

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit kronis berjangka waktu panjang dan pada umumnya memiliki perkembangan yang lambat (WHO, 2015). Lebih dari (75%) kematian di seluruh dunia disebabkan oleh PTM (CDC, 2016). Dari data tersebut kardiovaskuler bertanggung jawab sebagai proporsi terbesar dalam kematian yang disebabkan oleh PTM pada usia di bawah 70 tahun sejumlah (39%), diikuti oleh penyakit kanker sejumlah (27%), penyakit pernafasan kronis, penyakit pencernaan, penyakit hipertensi, penyakit jantung, penyakit stroke dan penyakit lainnya sejumlah (30%) dan penyakit diabetes sebanyak (4%) (WHO, 2016). Pada masa ini hipertensi tidak hanya menyerang kalangan dewasa, setiap tahun hipertensi mengalami peningkatan dengan kalangan remaja termasuk di dalamnya. Beberapa tahun terakhir hipertensi sangat lazim ditemukan di kalangan anak-anak dan remaja (Mahajan, 2015).

Remaja yang terserang hipertensi dapat terus berlanjut hingga usia dewasa dan memiliki risiko morbiditas serta mortalitas yang lebih tinggi. Di beberapa negara prevalensi hipertensi memiliki angka tinggi dan menjadi faktor utama penyebab penyakit kardiovaskuler (WHO, 2014). Di nasional dalam analisis hipertensi terbatas umur 15-17 tahun menurut JNC VII 2003 didapatkan prevalensi hipertensi sejumlah (5,3 %) dengan laki-laki sejumlah (6,0%) dan perempuan sejumlah (4,7%), pedesaan sejumlah (5,6%) dan perkotaan sejumlah (5,1 %) (Riskesdas, 2013). Di provinsi Banten prevalensi hipertensi terbatas umur 15 -24 tahun terdata sejumlah (7,2%) (Riskesdas, 2013).

Asupan natrium berlebih menjadi salah satu penyebab hipertensi pada remaja, ia mengakibatkan penumpukan cairan dalam tubuh karena menarik cairan di luar sel dan tidak dikeluarkan sehingga meningkatkan curah jantung dan tekanan darah. Asupan natrium berlebih dalam jangka waktu lama berpotensi meningkatkan hipertensi (Afni, 2013).

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Fatta, 2012) menunjukkan adanya hubungan bermakna antara asupan tinggi natrium dengan risiko hipertensi pada remaja awal. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Ratna, 2012) asupan natrium berhubungan dengan faktor risiko hipertensi pada remaja usia 15-18 tahun di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh (Farid, 2010) menunjukkan bahwa peningkatan asupan natrium akan menyebabkan peningkatan tekanan darah. Penyebab lain hipertensi adalah rendahnya aktivitas fisik. Rendahnya aktivitas fisik merupakan salah satu penyebab hipertensi karena energi yang dihasilkan akan semakin rendah sehingga keseimbangan energi tidak tercapai dan tidak dapat melakukan pengontrolan berat badan. Penelitian yang dilakukan oleh (Rabbity & sulchan, 2012) di Pekanbaru menunjukkan adanya hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada remaja. Juga hasil penelitian oleh (Fitirana dkk, 2013) menunjukkan hubungan signifikan antar aktifitas fisik dengan hipertensi. Melakukan aktivitas fisik paling sedikit 15 menit dalam sehari diperkirakan dapat menurunkan 14% risiko hipertensi yang menyebabkan kematian (Mahajan, 2015). Penelitian yang dilakukan pada remaja menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi terjadi pada kelompok remaja yang kurang beraktivitas (Pediatri, 2013).

Durasi tidur juga merupakan penyebab yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada remaja, tidur dibawah 5 jam atau lebih dari 10 jam dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler dan berhubungan erat dengan hipertensi (Shiromani *et al.*, 2012). Juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Qonita, 2016) pada remaja di kabupaten Asahan bahwa hipertensi terjadi pada kelompok remaja dengan durasi tidur yang kurang. Dan penelitian yang dilakukan oleh (Anisa *et al.*, 2013) menunjukkan adanya hubungan bermakna antara durasi tidur dengan kejadian hipertensi pada remaja. Indeks Massa Tubuh berhubungan (IMT) dengan kejadian hipertensi (Ratna, 2012). Penilaian status gizi remaja di Indonesia menggunakan indikator IMT menurut umur (IMT/U). Riwayat status gizi pada masa remaja juga dapat memprediksi risiko hipertensi pada dewasa. Remaja dengan status gizi berlebih memiliki 3,6 kali lebih besar terkena hipertensi dan 14 kali lebih besar pada remaja obesitas (Qonita, 2016).

Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Afni, 2015) tentang adanya hubungan yang bermakna antara IMT dengan hipertensi pada remaja. Penelitian lain yang menghubungkan IMT terhadap hipertensi pada remaja seperti yang dilakukan di Minahasa menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan remaja berstatus gizi lebih (Kautsar *et al.*, 2013). Pada penelitian awal yang dilakukan di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan dengan jumlah responden 25 orang secara acak mendapatkan hasil bahwa 6 dari 25 responden atau sekitar 24% murid mengalami hipertensi. Dari uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan asupan natrium, aktivitas fisik, durasi tidur dan Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan.

I.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Penelitian Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara asupan natrium, aktivitas fisik dan durasi tidur dengan hipertensi pada siswa-siswi di SMAN 3 Tangerang Selatan.

1.2.2 Tujuan Penelitian Khusus

1. Mengetahui hubungan asupan natrium dengan hipertensi pada siswa-siswi SMAN 3 Tangerang Selatan
2. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada siswa-siswi SMAN 3 Tangerang Selatan
3. Mengetahui hubungan durasi tidur dengan hipertensi pada siswa-siswi di SMAN 3 Tangerang Selatan.
4. Mengetahui hubungan Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada siswa-siswi di SMAN 3 Tangerang Selatan.

I.3 Rumusan Masalah

Pada masa sekarang hipertensi tidak hanya menyerang orang dewasa, remaja saat ini juga mengalami hipertensi, remaja yang mengalami hipertensi dapat terus berlanjut pada usia dewasa dan memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi.

Prevalensi nasional hipertensi pada analisis hipertensi terbatas usia 15-17 tahun menurut JNC VII 2003 didapatkan prevalensi nasional sebesar 5,3% (laki-laki 6,0% dan perempuan 4,7%), pedesaan (5,6%). Lebih tinggi dari perkotaan (5,1 %) (Riskesdas, 2013). Berdasarkan prevalensi hipertensi pada kelompok umur 15 - 24 tahun, Provinsi Banten sebesar 7,2% (Riskesdas, 2013). Pada penelitian awal yang dilakukan di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan dengan jumlah responden 25 orang secara acak mendapatkan hasil bahwa 6 dari 25 responden atau sekitar 24% murid mengalami hipertensi. Berdasarkan uraian diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungannya asupan natrium, aktivitas fisik, durasi tidur dan Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi SMA Negeri 3 Tangerang Selatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui informasi hubungan asupan natrium, aktivitas fisik, durasi tidur dan Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada remaja.

I.4.2 Bagi peneliti selanjutnya

Hasil Penelitian ini diharapkan bisa sebagai referensi pada penelitian selanjutnya. penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai hubungan asupan natrium, aktivitas fisik, durasi tidur dan Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada remaja.

I.4.3 Bagi Siswa/ Siswi SMA Negeri 3 Tangerang Selatan

Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan kepedulian subjek, yaitu siswa-siswi SMAN 3 Tangerang Selatan agar menjaga pola hidup dan asupan makanan serta mengontrol tekanan darah sedari dini.

I.5 Hipotesis

1. Adanya hubungan antara asupan natrium dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang selatan
2. Adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang selatan
3. Adanya hubungan antara durasi tidur dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang selatan
4. Adanya hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang selatan

I.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain studi *Cross Sectional* dilakukan untuk mengetahui hubungan asupan natrium, aktivitas fisik, durasi tidur dan Indeks Massa Tubuh dengan hipertensi pada remaja di SMAN 3 Tangerang Selatan. Dilaksanakan penelitian ini pada bulan Mei 2017.

