

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit tidak menular kronis yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan. Hipertensi tidak hanya terjadi pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia, tetapi bisa terjadi pada usia remaja. Faktor risiko hipertensi dapat berasal dari riwayat hipertensi keluarga, kelebihan berat badan atau obesitas, aktifitas fisik, gaya hidup, konsumsi alkohol, dan stres (Mardianti, Rachmawati and Suprajitno, 2020). Tekanan darah tinggi pada remaja meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, penyakit jantung, dan stroke. Selain itu, hipertensi dapat membahayakan beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal, sistem saraf pusat, dan dinding pembuluh darah (Angesti, Triyanti and Sartika, 2018). Hipertensi pada remaja biasanya tidak disadari sehingga menjadi penyebab munculnya hipertensi pada usia dewasa dan lansia (Chen & Wang, 2008). Hipertensi pada remaja merupakan masalah yang serius karena remaja memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi (Batara, Bodhi, 2016). Beberapa penelitian mendukung teori tersebut Penelitian di Turki dan di Swiss menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik maupun diastolik pada laki-laki secara signifikan lebih tinggi daripada perempuan (Katona et al, 2011).

Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi sejumlah 34,1% pada golongan usia 18 tahun yang mengalami hipertensi, hal ini mengalami peningkatan dari hasil Riskesdas di tahun 2013 yang hanya sejumlah 25,8% (Mutmainnah, Djalal and Suyuti, 2021). Hasil Riskesdas prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen. menurut Komite Nasional Gabungan VII pada tahun 2003, prevalensi nasional hipertensi terbatas pada anak usia 15-17 tahun adalah 5,3% (laki-laki 6,0% dan perempuan 4,7%) (Riskesdas,2013). Berdasarkan Profil Kesehatan Jakarta data prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun adalah 33,43%, sedangkan prevalensi diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 18 tahun adalah 10,17% (Widgery, 1988).

Faktor resiko yang bisa menyebabkan hipertensi pada remaja dibagi menjadi dua, yaitu faktor risiko yang dapat diubah dan tidak dapat diubah. Faktor risiko tidak dapat diubah yaitu riwayat keluarga, jenis kelamin, dan berat badan lahir rendah. Faktor

risiko dapat diubah yaitu obesitas, asupan natrium, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol (Pardede and Sari, 2018). Stress atau ketegangan jiwa (rasa tertekan, murung, rasa marah, dendam, rasa takut dan rasa bersalah) dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormone adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat serta lebih kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat (Widiyanto *et al.*, 2020).

Faktor hipertensi dipengaruhi oleh jenis kelamin. Secara signifikan, hipertensi lebih banyak dialami oleh remaja laki-laki dibandingkan dengan remaja perempuan (Nur *et al.*, 2008). Penelitian oleh Fitriani *et al.* (2020) menyatakan ada hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan hipertensi juga penelitian. Sundari dan Bangsawan, (2015) menyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi Hipertensi dipengaruhi oleh faktor riwayat hipertensi keluarga pada penelitian Fitriana *et al.* (2012) menyatakan terdapat hubungan antara riwayat hipertensi keluarga dengan kejadian hipertensi.

Riwayat hipertensi keluarga dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi pada remaja. Riwayat keluarga hipertensi merupakan faktor dominan kejadian hipertensi pada remaja. Riwayat hipertensi pada keluarga dipengaruhi oleh faktor genetik dan faktor gaya hidup dalam keluarga seperti pola makan.

Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot yang memerlukan pengeluaran energi. “Bergerak/aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang meningkatkan pengeluaran tenaga atau energi” (WHO, 2010). Maka dapat diambil kesimpulan bahwa aktivitas fisik merupakan suatu aktivitas yang berhubungan dengan setiap gerakan tubuh atau olahraga yang ketika dilakukan dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh.

Stres merupakan bagian dalam hidup yang tidak dapat dihindarkan pada kehidupan manusia. Hampir seluruh manusia pernah mengalami stres, baik stres psikologis, stres akademik maupun stres di lingkungan kerja. Stres adalah beban yang dialami seseorang, ketegangan dan tekanan yang dialami seseorang saat menghadapi tuntutan untuk menguji kemampuan dalam mengatasi atau mengelola masalah dalam hidup (Bartsch & Evelyn, 2005).

Protein merupakan zat gizi yang sangat penting bagi tubuh, berfungsi sebagai sumber energi, zat pembangun dan zat pengatur, kebutuhan protein untuk remaja putri usia 14-18 tahun adalah 0,85 gram/kgBB/hari dengan proporsi asupan protein nabati 60-80% dari kebutuhan dan protein hewani 20-40% dari kebutuhan, tubuh manusia tidak dapat menyimpan protein secara berlebihan, apabila asupan protein berlebih akan

disimpan oleh tubuh dalam bentuk trigliserida. Hal ini mengakibatkan peningkatan jaringan lemak, yang menyebabkan kelebihan gizi.

Kalium adalah salah satu elektrolit yang berperan penting dalam tubuh. Asupan kalium pada seseorang dapat mempengaruhi tekanan darah. Asupan kalium yang rendah akan mengakibatkan peningkatan tekanan darah sedangkan asupan kalium yang tinggi akan mengakibatkan penurunan tekanan darah. Peningkatan asupan kalium dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik karena penurunan resistensi pembuluh darah. Resistensi pembuluh darah disebabkan oleh dilatasi pembuluh darah dan peningkatan kehilangan air dan natrium dari tubuh, akibat aktivitas pompa natrium dan kalium. Asupan kalium yang ideal adalah 4,7 g/hari dan dapat diperoleh dari buah dan sayuran yang mengandung kalium tinggi.

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswa SMA Bina Dharma Jakarta didapatkan hasil 20% mengalami hipertensi (140/90 mmHg), 70% Pre-hipertensi (120/<80 mmHg) dan 10% orang tidak mengalami hipertensi (<120/80 mmH). Berdasarkan hasil data tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hipertensi remaja pada siswa SMA Bina Dharma Jakarta.

Rumusan Masalah

Hipertensi tidak hanya didapat oleh usia dewasa dan usia lanjut, tetapi juga remaja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi penyakit tidak menular pada remaja. Hasil penelitian dengan menggunakan kriteria National High Blood Pressure Education Program Working Group menunjukkan bahwa 29,7% dari 29618 remaja di Indonesia mengalami hipertensi (Dewi, 2007).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi sejumlah 34,1% pada golongan usia 18 tahun yang mengalami hipertensi, hal ini mengalami peningkatan

dari hasil Riskesdas di tahun 2013 yang hanya sejumlah 25,8% (Mutmainnah, Djalal and Suyuti, 2021). Berdasarkan Profil Kesehatan Jakarta data prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun adalah 33,43%, sedangkan prevalensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 18 tahun adalah 10,17%.

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswa SMA Bina Dharma Jakarta didapatkan hasil 20% mengalami hipertensi (140/90 mmHg), 70% Pre-hipertensi (120/<80 mmHg) dan 10% tidak mengalami hipertensi (<120/80 mmH).

Untuk itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, status gizi, aktivitas fisik, asupan natrium, kalium, protein, dan lemak pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta Timur 2024.

Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan batasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
2. Bagaimana gambaran jenis kelamin pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
3. Bagaimana gambaran riwayat hipertensi keluarga pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
4. Bagaimana gambaran aktifitas Fisik pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
5. Bagaimana gambaran asupan protein pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
6. Bagaimana gambaran asupan pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
7. Bagaimana gambaran asupan natrium pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
8. Bagaimana gambaran asupan kalium pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?

9. Bagaimana gambaran status gizi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
10. Bagaimana hubungan antara jenis kelamin dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
11. Bagaimana hubungan antara riwayat hipertensi keluarga dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta?
12. Bagaimana hubungan antara aktifitas fisik dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
13. Bagaimana hubungan antara asupan protein dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
14. Bagaimana hubungan antara asupan lemak dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
15. Bagaimana hubungan antara asupan natrium dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
16. Bagaimana hubungan antara asupan kalium dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
17. Bagaimana hubungan antara status gizi dengan hipertensi pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta.

Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
2. Mengetahui gambaran jenis kelamin pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
3. Mengetahui gambaran riwayat hipertensi keluarga pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
4. Mengetahui gambaran aktifitas fisik pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?

5. Mengetahui gambaran asupan protein pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
6. Mengetahui gambaran asupan lemak pada remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
7. Mengetahui gambaran asupan natrium pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
8. Mengetahui gambaran asupan kalium pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
9. Mengetahui gambaran status gizi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
10. Menganalisis hubungan antara jenis kelamin dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
11. Menganalisis hubungan antara riwayat hipertensi keluarga dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
12. Menganalisis hubungan antara aktifitas fisik dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
13. Menganalisis hubungan antara asupan protein dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
14. Menganalisis hubungan antara asupan lemak dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
15. Menganalisis hubungan antara asupan natrium dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
16. Menganalisis hubungan antara asupan kalium dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?
17. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan hipertensi pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta tahun 2024?

Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah:

A. Bagi Institusi

Penelitian ini memberikan informasi dan gambaran tentang Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta

B. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini memberikan informasi dan referensi untuk melakukan penelitian lain yang terkait dengan Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Remaja.

C. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Remaja di SMA Bina Dharma Jakarta serta, menjadi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana.