

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah merupakan suatu ukuran daya yang mengarahkan darah untuk mengalir melalui sirkulasi tubuh. Tekanan darah diperlukan tubuh untuk membawa oksigen dan zat gizi lain ke jaringan tubuh. Tanpa tekanan darah, energi dan nutrisi penting untuk jantung, otak, ginjal, dan organ-organ lain tidak dapat terpenuhi (Townsend,2010).

Dampak negatif kinerja pekerja akibat tekanan darah tinggi dapat dilihat dari menurunnya stamina, kecepatan kerja, dan kesigapan pekerja. Hal inilah yang memicu turunnya produktivitas pekerja dan dapat merugikan perusahaan. Seorang tenaga kerja dinilai produktif jika ia mampu menghasilkan barang atau jasa yang lebih banyak dari tenaga kerja lain untuk satuan waktu yang sama (Hafid, 2004).

Terdapat dua macam kelainan tekanan darah yaitu hipertensi atau tekanan darah tinggi dan hipotensi atau tekanan darah rendah (Anggara dan Nanang, 2013). Seseorang dikatakan hipertensi jika memiliki tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 160 mmHg (JNC VII, 2003).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia dan masih menjadi tantangan terbesar di Indonesia karena menjadi faktor risiko primer terjadinya penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal jantung (Martiani dan Lelyana, 2012). Menurut RISKESDAS tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada

umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 %.

Selanjutnya produktivitas kerja adalah jumlah output atau keluaran yang dihasilkan seseorang secara utuh dalam satuan waktu kerja yang meliputi kegiatan dalam mencapai hasil atau prestasi kerja bersumber dari penggunaan bahan secara efisien (Putra, 1990).

Hipertensi dan diabetes mellitus prioritas utama pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) di Jawa Tengah. Kasus tertinggi Penyakit Tidak Menular (PTM) pada tahun 2014 adalah hipertensi, dilaporkan terdapat kasus hipertensi sebesar 57,89%, sedangkan urutan kedua terbanyak adalah diabetes mellitus sebesar 16,53% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2014).

Gaya hidup dan faktor nutrisi adalah faktor yang mempengaruhi tekanan darah (Martiani, 2012). Gaya hidup merupakan faktor yang dapat dimodifikasi. Hal ini meliputi kebiasaan melakukan aktifitas fisik, merokok, minuman berkafein, dan mengonsumsi garam berlebihan, keterpaparan terhadap asap rokok, minum-minuman beralkohol. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi antara lain umur, keturunan (genetik), dan jenis kelamin (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2014).

Kafein merupakan salah satu zat antinutrisi yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia dan menjadi salah satu faktor risiko hipertensi. Kandungan kafein dapat meningkatkan tekanan darah melalui mekanisme biologi, yaitu ketika kafein mengikat reseptor adenosin kemudian mengaktifasi sistem saraf simpatik. Reseptor adenosin merupakan neuro-modulator yang mempengaruhi sistem saraf simpatik. Hal ini berdampak

pada vasokontruksi dan meningkatkan total resistensi perifer yang menyebabkan tekanan darah naik (Martiani dan Lelyana, 2012).

Konsumsi kefein sebesar 10 mg per kg berat badan secara signifikan meningkatkan kolesterol total, meningkatkan LDL dan menurunkan HDL darah (Adebayo *et al*, 2007). Kowalski (2010) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingginya kolesterol dengan kejadian hipertensi, karena itulah kafein kopi sering dikaitkan sebagai pemicu timbulnya hipertensi. Penelitian lain menunjukkan konsumsi kopi atau kafein dalam jangka pendek yaitu < 3 bulan secara teratur dapat meningkatkan tekanan darah (Guessos dkk, 2012).

Kafein merupakan zat antagonis reseptor adenosin sentral yang bisa mempengaruhi fungsi sistem saraf pusat dan mengakibatkan gangguan tidur. Penelitian sebelumnya yang dilakukan Drapeau *et al* (2006) meneliti efek penggunaan kafein 200 mg sebelum tidur menunjukkan hasil peningkatan dari onset tidur, penurunan jumlah jam tidur, dan perburukan kualitas tidur.

PT Tiga Serangkai Surakarta merupakan sebuah perusahaan penerbit dan percetakan. Perusahaan ini memiliki 260 karyawan. Konsumsi kafein menjadi salah satu alternatif para karyawan untuk menghilangkan rasa kantuk ketika bekerja. Kafein terdapat pada kopi, teh, *softdrink*, minuman berenergi, dan coklat (Liveina dan Artini, 2014). Kafein dalam kopi membuat seseorang tetap terjaga sepanjang waktu dengan cara menghambat aktivitas adenosin (Weinberg dan Bealer, 2010).

Hasil survei pendahuluan di PT Tiga Serangkai Surakarta, diperoleh hasil 25% menderita hipertensi dari 20 sampel yang diteliti. Berdasarkan

latar belakang di atas, mendorong penulis untuk melakukan penelitian mengenai hubungan asupan kafein dengan tekanan darah pekerja PT Tiga Serangkai Surakarta.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, masalah yang timbul dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara asupan kafein dengan tekanan darah pada pekerja bagian produksi di PT Tiga Serangkai Surakarta?”.

C. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan kafein dengan tekanan darah pada pekerja bagian produksi di PT Tiga Serangkai Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan jumlah konsumsi kafein pada pekerja di PT Tiga Serangkai Surakarta.
- b. Mendeskripsikan tekanan darah pada pekerja di PT Tiga Serangkai Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan asupan kafein dengan tekanan darah pekerja bagian produksi di PT Tiga Serangkai Surakarta.

D. MANFAAT

1. Bagi PT Tiga Serangkai Surakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak perusahaan untuk menyarankan pada pekerja dalam pengurangan konsumsi kafein.

2. Bagi Pekerja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi untuk mengetahui asupan kafein yang berkaitan dengan tekanan darah pekerja bagian produksi PT Tiga Serangkai Surakarta.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan mengenai hubungan asupan kafein dengan tekanan darah pekerja di PT Tiga Serangkai Surakarta.