

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara berkepanjangan.¹ Menurut Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia (PERKI) 2015, hipertensi dapat ditegakkan berdasarkan tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg.² Secara global, diperkirakan 26% populasi di dunia menderita hipertensi dan diperkirakan prevalensinya akan meningkat menjadi 29% pada tahun 2025.³

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok umur ≥ 18 tahun ditemukan sebesar 25,8%.¹ Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti usia, ras, gender, konsumsi garam yang tinggi, dan lain-lain. Konsumsi garam yang tinggi dapat memperburuk kondisi hipertensi.^{4,5} Hipertensi dapat menyebabkan sejumlah komplikasi seperti *stroke*, serangan jantung, gagal jantung, dan gagal ginjal.⁶⁻⁹

Lemak merupakan salah satu makronutrien yang dapat menghasilkan energi. Selain menghasilkan energi, lemak juga berfungsi memasok asam lemak esensial, membantu absorpsi vitamin, sebagai pelindung organ. Berdasarkan kejenuhannya, lemak dapat diklasifikasikan atas lemak jenuh dan tidak jenuh. Lemak tidak jenuh dapat diklasifikasikan lagi jadi asam lemak tidak jenuh tunggal (*Monounsaturated fatty acid/MUFA*) dan asam lemak tidak jenuh ganda (*polyunsaturated fatty acid/PUFA*).¹⁰ Berdasarkan penelitian, asupan MUFA yang adekuat dapat mencegah penyakit kardiovaskular. Menurut penelitian Lauszus et al (2001), asupan tinggi MUFA dapat dijadikan sebagai tatalaksana non-farmakologi untuk hipertensi.¹¹

Pengemudi bus merupakan salah satu kelompok pekerja yang beresiko terhadap penyakit kardiovaskular. Pola makan yang tidak sehat, merokok, kurangnya aktivitas fisik, merupakan gambaran gaya hidup yang terjadi pada kelompok tersebut. Berdasarkan Yook (2018) didapatkan 40,8% pengemudi bus mengalami

obesitas, 23,9% merokok, dan 37,6% kurang aktivitas fisik.¹² Sejauh ini belum ada penelitian yang melihat hubungan antara diet MUFA dengan hipertensi pada pengemudi bus. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian dengan topik tersebut.

1.2. Rumusan Masalah

1.2.1. Pernyataan Masalah

Tingginya prevalensi hipertensi di kelompok usia 20-60 tahun.

1.2.2. Pertanyaan Masalah

1. Bagaimana sebaran tekanan darah pada pengemudi bus antar kota.
2. Bagaimana sebaran asupan MUFA pada. Pengemudi bus antar kota.
3. Apakah ada hubungan antara asupan MUFA terhadap hipertensi pada pengemudi bus antar kota.

1.3. Hipotesis Penelitian

Ho: Terdapat hubungan antara asupan MUFA dengan hipertensi pada pengemudi bus antar kota di perusahaan GM Jakarta.

Ha: Tidak terdapat hubungan antara asupan MUFA dengan hipertensi pada pengemudi bus antar kota di perusahaan GM Jakarta.

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Menurunkan angka kejadian hipertensi pada pengemudi bus antar kota.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Diketuinya sebaran tekanan darah pada pengemudi bus antar kota di perusahaan GM Jakarta.
2. Diketuinya Asupan MUFA pada pengemudi bus antar kota di perusahaan GM Jakarta.
3. Diketuinya hubungan antara asupan MUFA dengan hipertensi pada pengemudi bus antar kota di perusahaan GM Jakarta.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Bagi subyek peneliti

Meningkatkan kesadaran pengemudi bus sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan terhadap hipertensi.

Meningkatkan pengetahuan pengemudi bus tentang peran asam lemak, MUFA, dalam mencegah hipertensi.

2. Bagi peneliti

Untuk Menerapkan ilmu pengetahuan yang didapat.

3. Bagi Institusi

Sebagai referensi dan informasi awal untuk penelitian lebih lanjut.