

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan kelompok umur yang rentan terkena dampak dari adanya perubahan gaya hidup, terkait dengan perkembangan kognitif dan psikososial yang belum matang sehingga akan mudah terpengaruh oleh lingkungan (Arisman,2009).Dari segi kesehatan, kelompok umur ini merupakan kelompok umur yang sering dianggap sehat-sehat saja, padahal kenyataan tidak demikian. Adanya pertumbuhan sosial dan pola kehidupan masyarakat akan mempengaruhi jenis pola penyakit pada remaja salah satunya adalah obesitas dan hipertensi (Soelaryo,2008).

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan dunia yang semakin sering ditemukan.Peningkatan prevalensi obesitas tidak hanya terjadi di negara maju tetapi juga di negara-negara berkembang.Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan tingkat obesitas yang tinggi.Remaja merupakan kelompok umur dengan tingkat risiko obesitas yang tinggi(Sherwood,2011).Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2007 dilihat dari status gizinya dengan menggunakan perhitungan IMT/U yang dikelompokan berdasarkan usia pada penduduk Indonesia didapatkan remaja kelompok usia ≥ 15 tahun yang termasuk obesitas sebanyak 18.8 %, pada tahun 2013 meningkat menjadi 26.6 % dan

pada tahun 2018 meningkat menjadi 31.0 %. Proporsi obesitas pada umur ≥ 15 tahun di provinsi Jawa Tengah sebanyak 29 %.

Terdapat berbagai macam faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami kegemukan. Faktor-faktor tersebut diantaranya pola makan, riwayat keturunan, gaya hidup, faktor psikis, lingkungan, individu, serta biologis yang dapat memengaruhi asupan dan pengeluaran energi (Hendra et al., 2016 dan Marcini et al., 2011). Kegemukan merupakan faktor risiko untuk terjadinya penyakit kardiovaskuler dan mempunyai kontribusi pada terjadinya penyakit-penyakit lain salah satunya hipertensi.

Hipertensi masih menjadi masalah hingga saat ini karena dapat menyebabkan komplikasi yang dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas. Remaja yang mengalami hipertensi akan sangat berisiko mengalami penyakit kardiovaskuler, diabetes melitus, stroke, penyakit jantung pada saat dewasa (Gopinath, et al. 2011). Hipertensi mempunyai angka kejadian yang tinggi di dunia, begitu pula di Indonesia.

Kejadian hipertensi di Indonesia semakin bertambah dari tahun ke tahun (Rahmadani, 2012). Angka kejadian hipertensi di Indonesia tahun 2013 sebesar 25,8 % dan di Jawa Tengah pada tahun 2013 sebesar 26,4%. Pada remaja usia 15-17 tahun di Indonesia mencapai 8,3% (Riskesdas, 2013). Pada usia 15-17 tahun menurut Joint National Committee (JNC) VII tahun 2013 didapatkan prevalensi nasional sebesar 5,3% (laki-laki 6,0% dan perempuan 4,7%), pedesaan (5,6%) lebih tinggi dari perkotaan (5,1%).

Salah satu faktor risiko hipertensi yang dapat dikontrol adalah obesitas. Akan, tetapi risiko hipertensi pada seseorang yang mengalami obesitas 2-6 kali lebih tinggi dibanding seseorang dengan berat badan normal. Obesitas dikaitkan dengan kegemaran mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak. Obesitas dapat meningkatkan risiko 5 terjadinya hipertensi karena beberapa sebab. Semakin besar massa tubuh, semakin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Kemudian, volume darah yang beredar melalui pembuluh darah menjadi meningkat sehingga memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri. Kelebihan berat badan juga meningkatkan frekuensi denyut jantung dan kadar insulin dalam darah. Peningkatan insulin menyebabkan tubuh menahan natrium dan air (Yundini, 2006). Gaya hidup yang tidak sehat dapat menyebabkan hipertensi. Kurangnya aktivitas fisik berdampak pada kurang lancarnya aliran darah. Penyempitan dan penyumbatan oleh lemak dapat memacu jantung untuk memompa darah lebih kuat untuk memasok kebutuhan darah ke jaringan, akibatnya tekanan darah akan meningkat (Abd. Farid Lewa, dkk, 2010). Penelitian di Semarang menunjukkan bahwa hipertensi pada remaja lebih banyak ditemukan pada remaja yang tinggal di daerah perkotaan (Elkenans, 2009).

Status gizi juga berperan penting pada terjadinya hipertensi pada remaja. Risiko terkena hipertensi 3,6 kali lebih besar pada remaja yang kelebihan berat badan dan 14 kali lebih besar pada remaja yang mengalami obesitas dibandingkan dengan remaja yang mempunyai status gizi normal

(Zamorano, et al, 2009). Kebiasaan konsumsi makanan dihubungkan dengan gaya hidup. Sementara hipertensi usia remaja juga dihubungkan dengan gaya hidup. Rendahnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol juga dihubungkan dengan peningkatan tekanan darah pada remaja (Nielsen et al, 2003).

Beberapa penelitian telah membuktikan faktor risiko terhadap hipertensi. Penelitian terdahulu membuktikan bahwa status gizi berpengaruh pada tekanan darah remaja, obesitas, dan stress juga memengaruhi kejadian hipertensi (Mukhibbin, 2012).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara obesitas dengan hipertensi pada remaja di SMAN I Bergas Kabupaten Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara obesitas dengan hipertensi pada remaja di SMA N I Bergas Kabupaten Semarang?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara obesitas dengan hipertensi pada remaja di SMAN I Bergas Kabupaten Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan obesitas pada remaja di SMAN I Bergas Kabupaten Semarang.
- b. Mendeskripsikan hipertensi pada remaja di SMAN I Bergas Kabupaten Semarang.
- c. Menganalisis hubungan antara obesitas dengan hipertensi pada remaja di SMAN I Bergas Kabupaten Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Memberikan informasi khususnya untuk siswa/siswi sekolah dalam pencegahan penyakit tidak menular yaitu obesitas dan hipertensi dan lebih rajin untuk memantau status gizi agar tetap normal dalam menjaga kesehatan.

2. Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi yang dapat dipertimbangkan dalam bahan ajar untuk mendidik siswa dalam upaya pencegahan penyakit tidak menular seperti obesitas dan hipertensi dan lebih sadar akan kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

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