

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup individu akan berdampak pada permasalahan-permasalahan kesehatan. Pegawai pabrik pada umumnya memiliki aktivitas yang tinggi, kurang lebih selama 8 jam kerja efektif. Tingginya aktivitas selama bekerja membuat kebutuhan energi juga meningkat sehingga dibutuhkan asupan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi. Padatnya jadwal kerja serta tuntutan target yang harus dicapai juga membuat pegawai pabrik kurang memperhatikan masalah kesehatan.

Hipertensi merupakan suatu masalah kesehatan yang dapat menyebabkan penyakit-penyakit lain timbul apabila tidak ditangani dengan baik. Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Penyakit ini jika dibiarkan dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital seperti jantung dan ginjal (Riskedas, 2013). Penyakit hipertensi ditandai dengan meningkatnya tekanan darah di atas normal dan mengakibatkan peningkatan angka morbiditas dan mortalitas (Harahap dkk,2008).

Prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2013 untuk usia 18 tahun sebesar 26,5%, angka tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan hasil Riskedas tahun 2007 yaitu sebesar 31,7%, namun jumlah tersebut masih tinggi. Sedangkan di Jawa Tengah prevalensi hipertensi

tahun sebesar 26,4% ,hasil tersebut di dapatkan dari pengukuran dan menggunakan standar JNC VII. Hal tersebut menunjukkan bahwa prevalensi penderita tekanan darah tinggi di Jawa Tengah masih tinggi karena prevalensinya hampir sama dengan angka nasional. Kriteria hipertensi yang digunakan pada penetapan kasus merujuk pada kriteria diagnosis JNC VII, yaitu hasil pengukuran tekanan darah sistolik 140 mmHg atau tekanan darah diastolik 90 mmHg. Kriteria JNC VII hanya berlaku untuk umur 18 tahun, maka prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah dihitung hanya pada penduduk umur 18 tahun (Risikesdas, 2013).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi ,antara lain usia, status gizi, kebiasaan merokok, asupan natrium, kebiasaan olahraga, asupan kalium, asupan lemak, dan Indeks Masa Tubuh (IMT) (Febby dan Nanang, 2013). Salah satu cara agar tekanan darah dapat dijaga yaitu dengan cara menjaga asupan lemak dan menjaga IMT dalam rentang normal.

Tekanan darah yang tidak normal dapat dipengaruhi oleh asupan lemak yang berlebih. Asupan lemak akan meningkatkan kadar lipid dalam lipoprotein ,dengan meningkatnya kadar lipid akan meningkatkan pula resiko arteriosklerosis. Arteriosklerosis akan berakibat menurunkan ke elastisan pembuluh darah yang selanjutnya akan menyebabkan tekanan sistole naik. Arteriosklerosis juga berakibat dengan penyempitan pembuluh darah karena terbentuknya bercak-bercak pada dinding arteri yang selanjutnya menyebabkan tekanan diastole meningkat. Penelitian Ullly Aquarilia, 2007 menunjukkan bahwa asupan lemak total berkaitan

dengan tekanan sistolik dan diastolik. Hasil penelitian Sangadji (2014) di PT Bianglala Metropolitan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan tekanan darah. Didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden dengan asupan lemak lebih merupakan penderita hipertensi (73%) dan sebanyak 27% responden tidak menderita hipertensi. Penelitian Devi, 2016 pada Pegawai Negeri Sipil juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara asupan lemak dengan tekanan darah.

Indeks Masa Tubuh (IMT) erat kaitannya dengan status gizi seseorang, dikatakan seseorang memiliki kelebihan berat badan apabila $IMT > 25$. Indeks Masa Tubuh dapat menggolongkan seseorang terkena *overweight* atau berat badan berlebih. *Overweight* menyebabkan hipertensi dan hal tersebut tidak diragukan lagi karena berdasarkan beberapa penelitian, penurunan berat badan juga dapat menurunkan tekanan darah (Goodfriend dan Calhoun, 2004). Pada penderita obesitas, terjadi penumpukan lemak di beberapa bagian tubuh, penumpukan lemak tersebut akan mengganggu sirkulasi darah dan juga penyempitan pembuluh darah. Selain itu pada penderita obesitas aktivitas saraf simpatis juga meningkat. Hiperaktivitas simpatis akan mengakibatkan peningkatan tekanan darah karena berkaitan dengan fungsi saraf simpatis (Goodfriend dan Calhoun, 2004).

Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan tekanan darah juga dibuktikan pada penelitian Brown,dkk (2000) setengah dari populasi merupakan *overweight*. Prevalensi tekanan darah tinggi dan nilai mean dari sistole dan diastole juga meningkat seiring dengan peningkatan IMT.

Penelitian Wakabayashi (2004) pada 157.902 pekerja di Yamagata, Jepang juga menunjukkan adanya hubungan antara peningkatan IMT dengan tekanan darah pada pekerja. Peningkatan tekanan darah yang tidak normal akan menyebabkan terjadinya hipertensi pada pegawai pabrik yang berakibat menurunnya produktifitas kerja (Babba, 2007)

Produktifitas kerja pegawai pabrik erat kaitannya dengan pencapaian target kerja. Penurunan produktifitas kerja pegawai pabrik akan berakibat pada penurunan hasil produksi yang berdampak tidak tercapainya target produksi pabrik. PT Dewa Prabu selama satu minggu terakhir mampu memproduksi sebanyak 775 pcs atau 11.625 potong kain. Berdasarkan jumlah kain sudah tercapai target, tetapi terdapat 15 potong kain yang rusak sehingga tidak layak untuk dipasarkan.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada bulan Mei 2016 di PT. Dewa Prabu Surakarta sebanyak 25% karyawan tergolong hipertensi dan 50% karyawan tergolong pre-hipertensi. Dari hasil survey pendahuluan di dapatkan proporsi hipertensi sebesar 25% . Asupan lemak rata-rata pegawai pabrik yaitu sebesar 76,31 gram, angka tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan kebutuhan lemak rata-rata orang dewasa di Indonesia yaitu sebesar 71,67 gram atau 30% dari total kebutuhan energi. Hal ini berarti konsumsi lemak pada pegawai rata-rata >30%. Indeks Masa Tubuh (IMT) dari pegawai pabrik dengan kategori berat badan berlebih sebesar 13,33%.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti akan meneliti tentang asupan lemak total, Indeks Masa Tubuh dan tekanan darah pada

pegawai laki-laki bukan perokok bagian produksi di PT. Dewa Prabu Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana asupan lemak total, Indeks Massa Tubuh dan Tekanan Darah pada pegawai laki-laki bukan perokok bagian produksi di PT. Dewa Prabu Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui asupan lemak total, Indeks Massa Tubuh, dan tekanan darah pada pegawai laki-laki bukan perokok bagian produksi di PT. Dewa Prabu Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan lemak total pada pegawai laki-laki bukan perokok bagian produksi di PT. Dewa Prabu Surakarta
- b. Mendeskripsikan Indeks Masa Tubuh pada pegawai laki-laki bukan perokok bagian produksi di PT. Dewa Prabu Surakarta
- c. Mendeskripsikan tekanan darah pada pegawai laki-laki bukan perokok bagian produksi di PT. Dewa Prabu Surakarta

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Bagi Pegawai Pabrik

Memberikan informasi kepada karyawan mengenai asupan lemak total dan status gizi (IMT) dengan tekanan darah .

2. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai asupan lemak total, indeks massa tubuh dan tekanan darah.

3. Bagi peneliti lain

Diharapkan dapat memberikan wawasan serta dapat dijadikan referensi atau bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.