

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi, hanya 36,8% diantaranya yang minum obat. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes, 2018).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang (Kemenkes, 2014). Sementara berdasarkan pedoman terbaru tahun 2017 yang dikeluarkan oleh *American Cardiology Association* atau *American Heart Association*, tekanan darah sistolik lebih dari 130 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 80mmHg sudah dikategorikan sebagai hipertensi.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018, terjadi peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah secara langsung dengan tensimeter pada penduduk umur ≥ 18 tahun dari 25.8% (2013) menjadi 34.1% (2018) sementara prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter tercatat mengalami penurunan dari 9.4% (2013) menjadi 8.4% (2018) dan berdasarkan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter atau minum obat sebesar 9.5% (2013) menjadi 8.8% (2018). Meskipun terjadi peningkatan prevalensi pengukuran tekanan darah secara langsung dapat dipengaruhi berbagai macam faktor, namun hal ini menunjukkan bahwa masih banyak masyarakat yang belum menyadari ancaman risiko terjadinya hipertensi dikemudian hari.

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 34.1%. Tertinggi pada Provinsi Kalimantan Selatan (44.1%)

dan terendah di Provinsi Papua (22.2%), sedangkan Provinsi DKI Jakarta menduduki urutan 10 teratas prevalensi hipertensi. Tercatat bahwa terjadi peningkatan proporsi konsumsi tembakau pada usia >15 tahun dari 32.8% (2016) menjadi 33.8% (2018) sedangkan proporsi aktivitas fisik kurang pada penduduk umur >10 tahun menduduki posisi pertama sebesar 47.8% (Riskesdas, 2018).

Masyarakat penderita hipertensi cenderung lebih tinggi pada usia dewasa muda dibandingkan dengan usia lansia (Sarumaha, E., *et al.* 2018). Berdasarkan hasil studi, prevalensi hipertensi lebih tinggi di antara laki-laki dibandingkan dengan perempuan (17,1% vs 21,5%) dalam kategori usia 35-44, sementara di atas 44 tahun berbanding terbalik dengan prevalensi hipertensi lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki (43,2% vs 27,8 %). Sehingga dapat disimpulkan bahwa usia merupakan faktor risiko penting yang tidak dapat dimodifikasi untuk hipertensi. Seiring pertambahan usia, ada kemungkinan bahwa banyak responden pra hipertensi (48,3%) akan berkembang menjadi hipertensi penuh, kecuali jika dilakukan tindakan yang tepat. (BMC, 2015).

Gaya hidup merupakan faktor risiko penting timbulnya hipertensi pada seseorang di usia dewasa muda. Meningkatnya hipertensi pada seseorang di usia dewasa muda dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat antara lain kebiasaan merokok, kurang olahraga, mengkonsumsi makanan yang kurang bergizi dan stres. (Prasetyo, Donny A. 2015). Pengendalian perilaku berisiko hipertensi dengan merubah gaya hidup (*life modification*) seperti berhenti merokok, diet makanan sehat, meningkatkan aktivitas fisik, mengurangi konsumsi alkohol dan kafein serta menghindari stres merupakan tindakan preventif yang tepat.

Penelitian ini dilakukan di salah satu Perguruan Tinggi di Jakarta Pusat dengan hasil *pre-survey* didapatkan bahwa 6 dari 20 orang karyawan keamanan dan 2 dari 20 orang karyawan kebersihan memiliki tekanan darah tinggi, yaitu diatas 130/80 mmHg. Sedangkan 7 dari 20 orang karyawan keamanan dan 13 dari 20 orang karyawan kebersihan memiliki tekanan darah *elevated*, yaitu diatas 120/<80 mmHg. Hal ini menunjukkan kecenderungan tinggi mengalami hipertensi dikemudian hari, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut.

Hipertensi merupakan penyakit yang terus meningkat seiring dengan kemajuan jaman. Hal ini didasari oleh terjadinya peningkatan perubahan pola hidup yang tidak sehat, sehingga berdampak pada penemuan kasus yang bergeser dari penderita dengan usia lanjut menjadi penderita dengan usia muda (Kadir, A. 2016). Dalam pandangan Islam, kesehatan adalah suatu hal yang berharga. Oleh karena itu, menjaga kesehatan sewaktu sehat dan tidak terkena penyakit adalah lebih baik daripada meminum obat saat sakit.

Menurut penelitian 'Ali Mu'nis, ilmu kedokteran modern menemukan kecocokan terhadap yang disyariatkan Nabi dalam praktek pengobatan yang berhubungan dengan spesialisasinya, yang mana segala sesuatu termasuk ibadah dalam Islam terdapat hikmah dan manfaat fisik (badaniah) dan psikis (kejiwaan) (Ahmad, J. 2015). Pada saat orang Islam menunaikan kewajiban keagamaannya, maka akan terjaga dari berbagai penyakit lahir maupun batin. Upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan pada dasarnya adalah mengelola pola hidup yang baik, antara lain, dengan mengonsumsi gizi yang cukup, olahraga yang cukup, menjaga ketenangan jiwa, serta menjauhkan diri dari berbagai hal yang dapat menjadikannya terjangkit penyakit.

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengkaji faktor risiko hipertensi berdasarkan gaya hidup dan prevalensinya pada karyawan keamanan dan kebersihan dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat sebagai tindakan pencegahan dan penatalaksanaan untuk karyawan keamanan dan kebersihan usia dewasa muda.

1.2 Perumusan Masalah

Beberapa faktor risiko yang dapat memicu munculnya hipertensi terkait dengan gaya hidup antara lain kebiasaan merokok, kebiasaan berolahraga dan konsumsi makanan siap saji. Dengan adanya faktor risiko tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup responden terhadap hipertensi pada karyawan keamanan dan kebersihan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana prevalensi penyakit hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat?
- b. Apakah ada hubungan antara merokok dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat?
- c. Apakah ada hubungan antara berolahraga dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat?
- d. Apakah ada hubungan antara konsumsi makanan siap saji dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat?
- e. Apakah ada hubungan antara gaya hidup dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat dari pandangan Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan antara gaya hidup (kebiasaan merokok, olahraga dan konsumsi makanan siap saji) terhadap hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan gaya hidup pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat.
- b. Mengetahui hubungan antara merokok dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat.
- c. Mengetahui hubungan antara kebiasaan berolahraga dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat.

- d. Mengetahui hubungan antara konsumsi makanan siap saji dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat.
- e. Mengidentifikasi hubungan antara gaya hidup dengan hipertensi pada karyawan kebersihan dan keamanan usia dewasa muda di Perguruan Tinggi, Jakarta Pusat dari pandangan Islam.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Dapat melakukan penelitian serta dapat mengaplikasi ilmu yang di peroleh selama menempuh pendidikan di Universitas YARSI.

1.5.2 Bagi Institusi

Mengembangkan informasi terkait hubungan antara gaya hidup (merokok, olahraga, dan makanan siap saji) terhadap hipertensi pada dewasa muda sehingga dapat dijadikan referensi dalam penelitian selanjutnya.

1.5.3 Bagi Masyarakat

Dapat memberi tambahan informasi mengenai data kesehatan serta meningkatkan kewaspadaan karyawan kebersihan dan keamanan khususnya dewasa muda sebagai tindakan pencegahan dini terhadap risiko penyakit hipertensi.