

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang prevalensinya tinggi dan berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskuler (*World Health Organization/WHO*, 2013). Hipertensi disebut sebagai pembunuh diam – diam (*The Silent Killer*), karena orang dengan penyakit hipertensi tidak menampakkan tanda dan gejala yang khas (Kemenkes RI, 2014). Seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Batas normal tekanan darah seseorang adalah tekanan sistolik ≥ 120 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 80 mmHg (WHO, 2013).

Data yang didapatkan dari WHO (2013), pada akhir tahun 2012, terdapat 839 juta kasus hipertensi, diperkirakan akan meningkat menjadi 1,15 milyar pada tahun 2025 atau sekitar 29% dari total penduduk dunia mengalami peningkatan jumlah kasus hipertensi terutama terjadi di negara-negara berkembang. Hipertensi di Indonesia merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia/ Kemenkes RI, 2013). Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 26,5% dengan angka tertinggi yaitu Bangka Belitung 30,9%, diikuti dengan Kalimantan Selatan 30,8%, Kalimantan Timur 29,6%, Jawa Barat 29,4%, dan Gorontalo 29,0% (Kemenkes RI, 2013). Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta sendiri masuk dalam posisi 13 dari 33

provinsi yang berada di Indonesia dengan angka kejadian hipertensi yang mencapai 25,7%, (Kemenkes RI, 2013). Bantul merupakan salah satu kabupaten yang berada di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan kasus hipertensi yang masih cukup tinggi. Informasi yang didapat dari Dinas Kesehatan Bantul, angka kejadian hipertensi di Kabupaten Bantul pada tahun 2016 mencapai 44954 kasus, sedangkan pada tahun 2013 angka kejadian hipertensi di Kabupaten Bantul mencapai 18.259 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul, 2016).

Hipertensi dapat menyerang pada segala usia termasuk dalam usia remaja akhir dan dewasa muda. Data yang didapatkan dari Kemenkes RI (2013), prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada populasi usia ≥ 18 tahun mencapai 26,5%. Data yang didapatkan dari *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES) 2005 – 2008 memperlihatkan kurang lebih 74,6 juta orang berusia ≥ 20 tahun menderita hipertensi (Tedjasukmana, 2012). Hasil penelitian dari Ainun, Arsyad, & Rismayanti (2014), menyatakan bahwa terdapat 111 responden (33,5%) dari 331 responden mengalami hipertensi pada mahasiswa di lingkup kesehatan (FK, FKG, FKM, Farmasi) angkatan 2010-2012 di Universitas Hasanuddin.

Faktor risiko Hipertensi dibagi menjadi faktor yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi. Faktor risiko hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik. Faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi adalah kebiasaan

merokok, konsumsi garam, minuman beralkohol, konsumsi lemak jenuh, obesitas, kurang aktifitas fisik, konsumsi kopi, stres (Kemenkes RI, 2014).

Mahasiswa termasuk dalam golongan remaja akhir dan dewasa muda yang berisiko mengalami stres. Dampak yang ditimbulkan dari stres adalah hipertensi. Mastura (2007), menyatakan bahwa hal yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami perubahan gaya hidup yang dapat memicu timbulnya stres antara lain kurang tidur, kurang olahraga, dan pola makan yang berubah. Hasil Penelitian Syavardie (2014), menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan hipertensi ($p = 0,03$).

Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor risiko lain diantaranya gaya hidup tidak sehat, perilaku merokok, konsumsi alkohol, dan olahraga. Ainun, Arsyad, & Rismayanti (2014), menyatakan bahwa terdapat 68,8% dari 16 responden yang mengonsumsi alkohol ≥ 2 gelas/hari akan mengalami hipertensi. Selain mengonsumsi alkohol, faktor lain yang berisiko terjadinya hipertensi adalah konsumsi kopi. Terdapat 92 orang (55,8%) dari 165 orang yang mengonsumsi kopi dan terkena penyakit hipertensi. Faktor risiko lain yang mendukung terjadinya hipertensi adalah merokok, dimana terdapat 27 dari 31 perokok yang mengalami hipertensi. Fatwa Majelis Tarjih dan Tajdid Pimpinan Pusat Muhammadiyah No. 6/SM/MTT/III/2010 menjelaskan tentang hukum merokok, dalam fatwa tersebut dijelaskan bahwa hukum merokok adalah haram karena:

“Merokok termasuk kategori peerbuatan melakukan khabā' is yang dilarang dalam Q.7:157. Perbuatan merokok mengandung unsur

menjatuhkan diri ke dalam kebinasaan dan bahkan merupakan perbuatan bunuh diri secara perlahan sehingga oleh karena itu bertentangan dengan larangan al-Quran dalam Q.2:195 dan 4:29.

Kebiasaan merokok dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi dilihat dengan adanya aterosklerosis pada pembuluh darah (Oroh, Kandou, & Malando, 2013).

Aterosklerosis pada pembuluh darah dapat dicegah melalui olahraga. Manfaat dari olahraga adalah dapat mengurangi penumpukan asam laktat, meningkatkan HDL kolestrol, mengurangi aterosklerosis (timbunan lemak terutama kolestrol dalam pembuluh darah), dan meningkatkan kerja dan fungsi jantung, paru, dan pembuluh darah yang ditandai dengan denyut nadi istirahat menurun (Andria, 2013). Ainun, Arsyad, & Rismayanti (2014), menyatakan bahwa seseorang yang tidak teratur olahraga bahkan tidak olahraga sama sekali berisiko terjadinya hipertensi, dimana terdapat 99 orang dari 300 responden yang berolahraga tidak teratur mengalami hipertensi.

Faktor risiko lain yang mendukung terjadinya hipertensi adalah konsumsi garam berlebih dan obesitas. Konsumsi garam berlebih dapat meningkatkan volume dan tekanan darah yang disebabkan oleh penumpukan cairan dalam tubuh karena menarik cairan diluar sel agar tidak keluar (Depkes, 2013). Berdasarkan penelitian Sulistiyowati (2010), terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi garam berlebih dengan terjadinya hipertensi ($p \text{ value} = 0,017$). Selain konsumsi garam berlebih, obesitas merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi, dimana

terdapat 64 responden dari 102 responden obesitas mengalami hipertensi, dengan demikian proporsi responden obesitas lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak obesitas (Sulastri, Elmatris, & Rahmadhani, 2012).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 26 Oktober 2017 di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang terdiri dari Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Fakultas Pertanian, Fakultas Teknik, Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, dan Fakultas Pendidikan Bahasa dengan wawancara pada 60 responden yang dipilih secara acak. Data yang didapatkan yaitu 30 dari 60 responden memiliki perilaku merokok, 24 dari 60 responden mengonsumsi alkohol, 49 dari 60 responden mengalami stres akibat banyaknya tugas dan padatnya kegiatan organisasi, 43 dari 60 responden memiliki kebiasaan konsumsi kopi lebih dari 2 gelas/hari, 51 dari 60 responden memiliki kebiasaan konsumsi makanan tinggi garam, dan 51 dari 60 responden kurang melakukan olahraga. Data yang di dapatkan di Fakultas Pendidikan Bahasa sendiri yaitu 2 dari 10 responden memiliki perilaku merokok, 1 dari 10 responden memiliki kebiasaan konsumsi alkohol, 9 dari 10 responden mengalami stres, 6 dari 10 responden memiliki kebiasaan konsumsi kopi, 10 dari 10 responden memiliki kebiasaan konsumsi garam berlebih, 8 dari 10 responden memiliki kebiasaan kurang olahraga, dan tidak terdapat responden yang mengalami obesitas. Hasil studi pendahuluan tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran faktor risiko hipertensi yang dapat diubah pada

mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang dapat di ketahui bahwa angka kejadian hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan faktor risiko. Dengan demikian rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana identifikasi faktor risiko hipertensi yang dapat diubah yang pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui identifikasi faktor risiko hipertensi yang dapat diubah pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Identifikasi faktor risiko hipertensi: obesitas pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- b. Identifikasi faktor risiko hipertensi: perilaku merokok pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

- c. Identifikasi faktor risiko hipertensi: konsumsi alkohol pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- d. Identifikasi faktor risiko hipertensi: stres pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- e. Identifikasi faktor risiko hipertensi: konsumsi kopi pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- f. Identifikasi faktor risiko hipertensi: konsumsi makanan tinggi garam pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- g. Identifikasi faktor risiko hipertensi: kebiasaan olahraga pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Fakultas terkait

Memberikan gambaran dan informasi terkait presentase masing-masing faktor risiko hipertensi yang dimiliki mahasiswa sebagai data dasar terkait Identifikasi Faktor Risiko Yang Dapat Diubah Pada Mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Bagi Responden

Memberikan informasi terkait faktor risiko hipertensi yang mereka miliki, diharapkan dari informasi ini mereka dapat meningkatkan kesadaran diri dalam mengurangi faktor risiko hipertensi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti lain mampu mengembangkan penelitian ini dengan penelitian intervensi dalam mengurangi faktor risiko hipertensi pada mahasiswa.

4. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan serta dapat mengaplikasikan dan mensosialisasikan teori yang dipelajari selama perkuliahan.

E. Keaslian Penelitian

1. Prasetyo, Wijayanti, & Werdani (2015) dengan judul penelitian “Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Muda di Wilayah Puskesmas Sibela Surakarta”. Penelitian tersebut menggunakan desain penelitian observasional dengan pendekatan kasus kontrol (*case control*). Populasi pada penelitian ini adalah pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Sibela Surakarta selama Bulan Januari–September 2014 yang berusia antara 20-40 tahun berjumlah 113 orang. Pengambilan sampel menggunakan *Simple Random Sampling* , dengan jumlah sampel sebanyak 42 responden.

Pada kelompok kontrol berjumlah 42 dan pada kelompok kasus berjumlah 42 sehingga total seluruh responden menjadi 84 responden. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di wilayah Puskesmas Sibela Surakarta. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. Perbedaannya terletak pada metode, desain penelitian, lokasi penelitian, dan jumlah responden. Peneliti menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Prasetyorini (2012) dengan judul penelitian “Stres Pada Penyakit Terhadap Kejadian komplikasi Hipertensi Pada Pasien Hipertensi”. Penelitian tersebut menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah pasien hipertensi di Ruang Rawat Inap Dewasa dari bulan Januari 2011 sampai Februari 2011 sebanyak 182 kasus. Pengambilan sampel menggunakan teknik Insidental Sampling dengan jumlah 91 responden. Hasil penelitian ini terdapat hubungan antara stres dengan kejadian komplikasi hipertensi pada pasien hipertensi di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Baptis Kediri. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama meneliti tentang faktor risiko hipertensi. Perbedaannya terletak pada metode, tempat dan sampel. Peneliti menggunakan metode kuantitatif

deskriptif. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

3. Ainun, Arsyad, & Rismayanti (2014) dengan judul penelitian “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Mahasiswa Di Lingkup Kesehatan Universitas Hasanuddin” Penelitian tersebut menggunakan desain penelitian observasional dengan desain *crosssectional study*. Populasi penelitian ini adalah semua mahasiswa di lingkup kesehatan (FK, FKG, FKM, FARMASI) angkatan 2010-2012 yang terdaftar pada bagian akademik kemahasiswaan Universitas Hasanuddin Makassar. Pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling* dengan besar sampel 331 orang. Data yang telah dianalisis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi untuk membahas hasil penelitian. Hasil penelitian mengenai hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada mahasiswa di lingkup kesehatan (FK, FKG, FKM, Farmasi) angkatan 2010-2012 di Universitas Hasanuddin, dapat disimpulkan bahwa prevalensi kejadian hipertensi sebesar 33,5% sebanyak 111 orang. Ada hubungan perilaku merokok, kebiasaan olahraga, konsumsi kopi, konsumsi alkohol, dengan kejadian hipertensi di lingkup kesehatan (FK, FKG, FKM, Farmasi) Universitas Hasanuddin angkatan 2010-2012. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama meneliti tentang faktor risiko hipertensi, metode penelitian, pengambilan sampel penelitian dan populasi penelitian. Perbedaannya terletak pada, lokasi penelitian,

jumlah responden. Peneliti menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Sampel yang digunakan adalah mahasiswa Fakultas Pendidikan Bahasa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta