

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka obesitas pada remaja meningkat dari tahun 1990 hingga 2022, persentase remaja berusia 5–19 tahun yang mengalami obesitas meningkat empat kali lipat dari 2% menjadi 8% secara global, sementara persentase orang dewasa berusia 18 tahun ke atas yang mengalami obesitas meningkat lebih dari dua kali lipat dari 7% menjadi 16%.

Pada tahun 2022, sebanyak 2,5 miliar remaja berusia 18 tahun mengalami kelebihan berat badan. Di antara mereka, lebih dari 890 juta remaja menderita obesitas. Angka ini menunjukkan bahwa 43% remaja di usia tersebut mengalami kelebihan berat badan, dengan proporsi 43% pria dan 44% wanita. Angka ini mengalami peningkatan signifikan dibandingkan dengan tahun 1990, ketika hanya 25% dari remaja berusia 18 tahun ke atas yang mengalami masalah serupa. Prevalensi kelebihan berat badan ini bervariasi antar wilayah, mulai dari 31% di Wilayah Asia Tenggara dan Wilayah Afrika, hingga mencapai 67% di Wilayah Amerika (WHO, 2024).

Obesitas merupakan salah satu sisi dari beban ganda kekurangan gizi, dan saat ini lebih banyak orang yang mengalami obesitas daripada yang kekurangan berat badan di setiap kawasan kecuali Kawasan Asia Tenggara (WHO, 2021). Masa remaja merupakan akhir masa pertumbuhan yang akan mempengaruhi perubahan komposisi tubuh, pertumbuhan yang pesat pada berat

badan dan masa tulang, dan aktivitas fisik, sehingga mempengaruhi kebutuhan gizi pada remaja akhir (A. A. Abaa et al., n.d.; Irdiana & Nindya, 2017).

Gizi pada remaja merupakan suatu hal yang harus diperhatikan, banyak dampak yang akan dialami oleh remaja ketika mengalami malnutrisi. Menurut Kemenkes RI pada tahun 2019 (Sari dan Nugroho, 2021) obesitas memberikan dampak yang merugikan baik bagi kesehatan maupun aspek sosial. Selain itu, kondisi ini juga berpotensi memicu kanker, meningkatkan kadar lemak dalam darah, dan berdampak negatif pada kesuburan reproduksi. Dalam hal kesehatan, obesitas meningkatkan risiko berbagai penyakit, seperti penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, dan hipertensi.

Hipertensi dapat muncul sejak remaja dan prevalensinya meningkat beberapa tahun terakhir. Pada penelitian yang dilakukan oleh Shaumi & Achmad (2019) terdapat 8,3% persen responden mengalami pre-hipertensi dan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) memiliki berat badan lebih dan obesitas. Penelitian lain menunjukkan sampel dengan IMT berat badan lebih yang mengalami pre-hipertensi 15,8%, dan hipertensi 5,3% sedangkan sampel dengan IMT obesitas yang mengalami pre-hipertensi 50% dan hipertensi 7,7%. Banyaknya lemak dalam tubuh menyebabkan pembuluh darah menyempit sehingga dapat meningkatkan tekanan darah (Suryawan, 2019).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) tekanan darah normal pada remaja (usia 13-18 tahun) umumnya berkisar antara 112/66 mmHg hingga 128/80 mmHg. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia untuk anak remaja sebesar 10,7 %

memiliki tekanan darah tinggi berdasarkan pengukuran langsung menggunakan tensimeter.

Secara global, *World Health Organization* memperkirakan prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga di antaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO, 2023). Berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Tengah, didapatkan hasil bahwa penyakit hipertensi di Jawa Tengah memiliki prevalensi sebesar 37,6% dan masih menempati proporsi terbesar dari seluruh PTM yang dilaporkan, yaitu sebesar 76,5% pada tahun 2021 (Dinkes Provinsi Jateng, 2021). Prevalensi hipertensi pada remaja dalam beberapa tahun terakhir ini semakin meningkat, hasil pengukuran tekanan darah remaja di Kabupaten Semarang menunjukkan 33,3% sampel mengalami keadaan pre-hipertensi hingga hipertensi (Yuliaji Siswanto, 2020).

Prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia yang didapatkan dari hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk berusia ≥ 18 tahun mengalami peningkatan dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,11%. Hipertensi masih merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian serius di Indonesia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) pada tahun 2020, tercatat lebih dari 427. 218 orang meninggal dunia akibat hipertensi (Kemenkes RI, 2020). Data Profil Kesehatan Jawa Tengah, penyakit hipertensi menempati proporsi terbesar dari penyakit tidak menular yang dilaporkan, yaitu sebesar 57,87% (Dinas kesehatan, 2018).

Penelitian mengenai hipertensi pada remaja yang dilakukan di Kabupaten Semarang mendapatkan 39,1% remaja mempunyai kebiasaan sering

konsumsi asin, dan 80,4% mempunyai kebiasaan olah raga yang tidak teratur, dan 35,9% mempunyai riwayat hipertensi atau berasal dari adanya keturunan tekanan darah tinggi pada orang tua, baik dari pihak ayah maupun ibu. (Fitrianingsih et al., 2016).

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat disimpulkan bahwa perlu dilakukan penelitian mendalam mengenai hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi pada remaja di SMK N 1 Bawen, khususnya pada siswa-siswi yang berusia 16-19 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jumlah siswa-siswi yang memiliki kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) *overweight* dan hubungannya dengan kejadian hipertensi. Berdasarkan hasil skrining yang dilakukan di SMK N 1 Bawen, ditemukan bahwa sejumlah siswa mengalami obesitas dan hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara kejadian obesitas dengan kejadian hipertensi pada siswa siswi di SMK N 1 Bawen Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada siswa siswi di SMK N 1 Bawen Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran kejadian obesitas berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) di SMK N 1 Bawen Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah.
- b. Mengetahui gambaran kejadian hipertensi pada siswa siswi yang tergolong obesitas di SMK N 1 Bawen Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah.
- c. Mengetahui hubungan antara kejadian obesitas dengan kejadian hipertensi pada siswa siswi di SMK N 1 Bawen Kabupaten Semarang Provinsi Jawa Tengah .

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk memperkaya kajian ilmiah di bidang kesehatan masyarakat, khususnya mengenai hubungan antara status gizi dan tekanan darah pada remaja. Hasil penelitian ini dapat memperkuat teori bahwa obesitas merupakan faktor risiko signifikan terhadap terjadinya hipertensi, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang menyoroti pentingnya pencegahan penyakit tidak menular sejak usia sekolah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Remaja

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas fisik untuk mencegah obesitas dan hipertensi sejak usia sekolah.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam merancang program promotif dan preventif, serta melakukan deteksi dini terhadap risiko obesitas dan hipertensi pada kelompok usia remaja di lingkungan sekolah.