

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa dapat disebut sebagai masa remaja (Fillah, 2014). Seseorang dikatakan remaja jika berada pada usia 10 sampai 18 tahun (Permenkes, 2014). Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) dalam Lembaga Demografi FEB UI (2017) mengungkapkan 10 hingga 24 tahun dan belum berganti status menjadi menikah dapat dikatakan sebagai remaja. Dikatakan remaja jika telah mengalami kematangan fisik dan seksual, memiliki jati diri, memiliki kemampuan untuk menata hidup di masa dewasa, dan sudah mampu mandiri dalam hal ekonomi dan bersosial (WHO, 2015).

Perkembangan sosial dan pola kehidupan di masyarakat dapat berpengaruh terhadap berbagai macam masalah kesehatan yang dialami oleh remaja (Yusrizal, 2016). Hipertensi kini tidak lagi hanya mengenai orang dengan usia dewasa, namun dapat pula terjadi pada remaja. Remaja yang cenderung mengalami tekanan darah tinggi, saat dewasa mereka lebih berpeluang menderita hipertensi (Lingga, 2012). Walaupun prevalensi kejadian hipertensi pada remaja lebih sedikit dibandingkan dewasa, namun cukup banyak bukti yang menyatakan bahwa hipertensi esensial pada orang dewasa dapat berawal dari masa remaja (Saing, 2005). Untuk itu dibutuhkan peran perawat komunitas sebagai pendidik dan pemberi pelayanan keperawatan secara langsung (*care provider*) yang sifatnya preventif seperti skrining kesehatan dengan mengukur tekanan darah setiap individu secara berkala sebagai upaya tindakan pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi lebih lanjut (Efendi & Makhfudli, 2009; Maryani, 2014).

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat di dunia termasuk di Indonesia (WHO, 2015). Penentuan diagnosis hipertensi dilihat dari hasil pengukuran tekanan darah sistolik. Wahyudi (2017) mengungkapkan seseorang dengan tensi darah *sistole* ≥ 140 mmHg dan

diastole ≥ 90 mmHg pada pemeriksaan yang berulang maka dapat disebut sebagai individu yang hipertensi . Prevalensi hipertensi di dunia sekitar 1,13 miliar orang mengidap hipertensi dan akan terus meningkat setiap tahunnya (WHO, 2015). WHO juga menyatakan bahwa negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah memiliki jumlah penderita hipertensi yang lebih tinggi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025 terutama di negara yang sedang berkembang, termasuk Indonesia.

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada usia ≥ 18 tahun berdasarkan provinsi di Indonesia angka kejadiannya sebesar 34,1%, Jawa Barat menempati peringkat kedua (40%) setelah Provinsi Kalimantan Selatan 44,1%, (Riskesdas, 2018). Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2016) menunjukkan data prevalensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk usia ≥ 18 di Puskesmas Provinsi Jawa Barat terdapat rata-rata (2,46%) penduduk Jawa Barat menderita hipertensi. Depok berada pada urutan ke 15 dengan angka kejadian (2,3%) (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2016). Puskesmas dan laporan Rumah Sakit di kota Depok (2017) telah melaporkan bahwa diagnosa penyakit hipertensi esensial mendominasi pola penyakit sepuluh besar terbanyak yaitu 142.023 kasus . Angka kejadian penderita hipertensi tersebut sejalan dengan fenomena yang ada pada penelitian yang dilakukan oleh Wahyudi CT (2017) menunjukkan bahwa dari 173 responden di Kelurahan Limo Kota Depok sebagian besar menderita hipertensi kronis yaitu 122 responden (70,5%) sisanya sebanyak 51 responden (29,5%) menderita hipertensi akut.

Melihat dari pola penyakit penderita rawat jalan Puskesmas digolongkan berdasarkan umur 15-44 tahun di Kota Depok tahun 2017 hipertensi menduduki posisi kedua (13,22%). Data Puskesmas Kelurahan Limo menyebutkan penilaian tekanan darah pada populasi yang ber usia ≥ 18 tahun berdasarkan jenis kelamin dengan presentasi penyakit hipertensi sebesar 570 kasus. Perbandingan kasus hipertensi berdasarkan jenis kelamin yaitu mayoritas laki-laki dengan 286 kasus (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2017).

Kurniadi, (2013) mengatakan terdapat banyak indikasi yang dapat menyebabkan hipertensi, beberapa faktor akibat yang paling penting yaitu

merokok dan kurang aktivitas fisik. Perilaku merokok merupakan aktivitas menyalakan dan menghirup asap lalu menghempaskannya lagi ke luar dan berdampak tidak hanya pada perokok akan tetapi pada kesehatan orang yang berada disekitar pula (Priyoto, 2015) . Pada remaja umumnya perilaku merokok awalnya hanya ingin menunjukkan kematangan diri, kejantanan dan salah satu cara dalam menarik perhatian lawan jenis kepada lingkungan. Statistik Riskesdas (2018) penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas sebesar 33,8 % merokok.

Kenaikan tekanan darah yang diakibatkan oleh merokok terjadi melalui proses biologi berikut; tembakau yang terkandung dalam rokok memiliki efek yang sangat besar dalam meningkatkan tekanan darah, hal ini terjadi karena adanya kandungan materi kimia di dalam tembakau seperti nikotin dalam sekali hisap (Panahal, Ratag, & Joseph, 2016). Seseorang yang sedang merokok, pembuluh darahnya di beberapa bagian tubuh akan mengalami pengecilan sehingga jantung harus memompakan darah lebih cepat sehingga mampu memenuhi pasokan darah ke seluruh organ tanpa mengurangi jumlahnya dan akhirnya menyebabkan desakan pada ruang untuk mengalirkan darah meningkat. Tensi tegangan sistolik meningkat 10-25 mmHg dan organ jantung berdetak 5 sampai 20 kali per menit walau hanya merokok sebatang dalam sehari (Kurniati, Udiyono, & Saraswati, 2012). Berdasarkan studi pendahuluan pada remaja di wilayah Kelurahan Limo pada 27 Desember 2018, perilaku merokok didapatkan terjadi pada remaja dan terdapat remaja yang memiliki tekanan darah meningkat setelah dilakukan pengukuran 2 kali dengan rentang waktu selang 5 menit yaitu 130/90mmHg. Penelitian yang dilakukan oleh (Farabi & Revilla, 2017) tidak ditemukannya tautan antara merokok dengan peningkatan tekanan darah pada siswa SMKN 1 Padang.

Selain perilaku merokok, aktivitas fisik pula dapat mempengaruhi seseorang mengalami hipertensi. Kurang aktivitas fisik adalah kegiatan melakukan pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga kurang dari 150 menit dalam seminggu. Jumlah penduduk usia ≥ 10 tahun yang aktivitas keseharannya kurang di Indonesia mengalami peningkatan dari 26,1% pada tahun 2013 menjadi 33,5% di tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Faktor risiko yang dapat terlihat bahwa masalah *hipokinetik* (kurang gerak) merupakan hal yang

patut diwaspadai. Pada penelitian lain ditemukan bahwa tidak terdapat korelasi antara aktivitas fisik pada remaja dengan tensi darah (Uji Chi Square : $p=0,486$) di kota Bitung (Kepel, 2016). Modifikasi gaya hidup merupakan cara pencegahan yang dianjurkan oleh para ahli, seperti beraktivitas fisik lebih giat setiap harinya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada remaja di wilayah Kelurahan Limo Kecamatan Limo Kota Depok pada tanggal 27 Desember 2018, terdapat 15 remaja yang hadir saat studi pendahuluan. Berdasarkan hasil wawancara pada 15 remaja yang hadir, pada perilaku merokok didapatkan remaja yang mengaku setiap hari selalu merokok. Pada aktivitas kurang, remaja mengaku berolahraga jika ada pelajaran olah raga di sekolah saja, selebihnya jika di rumah hanya bermain gadget tanpa melakukan aktifitas fisik yang sampai mengeluarkan keringat. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan lima orang remaja yang mengalami peningkatan tekanan darah setelah dilakukan tiga kali pengukuran dengan hasil 130/90mmHg. Sesuai dengan fenomena di atas maka, peneliti terdorong melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Hubungan Perilaku Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Limo , Depok”

I.2 Rumusan Masalah

I.2.1 Identifikasi Masalah

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg pada pengecekan yang berulang . Hipertensi merupakan penyakit tidak menular utama yang dapat menyebabkan kematian. Hipertensi umumnya dialami orang dewasa dan lansia. Namun oleh sebab tertentu, remaja juga dapat mengalaminya. Gaya hidup yang kurang sehat misalnya perilaku merokok sejak usia dini dan kurangnya melakukan aktivitas fisik dalam sehari-hari merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah.

Hasil pengukuran tensi darah yang mengalami peningkatan pada usia ≥ 18 tahun di Indonesia diperoleh sebanyak 34,1%, provinsi Jawa Barat menempati peringkat kedua (40%) setelah Provinsi Kalimantan Selatan 44,1%, (Riskesdas, 2018). Melihat dari pola penyakit penderita rawat jalan Puskesmas pada

golongan usia 15 hingga 44 tahun di Kota Depok tahun 2017 hipertensi menduduki posisi kedua (13,22%). Data Puskesmas Kelurahan Limo (2017) menyebutkan pada pengecekan tensi darah penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan jenis kelamin dengan penyakit hipertensi sebesar 570 kasus.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada remaja di wilayah Kelurahan Limo Kecamatan Limo Kota Depok pada tanggal 27 Desember 2018, terdapat 15 remaja yang hadir saat studi pendahuluan. Berdasarkan hasil wawancara pada 15 remaja yang hadir, pada perilaku merokok didapatkan remaja yang mengaku setiap hari selalu merokok. Pada aktivitas kurang, remaja mengaku berolahraga jika ada pelajaran olah raga di sekolah saja, selebihnya jika di rumah hanya bermain gadget tanpa melakukan aktifitas fisik yang sampai mengeluarkan keringat. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan lima orang remaja yang mengalami peningkatan tekanan darah setelah dilakukan tiga kali pengukuran dengan hasil 130/90mmHg. Hasil wawancara pada petugas Puskesmas Kelurahan Limo didapatkan belum berjalannya skrining kesehatan mengenai penyakit tidak menular (PTM) khusus pada remaja dan sosialisasi mengenai PTM seperti hipertensi pada remaja. Dari uraian diatas, menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Limo Depok?”.

I.2.2 Pertanyaan Peneliti

- a. Bagaimana gambaran karakteristik remaja (usia dan jenis kelamin) di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok?
- b. Bagaimana gambaran perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok?
- c. Bagaimana gambaran aktivitas fisik pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok?
- d. Bagaimana gambaran kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok?
- e. Apakah perilaku merokok berhubungan dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok?

- f. Apakah aktifitas fisik berhubungan dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok?.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Adapun Tujuan dari penelitian ini yaitu guna ingin mengetahui hubungan perilaku merokok dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik remaja (usia dan jenis kelamin) di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.
- b. Mengetahui gambaran perilaku merokok pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.
- c. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.
- d. Mengetahui gambaran angka kejadian peningkatan tensi darah pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.
- e. Mengetahui ada atau tidak hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.
- f. Mengetahui ada atau tidak hubungan aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo Kota Depok.

I.4 Manfaat Penelitian

- a. Bagi remaja

Remaja pada wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo dapat menyadari bahwa perilaku merokok dan aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi.

b. Bagi pelayanan kesehatan

Pelayanan kesehatan dapat melakukan skrining kesehatan pada remaja secara berkala.

c. Bagi perawat komunitas

Hasil penelitian ini dapat menyampaikan informasi tambahan bagi perawat komunitas sehingga dapat memberikan edukasi yang tepat pada pasien penderita hipertensi khususnya pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo tentang faktor risiko hipertensi.

d. Bagi institusi pendidikan

Bagi institusi pendidikan diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topic yang berhubungan dengan judul penelitian di atas

e. Bagi peneliti

Penulis mendapatkan ilmu dan pengalaman baru terkait penulisan hubungan perilaku merokok dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi.

I.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada remaja usia 10-24 tahun yang berada wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Limo pada bulan Mei-Juni 2019 guna mengetahui keterkaitan perilaku merokok dan aktivitas fisik dengan hipertensi pada remaja.