikan SMP dan responden dari Perguruan tinggi sejumlah 9 responden (10,3%). Responden yang paling sedikit pendidikan SD yaitu 3 responden (3,5%).

Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	f (Frekuensi)	Persentase (%)
IRT	27	31
Petani	6	6,9
Pedagang	12	13,8
Karyawan swasta	37	42,5
PNS	5	5,8
Total	87	100

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sejumlah 37 responden (42,5%) karyawan swasta. Sejumlah 27 responden (31%) adalah ibu rumah tangga. Sejumlah 12 responden (13,8%) adalah pedagang. Sejumlah 6 responden (6,9%) adalah petani dan 5 responden (5,8%) yaitu bekerja sebagai PNS.

2. Variabel

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Kejadian Hipertensi	f (Frekuensi)	Persentase (%)
Hipertensi	61	70,1
Tidak Hipertensi	26	29,9
Total	87	100

Berdasarkan tabel 4.5 terlihat bahwa responden yang hipertensi sebanyak 61 responden (70,1%), dan sejumlah 26 responden (29,9%) yang tidak hipertensi.

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi *Fast Food*

Kebiasaan Konsumsi	F (Frekuensi)	Persentase (%)
<i>Fast Food</i>		
Sering	44	50,6
Jarang	43	49,4
Total	87	100

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa responden yang sering mengonsumsi *fast food* sebanyak 44 responden (50,6%), sedangkan responden yang jarang mengonsumsi *fast food* sebanyak 43 responden (49,4%).

Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	f (Frekuensi)	Persentase (%)
Gizi lebih	35	40,2
Normal	52	59,8

Total	87	100
--------------	-----------	------------

Tabel 4.7 menunjukkan besaran reponden dengan status gizi normal sebanyak 52 reponden (59,8%), sedangkan 35 responden (40,2%) berstatus gizi lebih.

4.1.3 Analisis Bivariat

1. Hubungan Konsumsi *Fast Food* dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif

Tabel 4. 8 Hubungan Konsumsi *Fast Food* dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Konsumsi <i>Fast Food</i>	Kejadian Hipertensi				Total		P Value
	Ya		Tidak		n	%	
	n	%	n	%			
Sering	28	45,9	16	61,5	44	50,6	0,182
Jarang	33	54,1	10	38,5	43	49,4	
Total	61	100	26	100	87	100	

Berdasarkan tabel 4.8 diatas, hipertensi diderita oleh 45,9% responden yang sering mengonsumsi *fast food* dan 54,1% orang jarang mengonsumsi *fast food*. Uji statistik *Chi Square* menghasilkan nilai *p value* = 0,182. Akibatnya, tidak ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Medan Sunggal.

2. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif

Tabel 4. 9 Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Status Gizi	Kejadian Hipertensi						P Value	PR (95%CI)
	Ya		Tidak		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Gizi Lebih	32	52,5	3	11,5	35	40,2	0,000	1,639
Normal	29	47,5	23	88,5	52	59,8		(1,261-2,131)
Total	61	100	26	100	87	100		

Berdasarkan tabel 4.9 diketahui bahwa kejadian hipertensi yang dengan status gizi lebih yakni sebesar 52,5%. Dari uji statistik *Chi Square* dengan alpha 5% dan *p value* = 0,000 didapatkan hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Medan Sunggal. Nilai Prevalence Ratio (PR) = 1,639, hal ini menunjukkan bahwa usia produktif yang memiliki status gizi lebih mempunyai resiko 1,639 kali lebih besar mengalami hipertensi dibandingkan dengan status gizi normal.

4.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul “hubungan konsumsi *fast food* dan status gizi dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal”, maka dijabarkan hasil serta pembahasannya berikut ini:

4.2.1 Konsumsi *Fast Food* Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Berdasarkan hasil analisis antara konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada usia produktif dengan menggunakan uji statistik *chi square* didapatkan nilai $p = 0,182 (>0,05)$. Hal ini memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal. Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurkhofifah & Putriningtyas (2023) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi ($p=0,973$).

Berdasarkan data yang diperoleh, jumlah penderita hipertensi yang sering mengonsumsi *fast food* sebanyak 28 orang dan penderita hipertensi yang jarang mengonsumsi *fast food* sebanyak 33 orang. Data ini menunjukkan bahwa yang jarang mengonsumsi lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan yang sering mengonsumsi. Berdasarkan faktanya, frekuensi konsumsi *fast food* bukan menjadi penentu utama penyakit hipertensi, namun jumlah konsumsinya harus diperhatikan. Dapat dilihat bahwa yang menjadi masalah bukan hanya pola tingkat keseringan konsumsi *fast food*, tetapi masalah yang lebih besar adalah jumlah *fast food* yang dikonsumsi. Dalam penelitian ini tidak diketahui jumlah *fast food* yang dikonsumsi responden, sehingga hal ini menjadi salah satu keterbatasan pada penelitian ini. Menurut Melinda & Robinson (2020), konsumsi *fast food* yang berlebihan dapat berkontribusi pada peningkatan risiko hipertensi dan masalah gizi karena *fast food* cenderung tinggi kalori, natrium, lemak jahat, dan rendah serat serta nutrisi penting lainnya.

Hipertensi pada penelitian ini mungkin terjadi bukan faktor dari tingkat keseringan konsumsi *fast food* saja melainkan tingkat stress. Karena populasi pada penelitian ini adalah usia produktif, kemungkinan hipertensi terjadi karena beban kerja yang dialami. Penelitian serupa dilakukan Fauziyyah & Solikhah (2021), menjabarkan tentang korelasi *fast food* dengan hipertensi yang mana tidak terdapat korelasi antar keduanya, melainkan olahraga dan tingkat stres yang menjadi faktor yang dominan terjadinya hipertensi. Penelitian serupa dilakukan Suprayitno dkk pada tahun 2023, yaitu korelasi konsumsi *fast food* pada usia produktif dengan terjadinya hipertensi. Adapun hasil yang didapat bahwa keduanya saling berkorelasi di usia produktif dengan *p value* 0,984 ($p > 0,05$).

Penelitian ini senada dengan penelitian Setyaningsih, Elfira Duwi dan Ratna pada tahun 2021 yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi. Namun, penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian Asep J Saleh, Suminah, dan Dewi W Astusi (2020), menyatakan adanya hubungan yang bermakna antara asupan konsumsi *fast food* dengan angka kejadian hipertensi. Perbedaan hasil penelitian dan teori dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satunya adalah mengonsumsi *fast food* bukan satu-satunya faktor risiko hipertensi.

Secara teoritis, konsumsi *fast food* berdampak pada tekanan darah. Hal ini berasal dari nutrisi yang ada pada makanan cepat saji. Makanan cepat saji memiliki kadar garam, lemak, dan gula yang tinggi. Namun hal tersebut tidak dikompensasi oleh serat dan zat gizi mikro yang dibutuhkan tubuh. Kandungan kalori dalam *fast food* yang dibutuhkan oleh tubuh tercukupi bahkan berlebih sehingga tidak tersedia

ruang untuk kalori yang didapatkan dari sayuran ataupun buah yang seharusnya juga dibutuhkan tubuh (Li et al., 2020).

Penelitian ini menemukan bahwa adanya perbedaan dengan asumsi penelitian sebelumnya. Perbedaan hasil penelitian yang dilakukan dengan teori yang ada dapat dipengaruhi oleh beberapa hal. Menurut Syafira (2021), faktor risiko terjadinya hipertensi yaitu disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, serta kurangnya konsumsi buah dan sayur. Faktor lain yang mempengaruhi hipertensi adalah genetik, obesitas, stress, konsumsi alkohol, dan asupan garam berlebih (Rahmadhani, 2021). Jadi, kebiasaan konsumsi *fast food* bukanlah satu-satunya faktor risiko kejadian hipertensi.

4.2.2 Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

Berdasarkan hasil analisis antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif dengan menggunakan uji statistik *chi square* didapatkan nilai $p = 0,000 (<0,05)$, sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal. Nilai Prevalence Ratio (PR) = 1,639, hal ini menunjukkan bahwa usia produktif yang memiliki status gizi lebih mempunyai resiko 1,639 kali lebih besar mengalami hipertensi dibandingkan dengan status gizi normal.

Terbukti dari penelitian data status gizi, ternyata dari 35 orang yang memiliki status gizi lebih ada 32 orang yang memiliki riwayat penyakit hipertensi. Banyak penelitian menunjukkan bahwa gizi lebih dan menderita berbagai penyakit

berhubungan dengan tekanan darah tinggi. Gizi berlebihan dan kurang gizi di usia muda dapat memengaruhi produktivitas. Hubungan antara tekanan darah tinggi dan obesitas sangat kuat. Semakin tinggi massa tubuh, maka semakin banyak pula darah yang tersedia untuk membawa oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh. Oleh karena itu, berat badan harus dikontrol agar tetap sehat (Rahma & Baskari, 2019).

Searah dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Zain (2019), yang mengemukakan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan hipertensi. Status gizi pada hipertensi memperlihatkan bahwa gizi yang berlebih merupakan aspek penyebab hipertensi pada laki-laki juga perempuan. Sepadan dengan hasil penelitian Fariqi yang memperlihatkan bahwa ditemukan hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi yang ditunjukkan oleh hasil uji statistik *Chi square* dengan p value 0,031 ($p < 0,05$) (Fariqi, 2021).

Penelitian ini menemukan bahwa cukup banyak individu dengan status gizi normal juga mengalami hipertensi yaitu sejumlah 29 orang. Hal tersebut menjelaskan bahwa meskipun status gizi salah satu faktor risiko, hipertensi merupakan kondisi multifaktorial yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti genetik,, pola makan, stress, kurang aktivitas fisik, dan faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Menurut Rahmadhani (2021), faktor lain yang mempengaruhi hipertensi adalah genetik, obesitas, stress, konsumsi alkohol, dan asupan garam berlebih.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan (Wulandari, 2021) menjabarkan bahwa diperoleh hasil p value dengan nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang bermakna adanya korelasi status gizi dengan hipertensi di daerah Jawa

Tengah. Senada dengan Penelitian Aquarista dan Hadi di Banjarmasin didapatkan hasil yaitu terdapat korelasi antara status gizi obesitas dengan kejadian hipertensi dengan p value = 0,0009. Searah dengan penelitian Nugraheni yang memperoleh hasil yaitu status gizi yang berubah dicirikan dengan berat badan yang naik berkaitan dengan tekanan darah sehingga hal tersebut menjadi urgensi penilaian status gizi (Nugraheni, 2019).

Berdasarkan teori-teori yang ada dijelaskan bahwa terdapat korelasi status gizi dan hipertensi. Sesuai dengan penelitian oleh (Arum, 2019) memaparkan bahwa ketika berat badan berlebih atau *overweight* akan riskan 1,97 kali terhadap terjadinya hipertensi ketimbang seseorang dengan berat badan normal, dan seseorang yang obesitas lebih riskan 2,51 kali ketimbang dengan yang bergizi normal. Massa tubuh yang besar akan lebih banyak memerlukan darah untuk mengalirkan oksigen, memberikan nutrisi pada otot dan jaringan lainnya hingga berefek kepada curah jantung dan tekanan di dinding arteri yang semakin besar dan menimbulkan dampak yaitu terjadinya hipertensi (Ramadhani, 2019).

Pada status gizi lebih dan obesitas dimana terjadi kondisi kelebihan lemak. Lemak yang berlebih dan berperan aktif akan memanifestasikan berbagai macam hormon yang berkaitan dengan tekanan darah. Maknanya lemak yang banyak berkorelasi dengan hormon juga akan meningkat. Sel lemak memproduksi hormone adiponectin dan angiotensinogen yang mempengaruhi tekanan darah melalui mekanisme RAAS atau *Renin Angiotensin Aldosterone System*. RAAS adalah suatu komposisi kunci untuk regulasi tekanan darah. Peningkatan tekanan darah melalui mekanisme ini dipengaruhi oleh mediator-mediator. Contoh mediatornya yaitu

hormon, adipoki, sitokin yang mana saling bersangkutan dengan tertahannya air serta natrium berefek dengan naiknya volume darah (Pausova, 2014).

Akibat dari energi yang tidak seimbang dalam tubuh yaitu ketika energi masuk lebih banyak ketimbang energi yang keluar adalah status gizi berlebih sehingga keadaan ini memicu timbulnya penyakit degeneratif seperti hipertensi (Arisman, 2018). Sebagian aspek penyebab hipertensi yaitu ketidakseimbangan gizi. Aspek lainnya yaitu kebiasaan buruk serta pola hidup yang tidak sehat yang dilakukan seseorang sehingga tak jarang hipertensi banyak terjadi pada usia dewasa muda (Prasetyaningrum, 2014).

4.2.3 Konsumsi *Fast Food* Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Dalam Prespektif Islam

Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang bermakna antara kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal dengan status gizi, dan tidak ada hubungan yang bermakna antara kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal dengan konsumsi *fast food*. Pada kedua aspek kehidupan ini akan dikaji permasalahan berikut dari sudut pandang Islam:

Berikut hadits yang memperlihatkan bahwa islam memperhatikan kesehatan.

نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

Artinya:

"Dua kenikmatan yang sering dilupakan oleh kebanyakan manusia adalah kesehatan dan waktu luang." (HR Bukhari)

Agama islam terperinci dalam hal kesehatan dan sangat ketat akan halal, haram, atau baiknya suatu hal. Halal dimaknai sebagai sesuatu yang boleh dalam syariat dan baik merupakan sesuatu yang tidak berdampak buruk bagi fisik dan pikiran serta terjaga kebersihannya. Sehingga seseorang seharusnya mengerti untuk dapat menjaga dirinya dari apa yang dikonsumsi.

Gizi berlebih diakibatkan karena seseorang terlalu banyak memakan makanan yang mengandung gula, lemak jahat, serta garam yang melebihi kadarnya (Lesiana, 2019). Allah Subhanahu Wa Ta'ala menyampaikan larangan-Nya kepada manusia dari berlebihan pada banyak hal terutama pada makanan yang dapat dilihat pada ayat berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

Artinya:

“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apa-apa yang baik telah Allah halalkan bagi kamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas” (QS. Al-Maidah : 87).

Ayat tersebut memperlihatkan larangan Allah kepada manusia agar tidak berlebihan atau melampaui batas dalam segala situasi termasuk menghalalkan yang telah Allah haramkan ataupun sebaliknya. karena kuasa tersebut hanya milik Allah. Selain itu, ayat ini juga memiliki makna seseorang tidak boleh berlebihan terhadap suatu hal terkhusus dengan makanan meskipun halal karena segala sesuatu yang berlebihan akan mempunyai dampak bagi diri (Sihab, 2012).

Rasulullah SAW bersabda:

يَبْنِي آدَمَ خُدُّوْا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُّوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ ﴿٣١﴾

Artinya:

“Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.” (QS. Al-A’raf : 31)

Rasulullah shallallahu 'alaihi wassallam bersabda :

مَا مَلَأَ آدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكَلَاتٍ يُقْمَنُ صُلْبُهُ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتُلُتْ لَطْعَامِهِ وَتُلُتْ لِشَرَابِهِ وَتُلُتْ لِنَفْسِهِ

“Tiada tempat yang manusia isi yang lebih buruk ketimbang perut. Cukuplah bagi anak Adam memakan beberapa suapan untuk menegakkan punggungnya. Namun jika ia harus (melebihinya) maka hendaknya sepertiga perutnya (diisi) untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga lagi untuk bernapas” (HR Ahmad).

Hadits di atas menyiratkan makna yaitu ketika seseorang belum merasa tercukupi akan makanan yang telah dimakan maka banyaknya adalah sejumlah dua pertiga perut dan tidak melebihinya sehingga tersisa ruang di perutnya untuk bernafas. Selain diperintahkan untuk memperhatikan makanan, Islam juga membimbing untuk makan dengan ala kadarnya dan tidak berlebihan. Karena apabila makan berlebihan maka akan berdampak pada kemurkaan Allah. Adapun kemurkaan tersebut tercermin dengan munculnya penyakit di dalam tubuh

seseorang salah satunya adalah terjadinya obesitas yang dapat menyebabkan hipertensi. Dalam perspektif Islam, gizi merupakan pola makan yang erat kaitannya dengan konsep makanan yang halal dan haram. Allah SWT telah memberikan petunjuk dalam Al-Qur'an dan hadis tentang jenis makanan yang boleh dan tidak boleh dimakan seseorang.

Prinsip segala sesuatu boleh dilakukan dalam kaidah yang berbunyi:

الأصل في الأشياء الإباحة

Yang artinya “Hukum asal dalam segala sesuatu adalah boleh”. Segala sesuatu boleh dilakukan walaupun tidak ada perintah asalkan tidak ada larangan. Sama halnya dengan mengonsumsi makanan, oleh karena itu semua makanan salah satunya *fast food* tidak dilarang untuk dikonsumsi asalkan tidak berlebihan. Islam menganjurkan untuk mengonsumsi makanan dengan porsi yang seimbang dan tidak berlebihan. Hal ini sejalan dengan konsep makanan yang berkualitas dan bermanfaat bagi tubuh. Konsumsi makanan yang seimbang juga dapat membantu menjaga kesehatan tubuh, menghindari penyakit, dan menjaga kebugaran tubuh.

Larangan Allah Subhanahu Wa Ta'ala agar tidak makan secara berlebihan adalah untuk kemaslahatan manusia sendiri atau *maqasid syari'ah*. *Maqasid Syariah* mempunyai tujuan di antaranya yakni sebagai penjagaan kepada agama atau *hifz ad-din*, memelihara harta atau *hifz al-mal*, memelihara akal atau *hifz al-'aql*, memelihara keturunan atau *hifz an-nasl*, serta memelihara jiwa atau *hifz an-nafs* (Syafarudin, 2014).

Dalam konteks *hifz al-'aql* (menjaga akal), tidak mengonsumsi makanan secara berlebihan ini masuk pada kebutuhan primer, karena jika hal ini diabaikan

maka orang-orang dengan pengetahuan kesehatan yang baik akan mengerti dampak dari makan secara berlebihan bisa menyebabkan status gizi lebih dan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi. Dalam konteks *hifz an-nasl* (menjaga keturunan), apabila makanan lain digantikan dengan makanan yang baik dan bergizi, maka hal tersebut menjadi tradisi dalam keluarga dan pola makan serta makanan yang baik pun akan menurun ke generasi selanjutnya sehingga terpeliharalah kesehatan keturunan keluarga tersebut.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini antara lain:

1. Teknik pengumpulan data variabel konsumsi *fast food* diukur menggunakan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* yang bergantung pada ingatan dan kejujuran responden, sehingga terdapat potensi bias informasi.
2. Penelitian ini hanya melihat pola konsumsi saja, sementara untuk membahas hipertensi tidak bisa hanya melihat pola. Penelitian juga harus melihat jumlah konsumsi, riwayat penyakit lainnya, status gizi dan tingkat stress. Kemungkinan, karena responden dalam penelitian ini usia produktif hipertensinya terjadi karena faktor beban kerja.