

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut *World Health Organization* (WHO), hipertensi adalah kondisi dimana tekanan pembuluh darah meningkat secara persisten. Data Riskesdas tahun 2013, menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi pada remaja usia 15-17 tahun di Indonesia sebesar 8,3%, dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan mencapai 13,2%. Di Provinsi Jawa Tengah prevalensi hipertensi pada remaja umur 18-24 tahun sebesar 14,65% (Riskesdas, 2018). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Santoso (2013) di kota Surabaya, dari 156 sampel usia 15-19 tahun terdapat 10 (6,4%) yang masuk kategori hipertensi (Santoso, 2013). Remaja dengan hipertensi memiliki risiko tinggi menjadi hipertensi saat dewasa (Essouma, et al., 2015).

Hipertensi disebabkan oleh banyak faktor dan salah satu faktor penyebab hipertensi adalah kebiasaan konsumsi minuman ringan berpemanis. Hal ini dibuktikan pada penelitian Nugroho (2016), disebutkan bahwa remaja yang mengalami hipertensi sistolik maupun diastolik lebih banyak pada remaja yang sering mengkonsumsi gula (5,8% dan 51,9%), mengkonsumsi makanan atau minuman berpemanis tinggi dapat menyebabkan tingginya tekanan darah sistolik. Pada penelitian Souza (2010), menunjukkan bahwa pola konsumsi minuman ringan dikaitkan dengan peningkatan tekanan darah. Pada penelitian

Nguyen (2010), menunjukkan bahwa sebanyak 82,5% remaja yang minum lebih banyak minuman manis cenderung laki-laki dan remaja yang mengkonsumsi minuman dengan pemanis gula yang tinggi dikaitkan dengan kadar asam urat dan tekanan darah sistolik. Penelitian Rabaitty (2012), menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi obesitik sebesar 7,5%, dan didapatkan hasil bahwa asupan gula sederhana dan aktivitas fisik merupakan faktor resiko kejadian hipertensi obesitik pada remaja awal.

Minuman ringan berpemanis termasuk dalam golongan karbohidrat sederhana yang menghasilkan energi tinggi (Lopez, 2010). Minuman ringan berpemanis mengandung Fruktosa dan seseorang yang sering mengonsumsi minuman ringan berpemanis tidak akan merasa puas dan akan mengonsumsi secara terus menerus (Avhiani, 2012). Konsumsi secara berlebihan minuman ringan berpemanis akan meningkatkan asupan energi yang disimpan oleh tubuh sebagai cadangan lemak. Penumpukan lemak pada perut akan mengakibatkan obesitas sentral, sedangkan penumpukan lemak pada pembuluh darah akan menyumbat peredaran darah dan akan membentuk plak yang disebut aterosklerosis yang akan mengakibatkan hipertensi dan dapat terjadi penyakit jantung koroner (Widyaningrum, 2012). Minuman ringan berpemanis juga mengandung fruktosa yang dapat menurunkan ekskresi natrium pada urin sehingga natrium akan menumpuk dalam darah dan menyebabkan peningkatan tekanan darah (Nguyen, 2010).

Industri minuman ringan berpemanis di Indonesia khususnya di Jawa Tengah tumbuh dengan pesat dalam beberapa waktu terakhir. Jenis minuman

yang *trend* di Indonesia berdasarkan penjualan tertinggi seperti teh siap saji, sari buah, minuman isotonik, minuman karbonasi, kopi dan susu (Kementerian Penindustrian RI, 2016). Di Jawa Tengah tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis ini juga cukup tinggi, menurut Riskesdas Jateng tahun 2018 tingkat konsumsi minuman manis  $\geq 1$  kali per hari sebesar 77,62%, sedangkan di Kabupaten Semarang berdasarkan karakteristik umur 15-19 tahun, tingkat konsumsi minuman manis  $\geq 1$  kali per hari sebesar 63,51%. Minuman ringan berpemanis merupakan minuman yang tidak mengandung alkohol dan dikelompokkan menjadi enam jenis yaitu minuman sari buah, minuman ringan berkarbonasi, teh siap saji, kopi siap saji, minuman *isotonic* (CDC, 2018).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Remaja merupakan kelompok umur yang paling sering mengkonsumsi minuman ringan berpemanis, hal itu dibuktikan dengan penelitian oleh Park, et.al. (2012), bahwa sebanyak 64,9% siswa SMA mengkonsumsi minuman ringan berpemanis  $>1$  kali / hari, sebanyak 35,6% siswa SMA mengkonsumsi minuman ringan berpemanis  $>2$  kali/hari, dan sebanyak 22,2% mengkonsumsi minuman ringan berpemanis  $>3$  kali / hari. Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh Fauzia (2012) terhadap remaja di Kota Depok menunjukkan hasil bahwa sebanyak 40,3% remaja mengonsumsi minuman ringan berpemanis. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Saidah (2017) menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi minuman ringan

berpemanis pada remaja SMA  $\geq 6$  kali dalam seminggu sebanyak 34,7%. Sedangkan hasil penelitian Qoirinasari (2018), sebanyak 52,6% siswa dikategorikan sering mengonsumsi minuman berpemanis.

Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan menggunakan literatur – literatur tentang hubungan kebiasaan konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kejadian hipertensi pada remaja karena pesatnya pertumbuhan industri minuman di Indonesia dan gaya hidup terutama pola konsumsi kelompok remaja cenderung memiliki kebiasaan makan yang kurang baik termasuk suka mengonsumsi makanan siap saji dan minuman manis (Banowati, 2011).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kejadian hipertensi pada remaja.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kejadian hipertensi pada remaja

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis pada remaja.

- b. Menganalisis hubungan tingkat konsumsi minuman ringan berpemanis dengan kejadian hipertensi pada remaja.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Masyarakat

Memberikan informasi khususnya untuk masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular dikarenakan konsumsi minuman ringan berpemanis yaitu hipertensi

2. Pembaca

Sebagai bahan informasi yang dapat dipertimbangan dan menambah wawasan dalam upaya pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi dengan mengurangi konsumsi minuman ringan berpemanis

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat dan dijadikan referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan hipertensi pada remaja.