

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1. Temuan Penelitian

Dari hasil analisis pada 136 responden pekerja laki-laki, didapatkan prevalensi hipertensi pada kelompok pekerja di Kota Mataram sebesar 77 (56,6%). Hasil penelitian ini lebih tinggi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sirait dan Riyadina pada tahun 2010 pada pekerja industri di kawasan Pulo Gadung dimana didapatkan hipertensi sebesar 22,8%.⁷ Bila dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rundengan pada tahun 2005, prevalensi hipertensi pada pekerja di Indonesia hanya 15,1%,²⁵ dan penelitian yang dilakukan oleh Harianto dan Pratomo pada tahun 2011 di kalangan pekerja Pelabuhan Tarakan sebesar 21,88%,²⁶ maka hipertensi pada pekerja di Kota Mataram cukup tinggi.

Banyak faktor risiko yang dapat mempengaruhi hipertensi. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari faktor yang tidak dapat dikontrol antara lain jenis kelamin, usia, genetik (riwayat penyakit kardiovaskular dalam keluarga), maupun faktor risiko yang dapat dikontrol seperti kurang olahraga, obesitas, stress, merokok, asupan garam, dan konsumsi alkohol.¹⁴

Pada penelitian ini, sebagian besar responden adalah laki-laki 136 (95,77%). Dimana pada perusahaan ini membutuhkan pekerja yang lebih kuat yang hanya dimiliki oleh para laki-laki. Ditemukan kasus hipertensi pada pekerja laki-laki 77 (56,6%). Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Harianto dan Pratomo dimana prevalensi hipertensi pada pekerja laki-laki 25% lebih tinggi daripada pekerja perempuan.²⁶ Namun didapatkan hasil berbeda pada penelitian yang dilakukan oleh Sirait dan Riyadina, dimana tidak ada perbedaan antara laki-laki dengan perempuan untuk menderita hipertensi.⁷ Setelah remaja, laki-laki cenderung lebih tinggi berisiko hipertensi daripada perempuan, perbedaan ini baru jelas terlihat pada orang dewasa dan setengah baya.²⁶ Pada pekerja tekanan pekerjaan memungkinkan mereka menderita hipertensi lebih tinggi daripada perempuan.⁷

Pada penelitian ini, didapatkan prevalensi hipertensi yang terbanyak pada kelompok usia 20-40 tahun sebesar 48 (45,8%), pada usia 41-60 tahun naik menjadi 27 (72,2%), dan semakin tinggi pada usia > 60 sebesar 2 (100%) yang menderita hipertensi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harianto dan Pratomo didapatkan responden yang berusia lebih dari 42 tahun sebesar 41,67% menderita hipertensi.²⁶ Meningkatnya risiko sesuai dengan penambahan usia karena perubahan struktur pembuluh darah besar, sehingga lumen menjadi sempit dan kaku yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah sistolik.²²

Pada 26 responden yang obesitas, ternyata semuanya 26 (100%) menderita hipertensi. Obesitas menyebabkan kerja jantung dan kebutuhan oksigen meningkat, sehingga curah jantung dan sirkulasi volume darah pada penderita hipertensi lebih tinggi daripada penderita yang tidak obesitas.^{9,10} Hasil penelitian ini lebih tinggi daripada penelitian yang dilakukan oleh Sirait dan Riyadina yang menemukan kejadian hipertensi pada pekerja yang obesitas sebanyak 40,3%.⁷

Pada 25 responden yang mengonsumsi alkohol didapatkan 19 (76%) menderita hipertensi. Ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggara dan Prayitno pada tahun 2012 di Puskesmas Telaga Murni mendapatkan responden yang mengonsumsi alkohol dan menderita hipertensi sebesar 71,4%. Namun menurut Depkes RI tahun 2006 dalam penelitian yang dilakukan oleh Anggara dan Prayitno mengatakan tekanan darah akibat alkohol belum diketahui secara jelas. Namun diduga peningkatan kortisol dan peningkatan sel darah merah serta kekentalan darah berperan dalam menaikkan tekanan darah.²⁷

Pada 35 responden yang mengalami stres berlebihan didapatkan sebanyak 26 (74,3%) menderita hipertensi. Stres yang berkepanjangan mengakibatkan tekanan darah meningkat dan menetap. Karena stres dapat merangsang kelenjar anak ginjal untuk melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat dan kuat sehingga tekanan darah meningkat.¹⁹ Oleh karena itu melalui olahraga yang teratur menyebabkan pelepasan

katekolamin dan berkurangnya sensitivitas adrenoreseptor sehingga dapat menurunkan tekanan darah.¹⁶ Ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rundengan didapatkan pekerja yang mengalami yang stres kerja berat berisiko 1,55 kali menderita hipertensi dibandingkan dengan pekerja yang tidak mengalami stres.⁷

Pada 86 responden yang memiliki riwayat keluarga didapatkan sebanyak 60 (69,8%) menderita hipertensi. Ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Harianto dan Pramono, dimana responden yang memiliki riwayat keluarga hipertensi sebesar 31,25% menderita hipertensi.²⁶ Dampak dari faktor genetik dapat menyebabkan kelainan fungsi membran sel, Garay (1990) telah membuktikan adanya efek traspor Na^+ dan atau Ca^+ lewat membran sel, sehingga menyebabkan peninggian volume intravaskuler.⁸

Pada 84 responden yang merokok diperoleh sebanyak 56 (66,7%) menderita hipertensi. Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harianto dan Pramono didapatkan sebanyak 24,84% pekerja yang merokok menderita hipertensi.²⁶ Setiap batang rokok yang konsumsi mengandung kurang lebih 4000 zat kimia seperti: nikotin, CO, tar, N_2 , ammonia, dan asetaldehida serta berbagai zat pemicu kanker. Nikotin dapat menstimulus pengeluaran adrenalin sehingga akan menyebabkan peningkatan tekanan darah, serta peningkatan kontraksi otot jantung. Sedangkan CO dapat menyebabkan pembuluh darah menjadi kaku sehingga meningkatkan tekanan darah dan menyebabkan robeknya pembuluh darah.¹⁵

Pada 119 responden yang tidak melakukan olahraga secara rutin didapatkan sebanyak 70 (58,8%) menderita hipertensi. Ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggara dan Prayitno, diperoleh 67,7% responden yang tidak teratur berolahraga menderita hipertensi dan menunjukkan responden yang tidak olahraga secara teratur berisiko terkena hipertensi 44,1 kali dibandingkan dengan yang teratur berolahraga.²⁷ Olahraga teratur dapat menurunkan norepinefrin plasma yang berhubungan dengan perbaikan tekanan darah. Suatu teori mengatakan bahwa olahraga dapat merangsang produksi NO yang dihasilkan oleh endotel pembuluh

darah. Dimana NO dapat meningkatkan relaksasi otot polos dan menjaga pembuluh darah pada saat istirahat.¹⁵

Pada 70 responden yang memiliki asupan garam berlebih didapatkan sebanyak 39 (55,7%) menderita hipertensi. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggara dan Prayitno pada Puskesmas Telaga Murni diperoleh responden yang memiliki asupan garam berlebih lebih tinggi sebesar 61,3% menderita hipertensi. Namun terdapat perbedaan analisis dalam konsumsi asupan garam, dimana dalam penelitian yang dilakukan di Puskesmas Telaga Murni hanya menggunakan tiga subjek yang diteliti yaitu telur, ikan asin, dan mie instant, sedangkan pada penelitian ini menggunakan 10 subjek seperti garam dapur, penyedap makanan, bakmi, kecap asin, ikan asin, telur asin, ikan teri, udang kering, soto, dan bakso. Menurut Anggara dan Prayitno pada penelitian yang dilakukan oleh Tanjung pada tahun 2009 didapatkan responden yang sering mengonsumsi makanan tinggi natrium kasus hipertensinya lebih besar (58,3%) dibandingkan responden yang tidak sering mengonsumsi makanan tinggi natrium (56,1%).²⁷

5.2. Keterbatasan Penelitian

- Faktor perancu tidak dapat disingkirkan, karena peneliti tidak memasukkan risiko hipertensi lainnya, seperti: hipertensi sekunder, sindroma cushing, feokromositoma, kontrasepsi oral, obat-obatan.
- Faktor risiko merokok, alkohol, dan stres pada penelitian ini masih perlu diteliti lebih lanjut, karena sebagian besar sampel pada penelitian ini jenis kelamin laki-laki yang memiliki kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol dan stres yang jauh lebih tinggi daripada perempuan.
- Pada penelitian ini penulis menggunakan JNC VII, karena pada saat penyusunan proposal skripsi JNC 8 belum terbit.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari penelitian yang dilakukan terhadap 136 responden laki-laki mengenai faktor-faktor risiko pada hipertensi terhadap pekerja di Kota Mataram pada Agustus 2014 didapatkan kesimpulan berupa:

- 6.1.1 Diketahuinya responden yang menderita hipertensi sebanyak 77 orang (56,6%).
- 6.1.2 Diketahui urutan berdasarkan besar faktor risiko hipertensi pada penelitian ini adalah obesitas 26 (100%), alkohol 19 (76%), stres 26 (74,3%), dan merokok 56 (66,7%),.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa hal yang perlu dipertimbangkan untuk dilaksanakan, yaitu:

- Kepada responden:
Menganjurkan untuk menghindari dan mengurangi konsumsi minuman beralkohol, rokok, asupan garam berlebihan, dan mengusahakan agar rutin berolahraga minimal 3 kali seminggu dengan durasi minimal 30 menit untuk mengurangi risiko hipertensi.
- Kepada perusahaan:
Memberikan sosialisasi kepada para karyawan mengenai faktor risiko hipertensi dan bahaya hipertensi.
- Kepada peneliti:
Meneliti lebih lanjut dengan jumlah sampel lebih besar dan dengan menggunakan metode analitik.