

ARTIKEL PENELITIAN

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI TERHADAP RIWAYAT GEJALA FARINGITIS KRONIK PADA PASIEN DI PUSKESMAS KABANJAHE TAHUN 2024

¹Martogi nathan Andrew Sitompul, ² Jerry Fitrio Julianto Tobing,

³ Ivonne Ruth Vitamaya Oishi Situmeang.

¹ Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia, Medan, Indonesia.

² Departemen Telinga Tenggorokan dan Hidung, Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia, Medan, Indonesia.

³ Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia, Medan, Indonesia.
email: toginathan@gmail.com

ABSTRACT

Chronic pharyngitis is an inflammation of the pharyngeal mucosa that persists for a long time and often occurs in individuals of productive age. One of its risk factors is a modern dietary pattern characterized by high consumption of fast food, processed foods, and preserved beverages, while balanced nutritional intake is often neglected. Excessive consumption of fast food can cause irritation of the pharyngeal mucosa. Therefore, research on the relationship between fast food consumption and the incidence of chronic pharyngitis is important to conduct, particularly in the Kabanjahe area, as an effort toward disease prevention and control.

Keywords: Chronic Pharyngitis, Fast Food

ABSTRAK

Faringitis kronik merupakan peradangan mukosa faring yang berlangsung lama dan sering terjadi pada usia produktif. Salah satu faktor risikonya adalah pola makan modern yang ditandai dengan tingginya konsumsi makanan cepat saji, olahan, dan minuman berpengawet, sementara asupan gizi seimbang sering terabaikan. Konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan dapat menimbulkan iritasi mukosa faring. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian faringitis kronik penting dilakukan, khususnya di wilayah Kabanjahe, sebagai upaya pencegahan dan pengendalian penyakit.

Kata Kunci: Faringitis Kronik, Makanan Cepat Saji

ARTIKEL PENELITIAN

PENDAHULUAN

Faringitis kronik telah berkembang menjadi masalah kesehatan yang mengkhawatirkan dimasyarakat *modern*, khususnya golongan individu usia produktif. Kondisi yang berkepanjangan ini menunjukkan suatu peningkatan, terutama pada populasi yang tinggal di kawasan perkotaan dengan kepadatan tinggi, memiliki aktivitas harian yang padat, serta terpapar berbagai faktor lingkungan yang tidak menguntungkan. Masyarakat perkotaan dengan mobilitas tinggi umumnya memiliki pola makan yang kurang ideal, ditandai dengan konsumsi tinggi makanan olahan, cepat saji, dan minuman berpengawet, sementara asupan makanan bergizi seimbang sering terabaikan akibat tuntutan pergerakan yang cepat (Zhu et al., 2021).

Faringitis kronis merupakan peradangan mukosa faring yang berlangsung setidaknya selama tiga bulan, ditandai oleh perubahan histopatologik seperti hiperplasia folikel limfoid, infiltrasi sel inflamasi kronis, serta perubahan pada pembuluh darah di lapisan submukosa. Secara klinis, kondisi ini ditandai dengan gejala menetap seperti sensasi mengganjal di tenggorokan, rasa kering, suara serak terutama saat pagi hari, serta ketidaknyamanan saat menelan, yang dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup (Li et al., 2019).

Secara global, Faringitis kronik di Amerika Serikat terdapat 7.000.000 hingga 11.000.000 pasien rawat jalan yang dirawat karena faringitis kronis (Zha et al., 2023). Di Tiongkok, kebiasaan makan, faktor lingkungan, dan penggunaan antibiotik semuanya berkontribusi terhadap tingginya prevalensi faringitis kronis. Sekitar sepertiga dari populasi menderita penyakit ini. Dalam analisis statistik

terhadap 1.100 orang yang menjalani pemeriksaan fisik, peneliti menemukan bahwa prevalensi faringitis kronis mencapai 78,65%. Sekitar 30 juta kasus didiagnosis setiap tahun dengan estimasi 12-15% dari seluruh keluhan sakit tenggorokan membutuhkan konsultasi

medis. Pola kasus di Indonesia menunjukkan karakteristik epidemiologis yang serupa dengan yang terjadi di India, baik dalam hal prevalensi maupun manifestasi klinis (Goswami & Ahmed S A, 2014).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Avionika pada tahun 2023 di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI pada tahun 2021 menunjukkan bahwa dari total 252 mahasiswa, sebanyak 221 orang (87,7%) memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa diangkatan tersebut cenderung memilih makanan cepat saji sebagai bagian dari pola makan sehari-hari mereka. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2021 cukup tinggi, yang dapat berpotensi memengaruhi kesehatan mereka (Avionika Mega A, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan di Poliklinik THT-KL RSUD Undata Palu pada tahun 2016, ditemukan bahwa dari 264 pasien yang diperiksa, sebanyak 81 orang atau 30,7% di antaranya mengalami faringitis kronik. Selain itu, distribusi usia menunjukkan bahwa kelompok usia 12 hingga 25 tahun merupakan rentang usia yang paling banyak mengalami gangguan faring-laring, sedangkan berdasarkan jenis kelamin, 59,1% pasien adalah perempuan dan 40,9% adalah laki-laki. Hasil ini menunjukkan bahwa faringitis kronik masih menjadi keluhan dominan di layanan kesehatan THT, terutama pada usia produktif dan pada kelompok perempuan. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap tingginya angka kejadian faringitis kronik, guna mendukung upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan masyarakat (Safira, 2019).

Pola konsumsi masyarakat modern telah mengalami perubahan yang signifikan dalam beberapa waktu terakhir, terutama disebabkan

ARTIKEL PENELITIAN

oleh perubahan gaya hidup, mobilitas tinggi, dan tuntutan pekerjaan yang semakin meningkat. Masyarakat kini cenderung memilih makanan praktis dan cepat saji, yang menawarkan efisiensi waktu sebagai faktor utama, terutama bagi mereka dengan jadwal yang padat. Makanan cepat saji memberikan solusi praktis tanpa perlu menunggu lama untuk menyiapkan atau memasak. Ketersediaan yang luas dengan restoran cepat saji dilokasi strategis juga membuat pilihan ini semakin mudah dijangkau. Selain itu, harga yang relatif terjangkau menjadi pertimbangan penting, terutama bagi kelompok dengan anggaran terbatas seperti pelajar atau pekerja dengan pendapatan menengah ke bawah (Puspita Sari & Setiyo Nugroho, 2021).

Faktor lain yang berkontribusi terhadap popularitas makanan cepat saji adalah cita rasanya yang konstan dan populer, yang semakin ditingkatkan oleh kandungan lemak, gula, dan garamnya yang tinggi. Perubahan ini merupakan cerminan cara masyarakat telah menyesuaikan diri dengan tuntutan kehidupan modern, yang mengutamakan efisiensi dan praktis dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari (Bahtiar et al., 2025).

Insiden makan makanan cepat saji masih meningkat, menurut penelitian dari seluruh dunia. *World Health Organization* (WHO, 2023) memperkirakan bahwa 80% remaja di seluruh dunia biasanya makan makanan cepat saji, dengan 50% dari mereka memilihnya untuk makan siang, 15% untuk makan malam, dan 15% untuk sarapan. Di Indonesia, prevalensi konsumsi makanan cepat saji mencapai 69% dari populasi. Dari jumlah tersebut, mayoritas mengonsumsi makanan cepat saji saat makan siang, yaitu sebesar 33%, diikuti oleh konsumsi pada waktu makan malam sebesar 25%. Sementara itu, 9% masyarakat mengonsumsi makanan cepat saji sebagai camilan atau makanan selingan, dan hanya 2% yang memilihnya sebagai menu sarapan. Data ini

menunjukkan bahwa makanan cepat saji lebih sering dikonsumsi sebagai bagian dari makan utama dibandingkan dengan makanan selingan atau sarapan (Pramudita Okhanza et al., 2021).

Disisi lain, makanan cepat saji memang praktis dan mudah, tetapi penting untuk diketahui bahwa makanan ini juga tinggi kalori tetapi miskin nutrisi, vitamin, dan mineral. Makanan ini juga cenderung tinggi lemak, rendah serat, dan tinggi garam, gula, dan bahan kimia (Oetoro et al., 2013). Makanan cepat saji yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk obesitas, penyakit kardiovaskular, diabetes, dan gangguan pada sistem pencernaan, termasuk menyebabkan faringitis kronis (Andriani et al., 2021).

Gejala permasalahan yang muncul adalah semakin tingginya kasus faringitis kronis di berbagai fasilitas kesehatan tingkat primer, termasuk Puskesmas. Pasien dengan faringitis kronis sering mengalami penurunan kualitas hidup akibat gejala yang persisten dan berulang (Yosa Agusni et al., 2024). Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan dalam aktivitas sehari-hari, produktivitas kerja, pola tidur, dan interaksi sosial (Ahmad, 2020). Selain itu, pengobatan faringitis kronis seringkali memerlukan waktu yang panjang dan biaya yang tidak sedikit (Thompson, 2021).

Penyebab peningkatan kasus faringitis kronis diduga berhubungan dengan perubahan pola makan, terutama peningkatan konsumsi makanan cepat saji. Makanan cepat saji umumnya mengandung kadar tinggi garam, lemak trans yang dapat meningkatkan kadar kolesterol jahat, dan bahan tambahan seperti pengawet dan perasa yang dapat menjadi iritan bagi mukosa faring (Carleton et al., 2018). Selain itu, konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan dapat menyebabkan obesitas, yang kemudian meningkatkan risiko refluks gastroesofageal, salah satu faktor risiko faringitis kronis. Paparan berkelanjutan terhadap iritan dari makanan cepat saji dan refluks asam dapat menyebabkan peradangan kronis pada faring (Amalina Bonita & Fitranti, 2017).

Penelitian mengenai hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan faringitis kronis sangat penting dilakukan karena terdapat kesenjangan

ARTIKEL PENELITIAN

pengetahuan mengenai hubungan langsung antara konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian faringitis kronis, terutama dalam konteks masyarakat Indonesia. Menurut penelitian (Avionika Mega A, 2023) dan (Safira, 2019), terdapat perbedaan dari kedua penelitian yang terletak pada fokus pendekatan dan populasi yang diteliti. Penelitian Avionika menekankan pada hubungan antara kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan gejala faringitis kronik di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, dengan pendekatan kuantitatif dan analisis statistik bivariat. Sementara itu, penelitian Priviny lebih berfokus pada variasi kasus faring-laring secara umum, termasuk faringitis kronik, di Poliklinik THT-KL RSUD Undata dengan pendekatan deskriptif retrospektif terhadap data rekam medis. Selain itu, penelitian pertama menggali aspek kebiasaan makan sebagai faktor risiko, sedangkan penelitian kedua hanya mencatat jumlah kasus tanpa mengaitkannya dengan faktor gaya hidup atau pola konsumsi. Kedua penelitian belum menyinggung secara mendalam faktor kualitas makanan atau kondisi lingkungan sebagai determinan kesehatan, sehingga dibutuhkan kajian lebih lanjut yang menggabungkan data klinis dengan perilaku konsumsi makanan dalam populasi yang lebih luas

TINJAUAN PUSTAKA

Faringitis kronik merupakan peradangan pada tenggorokan yang berlangsung lama, biasanya lebih dari tiga minggu, dengan gejala utama berupa sakit tenggorokan persisten, sensasi benda asing, kesulitan menelan, perubahan suara, dan iritasi yang berulang (Kamargiannis & Danielides, 2011; Suresh, 2024). Kondisi ini dapat dikenali melalui tanda klinis seperti mukosa yang memerah, pembengkakan, dan folikel mukosa yang menonjol (Naina, 2012).

Penyebab faringitis kronik bersifat multifaktorial, mencakup infeksi virus, bakteri, dan jamur, maupun faktor non-infeksi seperti merokok, polusi udara, alergi,

serta *refluks gastroesophageal* (GERD) (Tovmasyan et al., 2023a). Selain itu, kebiasaan mengonsumsi makanan yang terlalu pedas, berminyak, manis, serta makanan cepat saji dapat memicu iritasi pada mukosa faring dan memperburuk inflamasi (Alfarisi & Damayanti, 2019; Avionika et al., 2023).

Secara patofisiologis, paparan berulang terhadap iritan dan infeksi akan memicu respons inflamasi berkepanjangan pada mukosa faring. Awalnya terjadi hiperemia dan peningkatan produksi mukus, lalu berlanjut menjadi

penebalan mukosa (hipertrofi) atau bahkan penipisan (atrofi) akibat kegagalan regenerasi sel. Hal ini menimbulkan gejala seperti tenggorokan kering, batuk kering, suara serak, hingga kesulitan menelan (Kundu et al., 2019; Anggraini & Kartikawati, 2011). Berdasarkan gambaran klinisnya, faringitis kronik dapat dibedakan menjadi tipe kataral, hipertrofik, atrofi, maupun campuran (Tovmasyan et al., 2023).

Faktor risiko terjadinya faringitis kronik antara lain usia dewasa, jenis kelamin perempuan, infeksi berulang, paparan iritan (rokok, polusi), penyakit penyerta seperti diabetes, gangguan imun, malnutrisi, serta kondisi alergi dan refluks asam (Kundu, 2017; Guvenmez et al., 2025).

Diagnosis ditegakkan melalui anamnesis, pemeriksaan fisik dengan faringoskopi, serta uji laboratorium seperti kultur dan PCR untuk mendeteksi mikroorganisme penyebab (Kharseeva et al., 2014).

Penatalaksanaan mencakup penghindaran iritan, peningkatan hidrasi, konsumsi makanan sehat, penggunaan obat antiinflamasi, antiseptik topikal, serta antibiotik yang selektif bila terbukti infeksi bakteri (James, 2023; Shakhova et al., 2024). Apabila tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menimbulkan komplikasi berupa infeksi sekunder, kerusakan mukosa tenggorokan dan esofagus, gangguan psikologis, hingga penurunan kualitas hidup pasien (Zha et al., 2023; Rahmawati et al., 2024).

Di sisi lain, konsumsi makanan cepat saji menjadi salah satu faktor gaya hidup yang berpotensi meningkatkan risiko gangguan

ARTIKEL PENELITIAN

kesehatan, termasuk faringitis kronik. Makanan cepat saji didefinisikan sebagai makanan siap saji yang diproduksi secara massal, mudah disajikan, dan umumnya mengandung tinggi kalori, lemak, gula, serta natrium namun rendah serat dan mikronutrien (Sitoayu et al., 2021; Laksono et al., 2022).

Jenis makanan cepat saji dapat dibagi menjadi tiga kelompok. *Minimally processed* adalah makanan yang hanya melalui proses sederhana seperti pembersihan, pemotongan, pendinginan, atau pengemasan tanpa banyak perubahan pada sifat aslinya, misalnya daging segar, buah, sayuran, susu, dan kacang-kacangan. *Processed culinary ingredients* merupakan bahan pangan yang telah dimurnikan dari sumber alami untuk digunakan dalam memasak atau industri, seperti minyak, margarin, gula, garam, dan tepung. Sementara itu, *ultra-processed food* adalah produk olahan pabrik siap makan atau siap dipanaskan yang mengandung berbagai bahan tambahan, misalnya *nugget*, sosis, *burger*, mi instan, *pizza*, roti, biskuit, es krim, hingga susu formula bayi (Rafsanjani et al., 2022).

Karakteristik makanan cepat saji, seperti yang berminyak, pedas, manis, maupun minuman bersuhu dingin, dapat memicu iritasi tenggorokan, produksi mukus berlebih, dan penurunan daya tahan tubuh, sehingga berkontribusi pada terjadinya peradangan kronis di faring (Basuki & Nuria, 2020; Indah Purwaningrum, 2020; Rafsanjani et al., 2022).

Konsumsi makanan cepat saji berhubungan dengan meningkatnya kejadian obesitas, hipertensi, serta diabetes mellitus dengan kejadian faringitis kronik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. 1 Distribusi Frekuensi Usia

Karakteristik Responden	Frekuensi	%
6-9 Tahun	2	5,6
10-19 Tahun	5	13,9

tipe 2 akibat tingginya kandungan lemak jenuh, gula, dan natrium yang mengganggu metabolisme tubuh (Irfan & Ayu, 2022; Destra et al., 2022; Haswita, 2024).

Faktor yang memengaruhi konsumsi makanan cepat saji antara lain rendahnya pengetahuan gizi, pengaruh teman sebaya, kenyamanan tempat, kepraktisan, harga yang relatif murah, promosi, serta pengaruh merek yang populer di masyarakat (Andriani, 2021).

Pola konsumsi yang tidak sehat ini pada akhirnya dapat memperburuk risiko faringitis kronik melalui mekanisme inflamasi dan gangguan imunitas yang berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross-sectional*. Desain ini digunakan untuk melihat hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan riwayat gejala faringitis kronik pada pasien di Puskesmas Kabanjahe. Data dikumpulkan pada satu periode waktu tertentu dengan memanfaatkan rekam medis tahun 2024 serta kuesioner yang diisi langsung oleh pasien sebagai instrumen penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi variabel penelitian, serta bivariat dengan menggunakan uji *Spearman's Rank Correlation Test* untuk mengetahui tidaknya hubungan antara konsumsi makanan cepat sajimengonsumsi jarang berjumlah 15 orang (41,7%).

Tabel 1. 4 Distribusi Frekuensi Faringitis Kronik

Faringitis Kronik	Frekuensi	%
Makanan Cepat Saji	27	75
Non Makanan Cepat Saji	9	25
Total	36	100,0
20-24 Tahun	5	13,9
25-44 Tahun	4	11,1
45-59 Tahun	13	36,1

ARTIKEL PENELITIAN

>60 Tahun	7	19,4
Total	36	100,0

Tabel 1.1 menunjukkan dari total 36 partisipan di Puskesmas Kabanjahe, kelompok usia terbanyak adalah 45–59 tahun, yaitu 13 orang (36,1%). Kelompok usia paling sedikit adalah 6–9 tahun dengan 2 orang (5,6%).

Tabel 1. 2 Distribusi Frekuensi Jenis

Kelamin		
Karakteristik Responden	Frekuensi	%
Laki - laki	15	41,7
Perempuan	21	58,3
Total	36	100,0

Tabel 1.2 menunjukkan bahwa dari total 36 partisipan di Puskesmas Kabanjahe, jumlah partisipan perempuan dengan jumlah 21 orang (58,3%) lebih banyak dibandingkan laki-laki dengan jumlah 15 orang (41,7%).

Tabel 1. 3 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji

Makanan	Frekuensi	%
Cepat Saji		
Jarang	15	41,7
Sering	21	58,3
Total	36	100,0

Tabel 1.3 menunjukkan bahwa dari total 36 partisipan, sebagian besar memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji sering yaitu sebanyak 21 orang (58,3%), sedangkan yang

Tabel 1.4 menunjukkan bahwa dari total 36 partisipan di Puskesmas Kabanjahe, terdapat 27 orang (75%) mengalami gejala faringitis kronik yang disebabkan oleh makanan cepat saji, sedangkan 9 orang (25%) mengalami gejala yang bukan disebabkan oleh makanan cepat saji, seperti merokok. Hal ini menunjukkan bahwa proporsi partisipan bergejala yang disebabkan oleh makanan cepat saji lebih tinggi dibandingkan yang bukan disebabkan oleh makanan cepat saji.

Analisis Bivariat

Tabel 1. 5 Hubungan Makanan Cepat Saji Dengan Faringitis Kronik

Variabel	N	Korelasi Spearman	Sig. (2-tailed)	Kesimpulan
		(p)		
Makanan Cepat Saji – Faringitis Kronik	36	0,641	P<0,001	Korelasi positif, kekuatan kuat, signifikan

Tabel 1.5 menunjukkan bahwa dari total 36 partisipan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,641 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang kuat antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan munculnya faringitis kronik. Maknanya, semakin sering seseorang mengonsumsi makanan cepat saji, maka semakin tinggi pula kemungkinan mengalami gejala faringitis kronik. Hasil ini dinyatakan signifikan secara statistik karena nilai $p < 0,05$.

ARTIKEL PENELITIAN

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat adanya hubungan antara kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian gejala faringitis kronik. Hasil uji statistik menggunakan korelasi *Spearman's Rank Correlation Test* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,641 dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hal ini berarti terdapat hubungan yang kuat dan signifikan secara statistik antara kedua variabel.

Arah hubungan positif mengindikasikan bahwa peningkatan frekuensi konsumsi makanan cepat saji berbanding lurus dengan meningkatnya risiko munculnya gejala faringitis kronik. Dengan demikian, pola konsumsi makanan cepat saji terbukti memiliki kontribusi yang nyata terhadap meningkatnya risiko munculnya gejala faringitis kronik pada partisipan penelitian ini.

Hal ini dapat dijelaskan karena makanan cepat saji umumnya termasuk dalam kategori ultra-processed food yang mengandung banyak bahan tambahan seperti pengawet, pewarna, dan pemanis buatan, serta rendahnya kandungan serat dan nutrisi penting. Kandungan ini dapat menjadi iritan bagi mukosa faring yang memicu iritasi pada saluran tenggorokan jika dikonsumsi dalam jangka panjang, dapat melemahkan daya tahan tubuh dan memicu peradangan kronis, termasuk pada area faring.

Faktor risiko faringitis kronik meliputi paparan jangka panjang terhadap bahan iritan, termasuk dari makanan, serta defisiensi nutrisi seperti vitamin A, C, dan zat besi, yang semuanya umum terjadi pada pola makan berbasis makanan cepat saji. Bahan pada makanan cepat saji dapat memicu reaksi alergi pada mukosa faring. Ditandai dengan keluhan seperti tenggorokan kering, suara serak, dan rasa mengganjal.

Selain itu, faringitis kronik lebih banyak terjadi pada kelompok usia dewasa karena adanya akumulasi paparan terhadap iritan serta menurunnya kemampuan sistem imun seiring bertambahnya usia. Hal ini sesuai dengan karakteristik responden dalam penelitian ini, yang sebagian besar berusia di atas 25 tahun. Perempuan juga disebut memiliki kerentanan

lebih tinggi terhadap gangguan ini, kemungkinan karena faktor hormonal dan sensitivitas sistem imun, yang juga tercermin dari mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Avionika, 2021) yang menunjukkan terdapat hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan riwayat faringitis kronik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2021.

Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang telah dikemukakan bahwa konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dapat menjadi faktor risiko terjadinya faringitis kronik melalui mekanisme iritasi mukosa, paparan bahan kimia, dan gangguan regenerasi sel mukosa faring.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas partisipan sering mengonsumsi makanan cepat saji, yaitu sebanyak 21 orang (58,3%). Selain itu, 29 partisipan (75%) didiagnosis mengalami faringitis kronik yang diduga dipengaruhi oleh konsumsi makanan cepat saji. Hasil *Spearman's Rank Correlation Test* menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan kejadian faringitis kronik ($r = 0,641$; $p < 0,001$), yang berarti semakin sering seseorang mengonsumsi makanan cepat saji, semakin tinggi kemungkinan mengalami gejala faringitis kronik pada partisipan di Puskesmas Kabanjahe.

ARTIKEL PENELITIAN

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., Smith, J., & Brown, L. (2020). The impact of chronic pharyngitis on quality of life: A review. *Journal of Health and Quality of Life*, 15(3), 45–52.
- Alfarisi, R., Damayanti, S., & Im, T. (2019). Hubungan kebiasaan makan dengan risiko terjadinya tonsilitis kronik pada anak sekolah dasar di Bandar Lampung. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 1(2).
- Amalina Bonita, I., & Fitranti, D. Y. (2017). Konsumsi fast food dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko kejadian overweight pada remaja stunting SMP.
- Andriani, N., Nurdin, A., Fitria, U., Dinen, K. A., & Kurnia, R. (2021). Perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja dan dampaknya bagi kesehatan. *Public Health Journal*.
- Anggraini, S. M., & Kartikawati, H. (2011). Hubungan faringitis kronik dengan riwayat konsumsi makanan minuman ekstrem secara suhu dan rasa [Undergraduate thesis, Faculty of Medicine].
- Avionika, M. A. (2023). Hubungan kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan kejadian gejala faringitis kronik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021 dan tinjauannya menurut pandangan Islam.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Karo. (2024). *Kecamatan Kabanjahe dalam angka 2024*. Karo: Badan Pusat Statistik Kabupaten Karo.
- Bahtiar, M., Rommy, N., & Ittaqullah, N. (2025). Analisis strategi bisnis pada warung makan Chinese food Kendedess di Kota Kendari. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 17(1), 99–111.
- Basuki, S. W., & Nuria, S. I. (2020). Tonsilitis. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 483–494.
- Carleton, H. A., Tamhankar, M., Huang, S. S., & Nelson, R. E. (2018). The role of processed foods in chronic disease. *Journal of Clinical Nutrition Research*, 7(2), 123–131.
- Destra, E., Frisca, F., Santoso, A. H., & Firmansyah, Y. (2022). Hubungan asupan makanan cepat saji dengan angka kejadian hipertensi pada orang dewasa dengan aktivitas fisik ringan hingga sedang.
- Goswami, K. K., & Ahmed, S. A. (2014). A chronic pharyngitis: A rare case report. *Scholars Journal of Medical Case Reports*, 2(5), 345–347.
- Guyenmez, O., Keskin, H., & Zhanbaeva, A. K. (2025). Evaluating the efficacy of a multidisciplinary approach to chronic pharyngitis treatment: A retrospective cohort analysis. *Cureus*.
- Haswita. (2024). The habit of consuming fast food and soft drinks has been proven to cause diabetes mellitus in Banyuwangi Village, Banyuwangi.
- Indah Purwaningrum. (2020). Hubungan kebiasaan makan dengan risiko tonsilitis kronik di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.
- Irfan, M., & Ayu, M. S. (2022). Hubungan pola konsumsi minuman bergula terhadap obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UISU tahun 2022. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 11(1), 31–36.
- James, G. (2023). *Pereda nyeri*. Gilad James Mystery School.
- Kamargiannis, N., Gouveris, H., Katsinelos, P., et al. (2011). Chronic pharyngitis is associated with severe acidic laryngopharyngeal reflux in patients with Reinke's edema. *Annals of Otolaryngology & Laryngology*, 120(11), 722–726.
- Kharseeva, G. G., Alutina, E. L., & Gasretova, T. D. (2014). *Diphtheriae: Microbiological and immunological aspects*. Moscow: Prakticheskaya Meditsina.
- Kundu, S. (2017). Encountering chronic sore throat: How challenging is it for the otolaryngologists? *Indian Journal of*

ARTIKEL PENELITIAN

- Otolaryngology and Head and Neck Surgery*, 71, 176–181.
- Kundu, S., Dutta, M., Adhikary, B. K., & Ghosh, B. (2019). Encountering chronic sore throat: How challenging is it for the otolaryngologists? *Indian Journal of Otolaryngology and Head and Neck Surgery*, 71, 176–181.
- Laksono, R. A., Mukti, N. D., & Nurhamidah, D. (2022). Dampak makanan cepat saji terhadap kesehatan pada mahasiswa Program Studi “X” Perguruan Tinggi “Y.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 35–39.
- Li, Z., Huang, J., & Hu, Z. (2019). Screening and diagnosis of chronic pharyngitis based on deep learning. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1688.
- Naina, P., Anandan, S., Mathews, S. S., Job, A., & Albert, R. R. (2012). Chronic pharyngitis: Role of atypical organisms. *Otolaryngology - Head and Neck Surgery*, 147(5), 894–899.
- Oetoro, S., Parengkuan, E., & Parengkuan, J. (2013). *Smart eating: 1000 jurus makan pintar & hidup bugar*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Pramudita Okhanza, A., Sari Dewi, M., Farhan Satya Baskoro, M., Fadly, M., Nabila, S., Tri Anjani, R., Nopriyanti, E., & Gyanata Adiwisastra, N. (2021). Sosialisasi tentang bahaya makanan cepat saji di SMK Sentra Medika Cikarang.
- Puspita Sari, F., & Nugroho, P. S. (2021). Risiko perilaku konsumsi makanan cepat saji dan minuman berkarbonasi terhadap obesitas pada remaja di Indonesia. *Borneo Student Research*, 3(1).
- Rafsanjani, T., Siti Fatimah, C., Muhammad, R., & Syam, B. (2022). The relationship between knowledge, fast food snack consumption to the incidence of tonsillitis in elementary school children in Banda Aceh.
- Rahmawati, N., Safarianti, S., & Luhonna, D. (2024). *Journal of Medical Science*, 52, 174–182.
- Safira, P., Nayoan, C. R., & Nasir, M. (2019). Variasi kasus faring-laring di Poliklinik THT-KL RSUD Undata Palu periode Januari–Desember 2016. *Jurnal Medical Profession (MedPro)*, 3(3), 214–219.
- Shakhova, M. A., Fokeev, V. A., Svistushkin, V. M., & Shakhov, A. V. (2024). Chronic nonspecific pharyngitis: Etiopathogenesis and treatment issues. *Meditinskiy Sovet*, 18(7), 138–146.
- Sitoayu, L., Aminatyas, I., Angkasa, D., Gifari, N., & Wahyuni, Y. (2021). Hubungan konsumsi makanan cepat saji, tingkat stres, dan kualitas tidur terhadap status

ARTIKEL PENELITIAN

- gizi pada remaja putra SMA DKI Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(1), 55–64.
- Suresh, K. (2024). Chronic sore throat in adults: A challenge to primary care providers and otolaryngologists too! *Journal of Clinical Otorhinolaryngology*, 63, 119.
- Thompson, R., Johnson, M., & Lee, K. (2021). Economic burden of chronic pharyngitis: A systematic review. *International Journal of Health Economics*, 12(2), 100–110.
- Tovmasyan, A. S., Filina, E. V., Golubeva, L. I., Golovatyuk, A. A., Ramazanov, S. R., Polyaeva, M. Y., Kishinevskii, A. E., Shvedov, N. V., & Mosin, V. V. (2023). Chronic pharyngitis: Modern approaches to diagnosis and treatment. *Vestnik Otorinolaringologii*, 88(3), 56–62.
- World Health Organization. (2023). *Global status report on non-communicable diseases 2023*. Geneva: WHO.
- Yosa Agusni, R., Prabowo, A., & Sari, D. (2024). Prevalence and management of chronic pharyngitis in primary health care facilities. *Indonesian Journal of Otolaryngology*, 10(1), 15–22.
- Zha, Z., Gao, S., Liu, S., & Hu, G. (2023). Chronic pharyngitis: Epidemiological perspectives. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 19, 1313–1319.
- Zhu, T., Zhang, P., Shen, X., Cheng, J., Chai, J., Feng, R., & Wang, D. (2021). Prevalence of respiratory tract infections and influencing factors: A cross-sectional survey in Anhui Province, China. *Public Health Nursing*, 38(4), 542–554.