

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Wilayah Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang bertempat di Gedung Ibrahim Lt. 2 dan 3 Kampus Terpadu Universitas Muhammadiyah Yogyakarta di Jalan Lingkar Selatan, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Fakultas FEB terdiri dari 3 program studi, yaitu Program Studi Manajemen, Program Studi Akutansi, dan Program Studi Ilmu Ekonomi. Mahasiswa aktif FEB saat ini adalah mahasiswa angkatan 2014 hingga 2017. Angkatan 2016 dan 2017 menjadi angkatan dengan jam kuliah yang cukup padat sehingga mereka lebih sering berada di kampus dibanding angkatan lainnya.

Ruang kelas fakultas ini terletak digedung Ibrahim dan UMY Boga dimana mereka bisa membeli makanan dan minuman disana. Kantin di UMY merupakan kantin yang cukup sehat karena Universitas ini memiliki aturan terhadap kantin yang berada didalamnya salah satunya larangan merokok di area kampus sehingga kantinpun juga dilarang dalam penjualan rokok.

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian yang dilakukan memiliki beberapa karakteristik diantaranya yaitu jenis kelamin dan usia. Responden yang diteliti berjumlah 96 mahasiswa dari Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Distribusi frekuensi responden dapat dilihat pada tabel 5 berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persen (%)	
1	Jenis Kelamin	Laki-Laki	46	47,9
		Perempuan	50	52,1
2	Usia	17 Tahun	1	1,0
		18 Tahun	18	18,8
		19 Tahun	39	40,6
		20 Tahun	31	32,3
		21 Tahun	6	6,2
		22 Tahun	1	1,0
Total		96	100	

Sumber: Data Primer 2018

Hasil yang ditampilkan Tabel 5 menunjukkan bahwa responden yang diteliti sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 50 (52,1%). Karakteristik responden yang diteliti berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 19 tahun yaitu sebanyak 39 (40,6 %).

2. Obesitas

Hasil penelitian terkait Obesitas pada responden dideskripsikan dalam bentuk responden yang Berisiko dan Tidak Berisiko yang ditampilkan dalam tabel 6 berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi responden Obesitas pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Obesitas	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	1	1
2	Tidak Berisiko	95	99
Total		96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 6. menunjukkan bahwa distribusi responden yang diteliti terkait obesitas hampir semuanya tidak berisiko dengan hasil sebanyak 95 (99%) responden dikategorikan tidak berisiko.

3. Perilaku Merokok

Hasil lain dari penelitian ini adalah terkait faktor risiko perilaku merokok pada responden yang dikategorikan menjadi responden berisiko dan tidak berisiko yang ditampilkan dalam tabel 7. berikut:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Perilaku Merokok responden pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Perilaku Merokok	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	18	18,8
2	Tidak Berisiko	78	81,2
	Total	96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 7. menunjukkan bahwa mayoritas responden pada terkait perilaku merokok dikategorikan tidak berisiko yaitu sebanyak 78 (81,2 %) responden.

4. Konsumsi Alkohol

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Konsumsi Alkohol responden pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis

No	Konsumsi Alkohol	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	5	5,2
2	Tidak Berisiko	91	94,8
	Total	96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 8. menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki faktor risiko hipertensi terkait konsumsi alkohol. Responden yang tidak mengkonsumsi alkohol sebanyak 91 responden (94,8%).

5. Stres

Tabel 9. Distribusi Frekuensi responden Stres pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Stres	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	73	76
2	Tidak Berisiko	23	24
	Total	96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 9. menunjukkan bahwa mayoritas responden dikategorikan berisiko terkait stress sebagai salah satu faktor risiko hipertensi yaitu sebanyak 73 responden (76%).

6. Konsumsi Kopi

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Konsumsi Kopi responden pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Konsumsi Kopi	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	44	45,8
2	Tidak Berisiko	52	54,2
	Total	96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 10. menunjukkan bahwa responden yang tidak berisiko hipertensi terkait faktor risiko kopi lebih banyak dibanding yang berisiko. Jumlah responden yang tidak berisiko yaitu 52 responden (54,2%).

7. Konsumsi Makanan Tinggi Garam

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Tinggi Garam responden pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Konsumsi Makanan Tinggi Garam	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	69	71,9
2	Tidak Berisiko	27	28,1
	Total	96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 11. menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian berisiko hipertensi terkait faktor risiko konsumsi makanan tinggi garam yaitu sebanyak 69 responden (71,9%).

8. Kebiasaan Olahraga

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Kebiasaan Olahraga responden pada bulan Maret 2018 Fakultas Ekonomi dan Bisnis UMY

No	Kebiasaan Olahraga	Frekuensi (f)	Persen (%)
1	Berisiko	80	83,3
2	Tidak Berisiko	16	16,7
	Total	96	100

Sumber: Data Primer 2018

Tabel 12. menunjukkan bahwa sebagian besar responden berisiko terhadap hipertensi terkait kebiasaan dalam berolahraga. Hasil yang didapatkan yaitu sebanyak 80 responden (83,3%) berisiko pada faktor risiko kebiasaan olahraga.

C. Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Jenis Kelamin

Pada tabel 5. menunjukkan bahwa hasil dari penelitian yang dilakukan berdasarkan jenis kelamin jumlah responden dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Hal ini disebabkan karena mayoritas mahasiswa FEB berjenis kelamin perempuan. Kadar hormon dalam masing-masing jenis kelamin dapat berpengaruh terhadap tekanan darah.

Wahyuni (2013) mengatakan bahwa hipertensi dapat di derita oleh laki-laki dan perempuan akan tetapi lebih spesifik di derita oleh laki- laki. Hal ini dikarenakan kadar hormon pada laki-laki dan perempuan berbeda-beda. Perempuan memiliki jumlah hormon esterogen yang lebih tinggi dibandingkan dengan jenis kelamin laki- laki. Hormon esterogen berperan

sebagai faktor protektif atau melindungi pembuluh darah dari penyakit seperti hipertensi.

Pada laki-laki selain kadar esterogenya yang rendah juga terdapat hormon testosteron yang bersifat meretensi air dan garam. Tertahanya air dan garam didalam tubuh dapat membuat volume intravaskuler meningkat dan berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah. Hal tersebut menunjukkan jika laki-laki juga memiliki hormon yang dapat mempengaruhi tekanan darah (Amboro, Puspitasari, & Pinzon, 2015).

b. Usia

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah mahasiswa FEB angkatan 2016 sehingga mayoritas usianya 19 tahun. Usia responden dalam penelitian ini yaitu rentang 18-22 tahun yang tergolong dalam usia dewasa awal yaitu usia 17–25 (Kemenkes, 2013). Usia mahasiswa juga dikategorikan kedalam periode dewasa muda. Pada tahap usia ini, usia dewasa muda sudah mulai membentuk identitas diri dan kemandirian atau kebebasan dari orang tua (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Salah satu bentuk kemandirian dan kebebasan pada dewasa muda adalah dalam menentukan pola hidup yang akan lebih dipengaruhi oleh lingkungan dan orang yang ada disekitarnya (Kotler & Amstronng, 2008).

c. Obesitas

Penelitian ini menunjukkan mahasiswa FEB UMY yang memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) normal lebih banyak dibandingkan yang obesitas. Tingkat obesitas yang rendah pada mahasiswa FEB UMY bisa

disebabkan oleh kebiasaan mahasiswa yang memiliki pola makan yang kurang, salah satunya adalah seringnya mahasiswa melewatkan sarapan. Sebagian besar mahasiswa melewatkan sarapan atau hanya dengan meminum susu, mereka lebih memilih untuk makan siang bersama teman-temannya (Khairiyah, 2016).

Pola makan yang kurang baik menjadi salah satu faktor yang membuat mahasiswa yang mengalami obesitas sedikit. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Restuastuti, Jihadi, & Ernalina (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang tidak mengalami obesitas mengkonsumsi makanan yang kurang bergizi sedangkan sebagian besar responden obesitas mengkonsumsi makanan yang cukup gizi. Penelitian tersebut juga dapat menghubungkan pola makan dengan aktifitas fisik yang rendah pada mahasiswa, mahasiswa yang memiliki waktu terbatas untuk berolahraga akan lebih sedikit penggunaan energinya sehingga hal ini akan berkesinambungan dengan kandungan gizi dari makanan yang di konsumsi.

d. Perilaku Merokok

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat perokok pada mahasiswa FEB UMY lebih rendah dibandingkan yang bukan perokok. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yudha (2017) yang menunjukkan jumlah perokok pada mahasiswa hanya 15,09%. Hal ini disebabkan karena responden penelitian ini berada pada lingkungan kampus yang baik. Perilaku merokok dapat dipengaruhi oleh lingkungan kampus, lingkungan

kampus pada responden memiliki peraturan ketat terhadap kebiasaan merokok mahasiswanya, sehingga lingkungan sosial di area kampus menjadi bebas dari rokok. Pengaruh lingkungan terhadap kebiasaan merokok sudah dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Riyandi, Wiyono, & Candrawati tahun 2017 ditemukan bahwa 80% responden yang memiliki kebiasaan merokok di pengaruhi oleh lingkungan.

Faktor lain yang mempengaruhi perilaku merokok adalah jenis kelamin, responden yang diteliti sebagian besar berjenis kelamin perempuan sehingga tingkat merokok yang rendah. Prevalensi merokok laki-laki di Indonesia 16 kali lebih tinggi dibandingkan perempuan (Kemenkes, 2014). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fikriyah & Febrijanto, (2012) menunjukkan bahwa tingkat perokok pada laki-laki yang tinggi dipengaruhi oleh stres, rasa bosan, tekanan dari teman sebaya dan sifat menentang. Didalam penelitian tersebut juga disebutkan bahwa stres dapat mempengaruhi kebiasaan merokok karena rokok dianggap mampu meningkatkan konsentrasi, meredakan ketegangan dan membantu dalam menyelesaikan masalah.

e. Konsumsi Alkohol

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa FEB UMY yang mengkonsumsi alkohol lebih sedikit dibandingkan mahasiswa yang tidak mengkonsumsi alkohol. Penelitian lain yang menunjukkan bahwa tingkat konsumsi alkohol pada mahasiswa yang rendah dilakukan oleh Yudha

(2017) juga menunjukkan tingkat konsumsi alkohol pada mahasiswa yang diteliti hanya 0,9%.

Hal ini dapat terjadi karena responden berada pada lingkungan sosial kampus yang menerapkan nilai-nilai Islam, sehingga pengaruh yang ditimbulkan oleh lingkungan sosialnya adalah pengaruh positif. Minuman beralkohol termasuk hal yang harus dihindari dalam Islam. Perintah untuk menghindari minuman beralkohol dijelaskan dalam surat Al Ma'idah ayat 90 yang berarti:

“Wahai orang-orang yang beriman! Sesungguhnya minuman keras, judi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan anak panah, adalah termasuk perbuatan setan. Maka jauhilah (perbuatan-perbuatan) itu agar kamu beruntung”.

Perintah Islam untuk menghindari minuman beralkohol menjadi salah satu faktor yang membuat konsumsi alkohol pada responden lebih rendah dibandingkan yang bukan konsumen alkohol, sehingga lingkungan sosial yang mempengaruhi responden adalah lingkungan yang jauh dari alkohol. Pengaruh lingkungan terhadap perilaku konsumsi alkohol dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Prianggana (2015) menunjukkan bahwa 77% mahasiswa yang mengonsumsi alkohol disebabkan oleh pengaruh teman atau lingkungan sosialnya. Hasil di atas menunjukkan bahwa lingkungan sosial berpengaruh bagi sebagian besar mahasiswa yang mengonsumsi alkohol. Penelitian lain juga menunjukkan hasil yang sejalan, dimana penelitian ini menunjukkan jika 95,5% responden yang mengonsumsi alkohol dikarenakan oleh temannya. Hal tersebut membuktikan bahwa lingkungan sosial memiliki pengaruh yang

cukup besar terhadap perilaku konsumsi alkohol pada mahasiswa (Tes, Puspitawati, & Marlinawati, 2017).

f. Stres

Penelitian ini menunjukkan sebagian besar mahasiswa FEB memiliki faktor risiko hipertensi terkait stres. Stres pada mahasiswa FEB disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu stres yang berasal dari aktivitas akademik. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Rakhmawati (2014) yang menunjukkan bahwa 97,1 % responden pada mahasiswa mengalami stres yang disebabkan oleh beban akademik. Beban akademik tersebut meliputi penugasan, ujian, kegiatan kuliah dan kurangnya waktu bebas. Selain dari stresor akademik, stresor yang sering dihadapi mahasiswa juga berasal dari dirinya sendiri. Faktor internal seperti kondisi fisik, kecerdasan emosi, kecerdasan intelektual dan perilaku juga bisa menjadi stresor pada mahasiswa (Sudarya, Bagia, & Suwendra, 2014)

Faktor lain yang menyebabkan stres pada mahasiswa FEB lebih tinggi dibanding yang yang tidak mengalami stres adalah jenis kelamin. Responden yang diteliti pada penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Perempuan lebih mudah mengalami stres dibanding laki-laki. Hal ini disebabkan karena perempuan akan lebih menggunakan perasaannya saat menghadapi stresor dibanding laki-laki yang lebih mengedepankan akal, sehingga perempuan akan lebih cemas saat menghadapi masalah dibanding laki-laki (Sutjipto, Kandau, & Tucunan,

2015). Saat cemas korteks otak menerima rangsang akan dikirim melalui saraf simpatis ke kelenjar adrenal yang akan melepaskan hormon epinefrin (adrenalin) yang merangsang jantung dan pembuluh darah sehingga efeknya adalah nafas menjadi lebih dalam, nadi meningkat, dan tekanan darah meningkat atau hipertensi (Thbihari, Andreecia dan Senilo, 2015).

g. Konsumsi Kopi

Tingkat faktor risiko hipertensi terkait konsumsi kopi yang lebih rendah dibanding yang tidak berisiko terhadap konsumsi kopi dikarenakan sebagian besar mahasiswa mengkonsumsi kopi hanya untuk kepentingan tertentu saja, sehingga mereka tidak rutin dalam mengkonsumsi kopi. Seseorang dikatakan berisiko terkena hipertensi apabila mengkonsumsi 1 cangkir kopi setiap hari yang berakibat pada peningkatan tekanan darah sistolik sebesar 0,19 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 0,27 mmHg (Russ, Kepel, & Umboh, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Liveina & Artini (2013) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tidak mengkonsumsi kopi secara rutin dan mayoritas dari mereka hanya mengkonsumsi kopi sehari sebelum ujian saja.

Faktor lain yang membuat tingkat pengonsumsi kopi lebih sedikit dibanding yang tidak mengkonsumsi kopi yaitu karena efek samping yang mengganggu pola tidur. penelitian yang dilakukan oleh Purdiani (2014) menunjukkan bahwa 54,17% mahasiswa yang

mengonsumsi kopi mengalami gangguan pola tidur dan 65,5% mahasiswa yang mengonsumsi kopi menyatakan mengantuk di siang harinya. Hal tersebut tentu akan mengganggu proses perkuliahan mahasiswa dikesehariannya.

h. Konsumsi Makanan Tinggi Garam

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa FEB UMY memiliki faktor risiko hipertensi distribusi makanan tinggi garam seperti kornet, keju, kripik kentang, telur asin dan sayur asin. Konsumsi makanan tinggi garam pada mahasiswa FEB disebabkan karena sebagian besar mahasiswa adalah perantau sehingga mereka lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji yang mengandung tinggi garam. Hal tersebut dibuktikan dalam penelitian Nurlita & Lathifa (2017) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang bertempat tinggal di kos lebih sering mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan mahasiswa yang tinggal dirumah.

Mahasiswa memiliki kebiasaan buruk dalam mengonsumsi makanan cepat saji, bahkan mereka dapat mengkonsumsinya hampir setiap hari. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Pemayun & Ratna (2015) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang hidup sebagai anak kos lebih sering memilih mengonsumsi makanan cepat saji. Hal tersebut dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Lyo & Siagian (2015) menunjukkan 98,6% responden mengonsumsi makanan cepat saji dan dalam sehari mereka mengkonsumsinya 1 hingga 4 kali dalam sehari.

Kandungan berlebih gula dan garam pada makanan cepat saji yang dikonsumsi secara rutin dapat berpotensi terhadap kejadian diabetes dan hipertensi (Siregar, 2015).

i. Kebiasaan Olahraga

Mayoritas mahasiswa FEB UMY memiliki kebiasaan olahraga yang kurang baik. Kebiasaan olahraga pada mahasiswa dipengaruhi oleh ketatnya jadwal dan tugas dalam perkuliahan, hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi, Bebasari & Nazriati (2015) yang menunjukkan bahwa 81,93% responden tidak melakukan olahraga dengan rutin, hal ini disebabkan adanya jadwal perkuliahan yang ketat.

Faktor lain yang menyebabkan rendahnya aktivitas olahraga adalah dikarenakan responden perempuan lebih banyak dari laki-laki. Perempuan memiliki motivasi yang lebih rendah dari pada laki-laki sehingga frekuensi olahraga pada penelitian ini termasuk kurang. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Anggara (2015) yang menunjukkan 70,78% mahasiswa laki-laki memiliki motivasi olahraga yang tinggi sedangkan pada perempuan hanya 31,46% yang memiliki motivasi olahraga tinggi. Penggunaan internet saat ini juga mempengaruhi mahasiswa dalam aktivitas olahraganya. Mahasiswa lebih memilih menghabiskan waktunya untuk mengakses internet sebagai rekreasi mereka dibandingkan berolahraga (Alkhalid, 2014).

D. Kekuatan Dan Kelemahan Penelitian

1. Kekuatan Penelitian

- a. Belum ada penelitian sebelumnya yang meneliti tentang faktor risiko hipertensi yang dapat diubah pada mahasiswa FEB angkatan 2016 dan 2017
- b. Penelitian ini menunjukkan data dasar terkait faktor risiko hipertensi yang dapat diubah pada mahasiswa FKIK UMY yaitu obesitas, perilaku merokok, konsumsi alkohol, stres, konsumsi kopi, konsumsi makanan tinggi garam dan kebiasaan olahraga.
- c. Sub variabel yang diteliti dalam penelitian ini cukup banyak sehingga didapatkan hasil sesuai dengan yang diharapkan.

2. Kelemahan Penelitian

- a. Pada kuesioner yang digunakan ada beberapa pernyataan yang harus dieliminasi saat uji validitas dan reliabilitas sehingga data yang didapat kurang optimal.
- b. Peneliti tidak mencari informasi terkait jumlah SKS pada masing-masing angkatan sehingga tidak bisa menganalisis beban studi mahasiswa.