



## **Literature Review: Pengaruh Konsumsi *Fast Food* terhadap Risiko Hipertensi pada Remaja**

**Sutanti Ira Cahyani**

Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Email: [sutantiiracahyani@email.com](mailto:sutantiiracahyani@email.com)

### **Abstract**

*Hypertension in adolescents is a growing health problem that has the potential to persist into adulthood. One factor thought to play a role is the consumption of fast food, which is high in sodium, saturated fat and calories. This study aims to analyse the relationship between fast food consumption and the incidence of hypertension in adolescents using a literature review method. Data sources were obtained from Google Scholar and PubMed using the keywords “fast food”, “hypertension”, and “adolescents”. Inclusion criteria included full-text articles, original research, relevance to the topic, and publication between 2021 and 2026. Following the selection process, six journals were analysed. The review results showed that two journals (33.3%) found a significant association between fast food consumption and hypertension, whilst three journals (50%) found no significant association. Meanwhile, 1 journal (16.7%) indicated the presence of prehypertension in adolescents. These differing results suggest that hypertension in adolescents is multifactorial. It can be concluded that fast food consumption has the potential to increase the risk of hypertension, but this must be considered alongside other lifestyle factors.*

**Keywords:** *Fast Food, Hypertension, Adolescents.*

### **Abstrak**

Hipertensi pada remaja merupakan masalah kesehatan yang semakin meningkat dan berpotensi berlanjut hingga usia dewasa. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah konsumsi fast food yang tinggi natrium, lemak jenuh, dan kalori. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan konsumsi fast food dengan kejadian hipertensi pada remaja melalui metode literature review. Sumber data diperoleh dari Google Scholar dan PubMed dengan kata kunci “fast food”, “hipertensi”, dan “remaja”. Kriteria inklusi meliputi artikel full text, original research, relevan dengan topik, dan dipublikasikan pada tahun 2021–2026. Berdasarkan proses seleksi diperoleh 6 jurnal yang dianalisis. Hasil telaah menunjukkan bahwa 2 jurnal (33,3%) menemukan hubungan signifikan antara konsumsi fast food dan hipertensi, sedangkan 3 jurnal (50%) tidak menemukan hubungan bermakna. Sementara itu, 1 jurnal (16,7%) menunjukkan adanya prahipertensi pada remaja. Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa hipertensi pada remaja bersifat multifaktorial. Dapat disimpulkan bahwa konsumsi fast food berpotensi meningkatkan risiko hipertensi, namun perlu dikendalikan bersama faktor gaya hidup lainnya.

**Kata Kunci:** *Fast Food*, Hipertensi, Remaja.

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko yang bisa dicegah dan menjadi penyebab utama dari penyakit kardiovaskular seperti, stroke, infark miokard, gagal jantung, dan kematian akibat berbagai penyebab di seluruh dunia (Mills et al., 2020). Hipertensi adalah kondisi kesehatan dimana tekanan darah meningkat terus-menerus. Secara umum, kondisi ini diukur dengan tekanan darah sistolik yang mencapai  $\geq 140$  mmHg atau lebih, dan/atau tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg, berdasarkan pengukuran yang dilakukan beberapa kali (Gabb, 2020). Secara global, prevalensi hipertensi mencapai 22%, sedangkan angka kejadian hipertensi di Asia Tenggara sebesar 36% (WHO, 2014).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, di Indonesia sendiri prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1% dari semua provinsi, Kalimantan Selatan memiliki persentase tertinggi yaitu 44,1%, sedangkan Papua mencatat angka terendah sebesar 22,2% (Kementerian Kesehatan, 2019). Selain berdampak pada kesehatan, hipertensi juga menimbulkan beban ekonomi yang signifikan di Indonesia, tidak hanya meningkatkan biaya medis langsung, tetapi juga menyebabkan kehilangan produktivitas akibat waktu kerja yang hilang dan penurunan kemampuan kerja pasien maupun pengasuh. Kondisi ini berpotensi menurunkan produktivitas nasional apabila terjadi sejak usia remaja dan berlanjut hingga dewasa (Respati et al., 2021).

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang tidak hanya berdampak pada kelompok usia dewasa, tetapi juga mulai menjadi perhatian pada kelompok usia yang lebih muda. Beberapa studi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan kasus hipertensi pada remaja yang dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup, termasuk pola makan yang tidak sehat (Kurnianto et al., 2020). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hipertensi pada remaja perlu mendapat perhatian serius, mengingat tekanan darah tinggi sejak usia muda dapat berlanjut hingga dewasa dan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler dikemudian hari (Luo et al., 2020).

Salah satu alasan meningkatnya angka hipertensi di kalangan remaja adalah pola makan yang kurang baik. Remaja di zaman sekarang cenderung lebih sering mengonsumsi makanan yang kaya lemak, gula, dan garam seiring dengan pergeseran gaya hidup yang mengutamakan kemudahan dalam mengakses makanan. Dalam konteks ini, konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) yang semakin bertambah dan turut berpengaruh pada peningkatan tekanan darah pada remaja (Siringo-ringo et al., 2024). Makanan yang biasa dimakan oleh remaja mencakup makanan yang digoreng, ayam goreng, serta berbagai jenis makanan cepat saji, yang kaya akan lemak dan natrium. Mengonsumsi makanan tersebut secara berlebihan dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya masalah kesehatan, seperti hipertensi dan penyakit jantung di masa depan (Zhao et al., 2017).

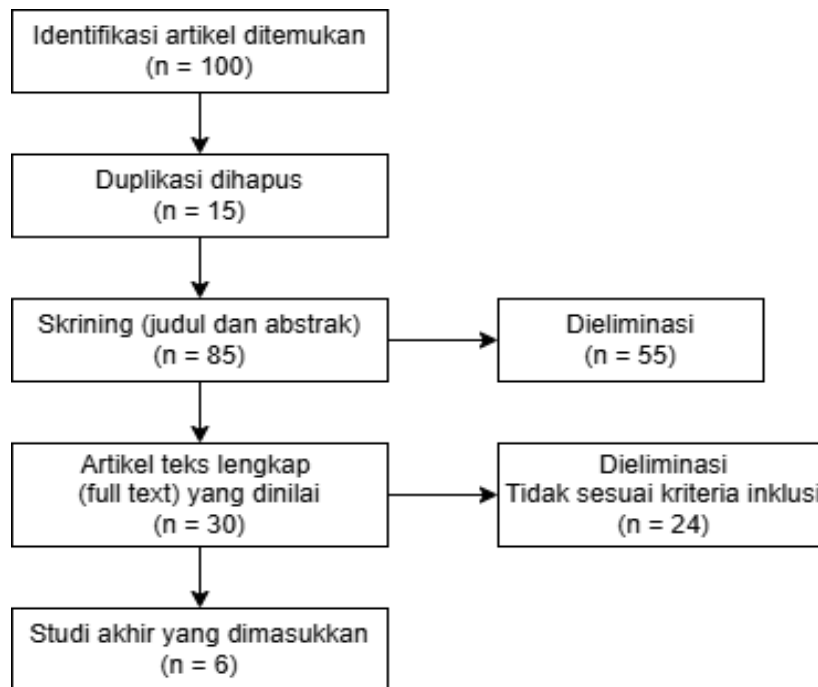
Asupan natrium yang terlalu tinggi memiliki peran yang penting dengan peningkatan tekanan darah. Konsumsi makanan yang tinggi natrium dalam jumlah besar dapat mengakibatkan retensi cairan, peningkatan resistensi pembuluh darah, serta masalah pada fungsi pembuluh yang berkontribusi terhadap terjadinya hipertensi. Sebaliknya, mengurangi asupan natrium terbukti mampu menurunkan tekanan darah, sehingga pengendalian konsumsi natrium menjadi salah satu langkah penting dalam pencegahan hipertensi (Grillo et al., 2019).

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi *fast food* dan peningkatan tekanan darah pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan yang tidak sehat, seperti mengonsumsi makanan dengan kadar gula, lemak, dan natrium yang tinggi, berkaitan dengan peningkatan tekanan darah pada remaja

(Malczewska-Lenczowska et al., 2018). Selain itu, mengonsumsi *fast food* juga berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi karena kontribusinya terhadap obesitas dan masalah metabolik (Maisyaroh Fitri Siregar et al., 2025). Namun demikian, penelitian lain menunjukkan hasil yang berbeda, yaitu tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara konsumsi *fast food* dan kejadian hipertensi pada remaja (Wahyu Nurkhozifah & Desy Putriningtyas, 2023)

Perbedaan hasil tersebut menunjukkan adanya ketidakkonsistenan temuan terkait hubungan konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada remaja. Oleh karena itu, diperlukan kajian *literature review* untuk mensintesis berbagai hasil penelitian yang ada sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan tersebut. Penelitian ini memiliki nilai kebaruan dengan mengkaji dan mensintesis literatur terbaru hingga tahun 2026, yang sampai saat ini masih terbatas dirangkum dalam bentuk *literature review*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi *fast food* terhadap risiko hipertensi pada remaja sebagai dasar upaya pencegahan sejak dini.

## METODE



Gambar 1. Diagram Alir PRISMA

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini disusun dengan mengacu pada pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) untuk memastikan transparansi dan sistematika dalam proses pencarian, seleksi, dan pelaporan artikel. Data yang digunakan merupakan data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan pengaruh konsumsi *fast food* terhadap risiko hipertensi pada remaja. Pencarian artikel dilakukan melalui database Google Scholar dan PubMed Central dengan menggunakan kombinasi kata kunci “*fast food*”, “*junk food*”, “*hypertension*”, “*blood pressure*”, dan “*adolescent*” yang dikombinasikan dengan operator Boolean AND dan OR.

Seleksi literatur dilakukan berdasarkan kriteria inklusi, yaitu artikel yang dipublikasikan dalam 5 tahun terakhir (2021–2026), sesuai dengan topik penelitian, merupakan *original research*, serta tersedia dalam bentuk *full text*. Kriteria eksklusi

meliputi artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian, artikel duplikat, serta artikel yang tidak tersedia dalam bentuk *full text*. Proses seleksi artikel dilakukan melalui beberapa tahap sesuai dengan pedoman PRISMA, yaitu tahap identifikasi, skrining, penilaian kelayakan (*eligibility*), dan inklusi. Pada tahap identifikasi, diperoleh sebanyak 100 artikel dari database yang digunakan. Setelah dilakukan penghapusan duplikasi sebanyak 15 artikel, tersisa 85 artikel yang kemudian diseleksi berdasarkan judul dan abstrak. Pada tahap ini, sebanyak 55 artikel dieliminasi karena tidak relevan, sehingga tersisa 30 artikel untuk dilakukan penilaian *full text*. Selanjutnya, sebanyak 24 artikel dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria inklusi, sehingga diperoleh 6 artikel yang digunakan dalam analisis akhir.

Kualitas artikel yang terpilih dinilai secara kritis berdasarkan kesesuaian tujuan penelitian, desain penelitian yang digunakan, karakteristik dan jumlah sampel, serta kejelasan hasil yang dilaporkan. Penilaian ini dilakukan untuk memastikan bahwa artikel yang digunakan memiliki kualitas yang memadai dan relevan dengan tujuan penelitian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil dari masing-masing penelitian yang terpilih.

## HASIL

Tabel 1. Hasil *Literature Review*

No	Author (tahun)	Nama Jurnal, Vol (No)	Judul	Metode	Hasil	Keterbatasan/ n/ kekuatan
1	Henika Ardelia, Hidayatusy Syukrina Puteri, Asep Jalaludin Saleh (2025)	Jurnal Kesehatan Cendikia Jenius Vol. 2 No. 3	Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji, Status Gizi, dan Gaya Hidup Sedentari dengan Hipertensi Remaja	<i>Cross-sectional</i> , n=93, remaja 15–17 th (Sukoharjo)	Konsumsi <i>fast food</i> , status gizi, dan gaya hidup sedentari cukup tinggi, namun tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan hipertensi, menandakan faktor lain mungkin lebih berperan.	Kelebihan: variabel lebih lengkap (gizi & sedentari). Kekurangan: tidak signifikan, satu Lokasi.
2	Noval Y. DJ. Polapa, Muhammad Isman Jusuf, Chairunnisah J. Lamangantjo, Vivien Novarina A. Kasim (2025)	Jurnal Promotif Preventif Vol. 8 No. 6	Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja Usia 15–23 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas DungaliyoGorontalo	Cross sectional, n=262 remaja usia 15–23 tahun, simple random sampling, uji Chi-square dan regresi logistic (Puskesmas DungaliyoGorontalo)	Terdapat 13 faktor yang berhubungan signifikan dengan hipertensi. Faktor dominan adalah peran petugas kesehatan (OR=0,499; p=0,021).	Kekuatan: variabel lengkap, analisis multivariat. Keterbatasan : desain cross sectional, lokasi terbatas satu wilayah.
3	Elfira Duwih Setyaningsih & Ratna Mutu Manikam (2021)	Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan Vol. 9 No. 21	Hubungan Konsumsi Fast Food dan Asupan Natrium dari Fast Food dengan Tekanan Darah Remaja	Cross-sectional, total sampling (n=38), remaja usia 15–22 tahun di Jakarta Timur	Secara umum, studi dilakukan pada remaja usia 15–22 tahun di wilayah perkotaan dengan konsumsi fast food yang cukup tinggi, namun	Kekuatan: menggunakan instrumen valid (SQ-FFQ, PSQI), pengukuran tekanan darah langsung.

					hubungannya dengan tekanan darah tidak selalu signifikan.	Keterbatasan : jumlah sampel kecil (n=38), desain cross-sectional tidak dapat menentukan sebab-akibat, hanya lokasi spesifik (Jakarta Timur) sehingga generalisasi terbatas.
4	Narisa Rizky Praditha, Dian Yuniar Syanti Rahayu, Supriadi, Susi Susanti, Kuslan Sunandar (2025)	Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale (JKIFN), Vol. 5 No. 2	Konsumsi Makanan Cepat Saji Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja	Deskriptif korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . n=171, remaja 15–18 th (Padalarang)	Terdapat hubungan signifikan antara konsumsi <i>fast food</i> dan hipertensi (p<0,05). Remaja yang sering konsumsi memiliki risiko lebih tinggi mengalami tekanan darah tinggi.	Kelebihan: sampel besar, uji statistik jelas Kekurangan: Cross-sectional tidak dapat menentukan sebab-akibat
5	Sri Wahyu Nurkhorifah & Natalia Desy Putriingtyas (2023)	Indonesian Journal of Public Health and Nutrition Vol. 3 No. 3	Status Gizi, Konsumsi <i>Fast Food</i> , dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Remaja	Penelitian kuantitatif observasional analitik dengan desain cross sectional. Sampel 118 siswa SMA Negeri 3 Semarang menggunakan <i>purposive sampling</i> . Instrumen DASS-42 dan SQ-FFQ, analisis Chi-square.	Konsumsi <i>fast food</i> tidak berhubungan signifikan dengan kejadian hipertensi pada remaja. Risiko hipertensi lebih dipengaruhi status gizi berlebih.	Kekuatan: menilai beberapa faktor risiko. Keterbatasan : sampel satu sekolah, desain cross sectional.
6	Hetty Gustina Simamora, Serlina Silalahi, Maria Pujiastuti, Hotmariana Lumban Gaol (2024)	Journal of Language and Health Vol. 5 No. 3	Pola Konsumsi <i>Junk Food</i> dan <i>Soft Drink</i> sebagai Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Hipertensi pada Remaja	Deskriptif dengan <i>simple random sampling</i> dan analisis univariat. n=68, remaja 12–15 th (Balige)	Remaja memiliki konsumsi <i>junk food</i> dan <i>soft drink</i> yang cukup tinggi, dengan tekanan darah mayoritas masih normal. Pola makan berisiko sudah terlihat, namun belum seluruhnya berdampak pada hipertensi.	Kekuatan: sampel lebih besar, data konsumsi detail Keterbatasan : deskriptif (tidak uji hubungan), hanya 1 lokasi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil telaah terhadap 6 jurnal, ditemukan bahwa 2 jurnal (33,3%) menunjukkan hubungan signifikan antara konsumsi fast food dengan kejadian hipertensi pada remaja, sedangkan 3 jurnal (50%) tidak menemukan hubungan yang bermakna. Sementara itu, 1 jurnal (16,7%) bersifat deskriptif dan tidak secara langsung menguji hubungan, namun menunjukkan adanya pola konsumsi berisiko serta temuan prahipertensi pada remaja. Perbedaan hasil ini menunjukkan adanya inkonsistensi temuan yang perlu dianalisis lebih mendalam, bukan sekadar dilaporkan. Selain itu, perbedaan desain penelitian yang digunakan pada masing-masing studi juga turut memengaruhi hasil yang diperoleh.

Tidak ditemukannya hubungan signifikan pada sebagian penelitian dapat disebabkan oleh beberapa faktor metodologis. Pertama, perbedaan dalam pengukuran konsumsi *fast food*, seperti penggunaan *food frequency questionnaire* (FFQ) yang bergantung pada ingatan responden, berpotensi menimbulkan bias recall sehingga tidak sepenuhnya menggambarkan asupan sebenarnya. Kedua, sebagian besar penelitian menggunakan desain cross-sectional, sehingga tidak mampu menjelaskan hubungan sebab-akibat secara kuat. Ketiga, karakteristik sampel juga berpengaruh, seperti tingkat aktivitas fisik yang tinggi pada remaja tertentu yang dapat menurunkan risiko hipertensi meskipun memiliki pola makan kurang sehat. Selain itu, ukuran sampel yang relatif kecil pada beberapa studi dapat memengaruhi kekuatan statistik, sehingga hubungan yang sebenarnya ada menjadi tidak terdeteksi secara signifikan.

Di sisi lain, penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan menguatkan bahwa konsumsi *fast food* tetap memiliki peran sebagai faktor risiko hipertensi. Secara biologis, konsumsi natrium yang tinggi dalam fast food dapat menyebabkan retensi cairan dalam tubuh sehingga meningkatkan volume darah dan tekanan pada dinding pembuluh darah. Selain itu, natrium juga berperan dalam aktivasi sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS) yang memicu vasokonstriksi dan peningkatan tekanan darah. Mekanisme ini menunjukkan bahwa konsumsi natrium berlebih dapat meningkatkan risiko hipertensi pada remaja (Huang et al., 2024).

Lebih lanjut, hasil telaah juga menunjukkan bahwa hipertensi pada remaja bersifat multifaktorial. Faktor lain seperti status gizi berlebih (*overweight/obesitas*), riwayat keluarga, tingkat stres, kualitas tidur, serta rendahnya aktivitas fisik memiliki kontribusi yang tidak kalah besar dibandingkan konsumsi fast food. Hal ini menjelaskan mengapa pada beberapa penelitian, *fast food* tidak tampak berhubungan secara langsung dengan hipertensi, karena pengaruhnya dapat tertutupi oleh faktor risiko lain yang lebih dominan (Huang et al., 2024).

Dari perspektif kesehatan masyarakat, hipertensi pada remaja juga dipengaruhi oleh lingkungan obesogenic, yaitu kemudahan akses terhadap makanan tinggi kalori dan natrium, seperti *fast food* di lingkungan sekolah maupun tempat tinggal. Kondisi ini mendorong pola konsumsi tidak sehat dan berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah, sehingga mempersulit upaya pengendalian hipertensi pada remaja (Meijer et al., 2024).

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah terhadap 6 jurnal, dapat disimpulkan bahwa konsumsi fast food memiliki potensi sebagai faktor risiko hipertensi pada remaja, namun hubungan tersebut tidak konsisten pada seluruh penelitian. Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa hipertensi pada remaja bersifat multifaktorial dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti status gizi, aktivitas fisik, serta gaya hidup.

Selain itu, temuan adanya prahipertensi pada remaja menunjukkan bahwa gangguan tekanan darah dapat terjadi sejak usia dini dan berpotensi berkembang menjadi hipertensi apabila tidak dilakukan intervensi. Oleh karena itu, upaya pencegahan hipertensi pada remaja tidak hanya berfokus pada pembatasan konsumsi *fast food*, tetapi juga memerlukan pendekatan komprehensif melalui perbaikan pola hidup dan lingkungan.

### Saran

Diharapkan remaja dapat membatasi konsumsi *fast food* serta mulai menerapkan pola makan sehat dengan memperbanyak konsumsi buah, sayur, dan makanan bergizi seimbang. Remaja juga disarankan meningkatkan aktivitas fisik secara rutin, menjaga berat badan ideal, serta menghindari kebiasaan hidup tidak sehat seperti begadang dan kurang gerak.

Diharapkan pihak sekolah dapat mendukung upaya pencegahan hipertensi melalui penyediaan kantin sehat, edukasi gizi seimbang, serta kegiatan promosi kesehatan secara berkala. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar dan mempertimbangkan faktor lain yang memengaruhi hipertensi pada remaja sehingga diperoleh hasil yang lebih komprehensif.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ardelia, H., Puteri, H. S., & Saleh, A. J. (2025). Hubungan konsumsi makanan cepat saji, status gizi, dan gaya hidup sedentari dengan hipertensi remaja. *Jurnal Kesehatan Cendikia Jenius*, 2(3), 297–301. <https://doi.org/10.70920/jenius.v2i3.242>
- Gabb, G. (2020). What is hypertension? In *Australian Prescriber* (Vol. 43, Number 4, pp. 108–109). Australian Government Publishing Service. <https://doi.org/10.18773/austprescr.2020.025>
- Grillo, A., Salvi, L., Coruzzi, P., Salvi, P., & Parati, G. (2019). Sodium intake and hypertension. *Nutrients*, 11(9). <https://doi.org/10.3390/nu11091970>
- Huang, L., Li, Q., Wu, J. H. Y., Tian, M., Yin, X., Yu, J., Liu, Y., Zhang, X., Wu, Y., Paige, E., Trieu, K., Marklund, M., Rodgers, A., & Neal, B. (2024). The contribution of sodium reduction and potassium increase to the blood pressure lowering observed in the Salt Substitute and Stroke Study. *Journal of Human Hypertension*, 38(4), 298–306. <https://doi.org/10.1038/s41371-024-00896-4>
- Kementerian Kesehatan. (2019). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Kurnianto, A., Kurniadi Sunjaya, D., Ruluwedrata Rinawan, F., & Hilmanto, D. (2020). Prevalence of Hypertension and Its Associated Factors among Indonesian Adolescents. *International Journal of Hypertension*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/4262034>
- Kurnianto, A., Kurniadi Sunjaya, D., Ruluwedrata Rinawan, F., & Hilmanto, D. (2020). Prevalence of Hypertension and Its Associated Factors among Indonesian Adolescents. *International Journal of Hypertension*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/4262034>
- Luo, D., Cheng, Y., Zhang, H., Ba, M., Chen, P., Li, H., Chen, K., Sha, W., Zhang, C., & Chen, H. (2020). Association between high blood pressure and long term cardiovascular events in young adults: Systematic review and meta-analysis. *The BMJ*, 370. <https://doi.org/10.1136/bmj.m3222>

- Maisyaroh Fitri Siregar, S., Eka Putri, S., Iskandar, W., & Muhsin, S. (2025). *Determinants of Adolescent Hypertension: Dietary Pattern and Gender Differences in Urban*.
- Malczewska-Lenczowska, J., Sitkowski, D., Surafa, O., Orysiak, J., Szczepanska, B., & Witek, K. (2018). The association between iron and vitamin D status in female elite athletes. *Nutrients*, 10(2). <https://doi.org/10.3390/nu10020167>
- Meijer, P., Lam, T. M., Vaartjes, I., Moll van Charante, E., Galenkamp, H., Koster, A., van den Hurk, K., den Braver, N. R., Blom, M. T., de Jong, T., Grobbee, D. E., Beulens, J. W., Lakerveld, J., T Schram, M., Dagnelie, P. C., van Greevenbroek, M. M., Stehouwer, C. DA, & van der Kallen, C. J. (2024). The association of obesogenic environments with weight status, blood pressure, and blood lipids: A cross-sectional pooled analysis across five cohorts. *Environmental Research*, 256. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2024.119227>
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. In *Nature Reviews Nephrology* (Vol. 16, Number 4, pp. 223–237). Nature Research. <https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2>
- Praditha, N. R., Rahayu, D. Y. S., Supriadi, S., Susanti, S., & Sunandar, K. (2025). Konsumsi makanan cepat saji berhubungan dengan kejadian hipertensi pada remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Fisiologi dan Nutrisi (JKIFN)*, 5(2), 43–46. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v5i2.3375>
- Polapa, N. Y. D. J., Jusuf, M. I., Lamangantjo, C. J., & Kasim, V. N. A. (2025). Faktor risiko hipertensi pada remaja usia 15–23 tahun di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo, Gorontalo, Indonesia. *Jurnal Promotif Preventif*, 8(6), 1680–1693.
- Respati, B., Mulianingsih, N., Endarti, D., & Widayanti, A. W. (2021). Biaya Langsung Dan Tidak Langsung Pada Penyakit hipertensi: *Narrative Review Direct And Indirect Costs Of Hypertension Disease: Narrative Review*. <https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>
- Setyaningsih, E. D., & Manikam, R. M. (2021). Hubungan konsumsi fast food dan asupan natrium dari fast food dengan tekanan darah remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 9, 9–13.
- Siringo-ringo, M., Hizkia, I. P., & Santa Elisabeth Medan, Stik. (n.d.). Gambaran Pola Konsumsi *Junk Food* Dan *Soft Drink* Resiko Penyakit Tidak Menular Hipertensi Remaja Di SMA Santo Petrus Medan Tahun 2024
- Simamora, H. G., Silalahi, S., Pujiastuti, M., & Lumban Gaol, H. (2024). Pola konsumsi junk food dan soft drink sebagai faktor resiko penyakit tidak menular hipertensi pada remaja. *Journal of Language and Health*, 5(3), 1201–1215. <https://doi.org/10.37287/jlh.v5i3.5216>
- Wahyu Nurkhozifah, S., & Desy Putriningtyas, N. (2023). Indonesian Journal of Public Health and Nutrition Status Gizi, Konsumsi Fast food, dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja. *IJPHN*, 3(3), 402–407. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v3i3.62711>

World Health Organization. (2014). *Global Status Report on Noncommunicable Diseases 2014*. Geneva: World Health Organization.

Zhao, Y., Wang, L., Xue, H., Wang, H., & Wang, Y. (2017). Fast food consumption and its associations with obesity and hypertension among children: results from the baseline data of the Childhood Obesity Study in China Mega-cities. *BMC Public Health, 17*. <https://doi.org/10.1186/S12889-017-4952-X>