

ABSTRAK

Nama : Tiara Sugirahmah Auliyah (1102017231)
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul : Hubungan Antara Gaya Hidup (Merokok, Olahraga dan Makanan Siap Saji) Terhadap Hipertensi Pada Karyawan Keamanan dan Kebersihan Usia Dewasa Muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam.

Latar Belakang: Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 130 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah langsung pada penduduk ≥ 18 tahun di Indonesia mengalami peningkatan menjadi 34.1%. Prevalensi hipertensi mengalami pergeseran dari penderita usia lanjut menjadi usia dewasa muda (20-40 tahun) akibat perubahan gaya hidup yang tidak sehat antara lain merokok, olahraga tidak teratur dan konsumsi makanan siap saji (*fast food*).

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor risiko gaya hidup seperti merokok, olahraga dan konsumsi makanan siap saji (*fast food*) terhadap hipertensi pada karyawan keamanan dan kebersihan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi Jakarta Pusat.

Metode: Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah karyawan keamanan dan kebersihan usia dewasa muda (20-40 tahun) di Perguruan Tinggi Jakarta Pusat, sebanyak 80 responden. Pengambilan data dilakukan pada bulan Oktober 2020 — November 2020.

Hasil: Pada penelitian ini responden dengan kategori hipertensi sebanyak 30 orang (37.50%) dan kategori *elevated* sebanyak 20 orang (25%) dengan usia dewasa muda sebanyak 80 orang (93.02%). Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* didapatkan hasil yang signifikan antara Olahraga ($p=0,005$) terhadap kejadian hipertensi pada dewasa muda. Sedangkan didapatkan hasil yang tidak signifikan antara kebiasaan merokok ($p=0.74$) dan konsumsi makanan siap saji ($p=0.67$) terhadap hipertensi pada dewasa muda.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara antara olahraga terhadap hipertensi pada karyawan keamanan dan kebersihan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi Jakarta Pusat. Dalam tinjauan Islam menjaga kesehatan adalah ikhtiar menjaga jiwa (*hifz al-nafs*).

Kata Kunci: hipertensi, rokok, olahraga, makanan siap saji, dewasa muda.

ABSTRACT

Name : Tiara Sugirahmah Auliyah (1102017231)

Study Program : General Medicine

Title : The Association Of Lifestyle (Smoking, Exercise And Fast Food) With Hypertension On Young Adults Of Security And Janitor At The University Of Central Jakarta And Review According To Islamic Perspective

Background: Hypertension is an increase in systolic blood pressure more than 130 mmHg or diastolic blood pressure more than 80 mmHg. The results of the Basic Health Research (Riskesdas) in 2018 showed that the prevalence of hypertension based on the results of direct blood pressure measurements for people ≥ 18 years of age in Indonesia had increased to 34.1%. The prevalence of hypertension has shifted from elderly patients to young adults (20-40 years) due to changes in unhealthy lifestyles, including smoking, exercise and consumption of fast food.

Objective: The purpose of this study was to found out the risk factors for lifestyle such as smoking, exercise and consumption of fast food on hypertension among young adult security and janitor at an University of Central Jakarta.

Method: This study used analytical descriptive with a cross sectional research design. The sample in this study were 80 respondents security and janitor of young adults (20-40 years old) at an University of Central Jakarta. Data collected in October 2020 — November 2020.

Result: In this study, 80 young adults (93.02%) respondents with hypertension were 30 people (37.50%) and elevated were 20 people (25%). Based on Chi-Square test, there were significant results between exercise ($p = 0.005$) on hypertension in young adults. While the results were not significant between smoking ($p = 0.74$) and consumption of fast food ($p = 0.67$) on hypertension in young adults.

Conclusion: There is a correlation between exercise and hypertension among young adult security and janitor at an University of Central Jakarta. According to Islamic perspective, maintaining health is an ikhtiar to protect the soul (hifz al-nafs).

Keywords: hypertension, smoking, exercise, fast food, young adults.