

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi di mana tekanan darah terhadap dinding arteri meningkat secara persisten di atas batas normal. Seseorang dikatakan memiliki hipertensi bila tekanan darahnya  $>140$  mmHg tekanan sistolik  $>90$  mmHg tekanan diastolic (Kemenkes, 2021). Kondisi ini dikenal sebagai *silent killer* karena seringkali tidak menunjukkan gejala tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah seseorang meningkat melebihi batas normal, yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan serius hingga berujung pada kematian (Sudirman dan Monoarfa, 2024).

Secara global, hipertensi menjadi masalah kesehatan utama. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2021) diperkirakan 1.28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi dan diperkirakan 46% orang dewasa tidak menyadari bahwa dirinya terkena hipertensi. Di Indonesia, hipertensi juga menunjukkan angka kejadian yang tinggi. Berdasarkan Survey Kesehatan Indonesia tahun 2021, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk Indonesia di atas 18 tahun mencapai 30,8% berdasarkan pengukuran tekanan darah, dengan perincian tiga provinsi tertinggi yaitu 40,7% pada Kalimantan Tengah, 35,8% pada Kalimantan Selatan, 34,4% pada Jawa Barat (SKI, 2023). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun di DKI Jakarta adalah 33,43%. Sedangkan prevalensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun adalah 10,17%. Selanjutnya, Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta mencatat pelayanan kesehatan pada penderita hipertensi sejumlah 888.632 orang di tahun 2023 (Dinkes DKI 2023). Prevalensi di DKI Jakarta dengan 29,93% pada kota Jakarta Selatan (Riskesdas, 2018).

Penyebab pasti dari penyakit hipertensi masih belum diketahui secara jelas. Namun, terdapat dua jenis faktor risiko yang dapat memicu hipertensi, yaitu faktor risiko yang tidak bisa diubah dan yang bisa diubah. Faktor risiko yang tidak dapat

diubah meliputi usia, jenis kelamin, serta riwayat keluarga atau faktor genetik. Sementara itu, faktor risiko yang dapat diubah mencakup kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan kondisi obesitas (Lamangida *et al.*, 2024). Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa kejadian hipertensi berasosiasi dengan pola konsumsi makanan, status pendidikan dan usia terhadap kejadian hipertensi (Insani 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati *et al.* (2023) terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian hipertensi. Peneliti menyimpulkan bahwa seiring bertambahnya usia, sistem kardiovaskular mengalami perubahan yang dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi.

Jenis kelamin berhubungan dengan kejadian hipertensi. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati *et al.* (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi pada pasien RSU PKU Muhammadiyah Bantul. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang berperan dalam peningkatan tekanan darah yang memicu terjadinya hipertensi. Kondisi ini terjadi karena perempuan yang telah memasuki masa menopause mengalami penurunan hormon estrogen.

Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi merupakan salah satu faktor risiko yang berkontribusi terhadap tingginya angka kejadian hipertensi di Indonesia. Berdasarkan penelitian Wiranto (2023), bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Jekan Raya yaitu responden yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi cenderung mampu mengendalikan kondisi tekanan darahnya. Seiring meningkatnya pemahaman tentang penyakit ini, penderita hipertensi dapat mengelola penyakitnya dengan lebih efektif, sehingga kondisi kesehatannya menjadi lebih stabil.

Konsumsi natrium berlebih berhubungan dengan kejadian hipertensi. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Firman (2024) bahwa terdapat hubungan signifikan antara konsumsi natrium/garam dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya. Diketahui bahwa sebanyak 5 responden (3,6%) yang memiliki asupan natrium/garam rendah menunjukkan status hipertensi

yang terkendali. Sementara itu, terdapat 50 responden (68,8%) dengan asupan natrium/garam tinggi yang mengalami hipertensi tidak terkendali.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Nuryanti *et al.* (2020) bahwa ada hubungan signifikan antara konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi. Hasil analisis menunjukkan bahwa responden yang mengonsumsi kopi memiliki risiko 6,760 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan mereka yang tidak mengonsumsi kopi.

Status gizi berlebih berhubungan dengan kejadian hipertensi. Hal tersebut dibuktikan oleh penelitian dan menunjukkan hasil yang signifikan yaitu dari total 52 sampel, ditemukan bahwa 11 orang (91,7%) dengan status gizi obesitas I dan 9 orang (90%) dengan obesitas II mengalami hipertensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan status gizi berlebih memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk menderita hipertensi (Waluyani *et al.*, 2023)

Lingkungan kerja di kota besar seperti Jakarta juga memberikan tekanan tambahan yang berpotensi meningkatkan risiko hipertensi di kalangan karyawan kantoran. Perubahan pola makan di kota-kota besar menunjukkan peningkatan konsumsi makanan cepat saji, makanan tinggi garam, tinggi kolesterol, dan rendah serat sebagai bagian dari kebiasaan sehari-hari. Kondisi hipertensi pada pekerja perlu mendapat perhatian khusus, karena jika tenaga kerja mengalami gangguan kesehatan atau sakit, hal tersebut akan berdampak langsung pada aktivitas serta kinerja perusahaan dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya (Badriana, 2019).

Salah satu perusahaan asuransi di daerah Jakarta Selatan adalah PT. PLN Insurance yang bergerak di bidang proteksi (asuransi) atas aset dan kepentingan PT PLN. Lokasi yang strategis ditengah kota menyebabkan mudahnya akses kepada restoran fastfood sehingga sering didapatkan karyawan memesan fastfood melalui ojek online. Hasil studi pendahuluan dengan melakukan pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa 8 dari 20 karyawan PT. PLN Insurance menderita Hipertensi Grade I, 5 dari 20 karyawan mengalami Prehipertensi yaitu pasien dengan tekanan darah tinggi tetapi masih dianggap dalam batas normal. Pada pengukuran status gizi dari total 20 karyawan, sebanyak 3 orang memiliki status gizi *overweight*, 13 orang tergolong obesitas, dan 4 orang berada dalam kategori gizi normal. Sayangnya

hingga saat ini belum pernah dilakukan studi mengenai kejadian hipertensi di PT. PLN Insurance. Berdasarkan data tersebut yang terjadi saat ini, maka Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Karakteristik, Pengetahuan Hipertensi dan Gaya Hidup dengan hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Hipertensi adalah kondisi tekanan darah tinggi yang berlangsung terus-menerus di atas normal ( $\geq 140/90$  mmHg). Sering disebut silent killer karena tidak bergejala tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti jantung, stroke, dan gagal ginjal. Secara global, hipertensi menjadi masalah kesehatan utama. Di Indonesia, menurut data SKI tahun 2023, prevalensinya mencapai 30,8% pada usia di atas 18 tahun, dan berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun di DKI Jakarta adalah 33,43%. Prevalensi di DKI Jakarta dengan 29,93% pada kota Jakarta Selatan.

Studi awal di PT. PLN Insurance menunjukkan 5 dari 20 karyawan mengalami Hipertensi Grade I, dan 6 lainnya berada pada tahap prehipertensi. Pada pengukuran status gizi terdapat banyak karyawan memiliki status gizi obesitas yaitu sebanyak 80%. Tekanan kerja di kota besar seperti Jakarta serta pola makan yang buruk (tinggi garam, kolesterol, dan rendah serat) menjadi faktor risiko. Kondisi ini penting diperhatikan karena dapat mengganggu produktivitas dan kinerja karyawan

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana gambaran karakteristik (usia dan jenis kelamin), karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
2. Bagaimana gambaran kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
3. Bagaimana gambaran status gizi karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
4. Bagaimana gambaran pengetahuan karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?

5. Bagaimana gambaran kebiasaan konsumsi natrium karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
6. Bagaimana gambaran kebiasaan konsumsi minum kopi karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
7. Bagaimana hubungan usia dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
8. Bagaimana hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
9. Bagaimana hubungan status gizi dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
10. Bagaimana hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
11. Bagaimana hubungan kebiasaan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?
12. Bagaimana hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan karakteristik, status gizi, pengetahuan, kebiasaan konsumsi natrium dan kebiasaan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan Tahun 2025.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran karakteristik (usia dan jenis kelamin) karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- b. Mengetahui gambaran kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- c. Mengetahui gambaran status gizi karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan Tahun 2025
- d. Mengetahui gambaran pengetahuan karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025

- e. Mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi natrium karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- f. Mengetahui gambaran kebiasaan konsumsi minum kopi karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- g. Mengetahui hubungan usia dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- h. Mengetahui hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- i. Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- j. Mengetahui hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- k. Mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025
- l. Mengetahui hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi pada karyawan PT. PLN Insurance Jakarta Selatan tahun 2025

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Program Studi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dan sebagai bahan materi bagi pembelajaran mahasiswa/i Universitas MH Thamrin.

### **1.5.2 Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan sebagai acuan informasi terhadap kejadian hipertensi.

### **1.5.3 Bagi Institusi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan pertimbangan bagi perusahaan dalam upaya meninkatkan kinerja karyawan serta meningkatkan kebijakan yang mendukung peningkatan kesehatan guna menunjang produktivitas kerja di PT. PLN Insurance Jakarta Selatan.

