

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Sopir adalah seseorang yang mengoperasikan kendaraan mobil (KBBI, 2016). Sopir merupakan profesi yang memerlukan konsentrasi dan perhatian penuh. Hal ini dikarenakan sopir bertanggung jawab penuh atas keselamatan dirinya, penumpangnya, barang yang dibawanya, dan pengguna jalan yang lain (Daulay, 2018). Sopir adalah profesi yang rentan mengalami kelelahan dan gangguan kesehatan, salah satunya sopir bus lintas Antar Kota Antar Provinsi (AKAP) (Zulhan, 2020).

Sopir bus Antar Kota Antar Provinsi (AKAP) adalah seseorang yang mengantarkan perjalanan penumpang menuju antar kota melalui antar daerah kabupaten atau kota yang melintasi lebih dari satu wilayah provinsi. Sopir bus AKAP memiliki rute dan durasi perjalanan yang sangat panjang. Waktu pengoperasian kendaraan bus AKAP rata-rata adalah 12–18 jam perhari (Setiawan *et al.*, 2021). Menjadi sopir bus antar kota antar provinsi memiliki tanggung jawab atas segala sesuatu yang terjadi selama perjalanan, sehingga harus selalu siap dan waspada dalam menjalankan tugasnya. Namun, beban kerja yang diterima dapat mengakibatkan kelelahan kerja dan stres bagi sopir bus. Kelelahan kerja sering menjadi penyebab kesalahan dalam bekerja yang dapat mengakibatkan kecelakaan di jalan raya (Setiawan *et al.*, 2021). Oleh karena itu, guna mengurangi angka kecelakaan di jalan raya, penting untuk memperhatikan faktor kesehatan sopir bus dengan melakukan pemeriksaan kesehatan seperti pemeriksaan tekanan darah.

Sopir bus AKAP merupakan profesi yang berisiko tinggi mengalami hipertensi (Amod Borle, 2015). Faktor pola kerja dan pilihan gaya hidup sopir yang buruk seperti sering minum-minuman berkafein, kebiasaan merokok, pola makan yang buruk, bahkan meminum-minuman beralkohol dapat berkontribusi terhadap timbulnya masalah hipertensi pada sopir bus (Nurdiannah *et al.*, 2017). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk kategori umur ≥ 18 tahun menurut karakteristik untuk pekerjaan sopir

adalah 30,22%. Sedangkan, berdasarkan Proporsi Mengukur Tekanan darah secara rutin menurut karakteristik pekerjaan pada sopir ditemukan bahwa 6,5% melakukannya secara rutin, 42,7% kadang-kadang, dan 50,8% tidak melakukannya.

Hipertensi adalah penyakit kronis dan tidak menular yang merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling banyak terjadi di seluruh dunia. Ketika tekanan darah lebih tinggi dari 140/90 mmHg, ini disebut hipertensi, juga dikenal sebagai tekanan darah tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Tekanan darah sistolik maupun diastolik merupakan indikator yang sama pentingnya dalam memantau kesehatan jantung. Tetapi, pada orang dewasa muda tekanan darah diastolik merupakan prediktor penting. Studi observasional telah menunjukkan bahwa hipertensi diastolik terisolasi terkait dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular. Hal ini lebih sering terjadi pada individu yang lebih muda, pria dan orang dengan indeks massa tubuh lebih. Sedangkan, Nilai sistolik lebih bermakna untuk orang dewasa yang lebih tua daripada orang dewasa yang lebih muda. Tekanan darah sistolik secara signifikan lebih penting daripada tekanan darah diastolik pada mereka yang berusia di atas 50 tahun untuk memprediksi risiko penyakit jantung koroner, gagal jantung kongestif, penyakit jantung neuropatik, dan kematian (Taylor et al., 2011).

Menurut Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di penduduk berusia ≥ 18 tahun mengalami peningkatan dari 25,8% di tahun 2013 menjadi 34,1% di tahun 2018. Sedangkan, pada provinsi DKI Jakarta 33,43% penduduk Indonesia yang berusia ≥ 18 tahun menderita hipertensi. Tekanan darah terus-menerus meningkat dan tidak terdeteksi sejak dini dapat menyebabkan gagal ginjal, penyakit jantung koroner, stroke dalam jangka panjang, dan bahkan kematian (Angelina, 2021). Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya hipertensi dibagi menjadi 2 kategori: faktor yang dapat diubah seperti aktivitas fisik, stres, merokok, konsumsi makanan asin, makanan berlemak, alkohol, kafein, dan status gizi. Faktor yang tidak dapat diubah termasuk jenis kelamin, usia dan keturunan. (Fadhli, 2018).

Status gizi didefinisikan sebagai pemenuhan kebutuhan tubuh akan zat-zat gizi dan zat-zat pelindung terutama akan energi dengan dampak fisik yang dapat diukur dengan antropometri (Kanah, 2020). Hipertensi dipengaruhi oleh indeks

massa tubuh, orang dengan peningkatan risiko tekanan darah tinggi memiliki IMT yang lebih berlebih atau kelebihan berat badan daripada orang dengan IMT normal (Sulastri *et al.*, 2012). Status gizi lebih ditandai dengan akumulasi lemak berlebih di dalam tubuh. Penumpukan lemak di daerah abdominal dapat mempengaruhi dinding pembuluh darah, jika lemak abdominal berlebihan, dapat menyebabkan akumulasi asam lemak bebas di dalam sel, dan penurunan kadar adiponektin, sehingga proses aterosklerosis dapat mudah terjadi sehingga dapat menyebabkan terjadinya hipertensi (Kaplan & Victor, 2014). Profesi sebagai sopir cenderung menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk duduk, mereka jarang aktif secara fisik. Hal ini meningkatkan risiko kelebihan berat badan dan memengaruhi keseimbangan energi tubuh (Prima G, 2021). Sebuah studi yang dilakukan oleh Amod Borle (2015) menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara status gizi sopir bus dengan kejadian hipertensi di kota Nagpur, India bagian tengah.

Penyebab lain meningkatnya hipertensi adalah kafein. Kafein merupakan senyawa alkaloid yang terkandung dalam beberapa minuman seperti kopi, teh, dan minuman berenergi (Khoerunisa *et al.*, 2019). Konsumsi kafein membantu untuk tetap terjaga, meningkatkan suasana hati, dan mengurangi kelelahan. Kafein juga dapat memperkuat tubuh dan kontraksi otot, yang dapat meningkatkan kinerja fisik (Latunra *et al.*, 2021). Minuman kafein merupakan salah satu minuman paling populer di kalangan para sopir. Hal ini dikarenakan, untuk mengantar penumpang ke tempat tujuan, sopir harus tetap waspada dan terjaga. Sehingga, mayoritas dari mereka memiliki kebiasaan mengkonsumsi kafein dengan tujuan agar tidak mengantuk (Walewangko *et al.*, 2021). Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah adalah kafein. Dengan mengikat reseptor adenosin, kafein meningkatkan tekanan darah. Sistem saraf simpatik diaktifkan oleh reseptor ini, yang pada akhirnya menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Khoerunisa *et al.*, (2019) menunjukkan adanya korelasi antara konsumsi kafein dengan tekanan darah sistolik dan diastolik.

Faktor lain yang dapat berkontribusi terhadap tekanan darah adalah merokok. Salah satu faktor yang meningkatkan risiko penyakit dan masalah

kesehatan di seluruh dunia adalah merokok. Sebagian besar sopir memiliki perilaku merokok. Hal ini terjadi karena sopir bekerja selama 8 jam sehari dipergalangan, sehingga merokok menjadi kebiasaan untuk mencegah kejenuhan dan rasa maka dari itu perilaku merokok sudah menjadi kebiasaan dari mereka (Setiawan *et al.*, 2021). Untuk menghindari kebosanan dan kelelahan selama perjalanan, para sopir bus sering kali merokok karena sebagian besar jam kerja mereka dihabiskan dengan duduk (Nurdiannah *et al.*, 2017). Nikotin adalah komponen penting dari rokok. Nikotin akan menyebabkan pembuluh darah menyempit, yang akan membuat jantung bekerja lebih keras. Selain itu, nikotin dapat meningkatkan tekanan darah dan detak jantung (Angelina, 2021). Menurut sebuah penelitian (Caesario Satria Putra *et al.*, 2019), terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dan hipertensi pada sopir bus PT Mayasari Bakti.

Tingginya prevalensi hipertensi pada sopir serta berbagai aspek pola kerja dan gaya hidup mereka yang dapat memicu terjadinya hipertensi membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Penelitian dilakukan di Kota Jakarta Barat karena banyak memiliki tempat pemberangkatan dan pemberhentian transportasi umum. Salah satunya Terminal Kalideres, suatu terminal yang melayani jasa bus AKAP yang beroperasi setiap hari. Selain itu, sebagian besar sopir bus di Terminal Kalideres juga mempunyai kebiasaan gaya hidup yang kurang baik seperti merokok, konsumsi kafein, stres sebab kemacetan dan polusi udara. Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan status gizi, kebiasaan konsumsi minuman berkafein, dan kebiasaan merokok dengan hipertensi pada sopir bus di Terminal Kalideres Tahun 2023.

I.2 Rumusan Masalah

Sopir bus merupakan profesi yang membutuhkan kondisi kesehatan yang optimal untuk melakukan pekerjaannya (Musbyarini *et al.*, 2010). Faktor kesehatan sopir sangat penting berkenaan dengan keselamatan penumpang sehingga sangat penting untuk melakukan Pemantauan kesehatan, termasuk pemeriksaan tekanan darah untuk sopir bus. Berdasarkan prevalensi data Riskesdas 2018 kejadian hipertensi pada sopir cukup tinggi yaitu 30,22%. Sopir merupakan profesi yang cenderung mengalami hipertensi karena pola kerja dan gaya hidup mereka (Wulandari *et al.*, 2020). Menurut Prasetianingrum (2014) Prevalensi hipertensi yang tinggi di kalangan sopir dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti stres akibat tekanan pekerjaan, kebiasaan makan yang buruk, status gizi, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, kebiasaan minum-minuman kafein, dan kurangnya aktivitas fisik. Hipertensi yang tidak terkontrol meningkatkan risiko stroke, jantung koroner, penyakit ginjal, serta dapat menyebabkan kematian. Berdasarkan beberapa faktor penyebab hipertensi, peneliti tertarik untuk melakukan riset untuk mempelajari lebih lanjut. adanya hubungan status gizi, kebiasaan konsumsi minuman berkafein, dan kebiasaan merokok dengan hipertensi pada sopir bus di Terminal Kalideres Tahun 2023.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara hipertensi pada sopir bus di Terminal Kalideres pada tahun 2023 dengan status gizi, konsumsi minuman berkafein, dan perilaku merokok.

I.3.2. Tujuan Penelitian Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik pada sopir bus di Terminal Kalideres.
- b. Mengetahui gambaran terkait status gizi, kebiasaan konsumsi minuman berkafein, kebiasaan merokok, dan hipertensi pada sopir bus di Terminal Kalideres.

- c. Menganalisis hubungan antara status gizi, kebiasaan konsumsi minuman berkafein, dan kebiasaan merokok dengan hipertensi pada sopir bus di Terminal Kalideres.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Diharapkan dengan melakukan penelitian ini, pemahaman responden terhadap topik-topik penelitian ini akan meningkat mengenai faktor risiko hipertensi serta kesadaran mereka akan pentingnya menjaga status gizi dan mengubah perilaku gaya hidup sehari-hari menjadi sehat untuk mengurangi faktor risiko yang akan terjadi. Selain itu, diharapkan penelitian ini akan meningkatkan kesadaran akan risiko yang terkait dengan hipertensi, sehingga dampak lebih lanjut dapat dicegah.

I.4.2 Bagi Masyarakat atau Institusi

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi masyarakat dan kualitas hidup masyarakat umum. Meningkatkan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mampu melakukan tindakan preventif.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Dijadikan sebagai bahan penelitian dan sumber referensi lebih lanjut yang dapat menambah wawasan dan membantu penelitian selanjutnya yang didokumentasi dalam bentuk jurnal.