

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas merupakan masalah gizi yang dapat menyebabkan berbagai kondisi penyakit degenerasi dan metabolik. Orang dengan obesitas merupakan hasil dari penimbunan lemak yang berlebihan dari yang dibutuhkan oleh tubuh akibat pola makan yang tidak seimbang.⁽¹⁾ Menurut *World Health Organization* (WHO) obesitas didefinisikan sebagai suatu abnormal atau berlebihnya akumulasi lemak yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Orang dengan obesitas pada waktu usia muda akan sangat berpotensi menyebabkan penyakit terlebih kusus yang berhubungan dengan kardiovaskular.⁽²⁾

Untuk dapat mengetahui orang tersebut menderita obesitas, kita dapat mengukur menggunakan BMI (*Body Mass Index*). BMI merupakan ukuran yang biasanya digunakan untuk menilai proposionalitas antara tinggi dan berat badan seseorang. Perhitungannya yaitu berat badan (kilogram) dibagi dengan tinggi (meter). Dengan cara ini kita dapat mengetahui ukuran berat badan yang proposional. Jika hasil BMI dibawah 18.5 termasuk dalam golongan kurus, 18.5-24.9 termasuk normal, 25.0-29.9 termasuk berat badan berlebih/*overweight*, 30.0 ke atas termasuk obesitas.⁽³⁾

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi dimana kekuatan darah yang mengalir di pembuluh darah kita secara konstan meningkat. Setiap

kali jantung kita memompa darah akan didorong melewati dinding-dinding pembuluh darah kita.⁽⁴⁾ Jika kita mengukur tekanan darah pada orang normal akan menunjukkan hasil sistolik 100-120 mmHg dan diastol 70-80 mmHg, diatas dari nilai normal tersebut dikategorikan sebagai hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hipertensi dapat menyebabkan berbagai jenis penyakit sampai yang paling fatal yaitu kematian. Mulai dari penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke hemoragik, dan sebagainya.⁽⁵⁾

Obesitas dapat menimbulkan terjadinya hipertensi melalui berbagai mekanisme, baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung obesitas dapat menyebabkan peningkatan *cardiac output* karena makin besar massa tubuh makin banyak pula jumlah darah yang beredar sehingga curah jantung ikut meningkat. Sedangkan secara tidak langsung melalui perangsangan aktivitas system saraf simpatis dan *Renin Angiotensin Aldosteron System* (RAAS) oleh mediator-mediator seperti hormon, sitokin, adipokin, dan sebagainya. Salah satunya adalah hormon aldosterone yang terkait erat dengan retensi air dan natrium sehingga volume darah meningkat.⁽⁶⁾

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada mahasiswa/i angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia, banyak dari mereka yang berisiko mengalami peningkatan berat badan. Akan tetapi, sebagian besar subjek dari penelitian mengerti bagaimana cara menjaga berat badan agar tetap ideal. Dari hasil studi pendahuluan, mahasiswa/i angkatan 2015 belum mengerti pola makan yang sehat dimana pola makan yang sehat ini

dapat mengurangi resiko terjadinya obesitas. Banyak dari mereka yang masih sering mengonsumsi makanan-makanan cepat saji (*fastfood*), makan makanan yang tinggi akan lemak seperti goreng-gorengan (tahu goreng, tempe goreng, dll), dan sering mengonsumsi daging-dagingan. Tentunya pola makan yang seperti itu bisa menyebabkan peningkatan berat badan. Dari hasil studi pendahuluan juga bisa dilihat mahasiswa/i ini masih kurang dalam berolahraga/beraktifitas fisik. Dan banyak juga dari mereka yang lupa atau tidak sarapan pagi sebelum beraktivitas dimana hal ini juga akan menyebabkan peningkatan berat badan. Faktor internal juga berperan penting dalam terjadinya obesitas, Faktor internal disini adalah faktor genetik. Dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, banyak dari mereka yang orang tuanya mengalami berat badan berlebih. Tentunya ini akan diturunkan ke anak-anak mereka.

Untuk lebih mendalami hubungan antara obesitas dengan hipertensi, peneliti ingin melakukan penelitian pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. Dan diharapkan dari hasil penelitian ini mahasiswa/i sadar akan pentingnya menjaga berat badan mereka agar tetap ideal mulai dengan memperbaiki gaya hidup sehat yaitu mengubah pola makan mereka, sehingga dapat mencegah terjadinya tekanan darah tinggi atau hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh obesitas dengan terjadinya hipertensi pada mahasiswa/i angkatan 2015 di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk membuktikan hubungan antara obesitas dengan hipertensi pada mahasiswa/i angkatan 2015 di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui prevalensi obesitas pada mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia berdasarkan kriteria *Body Mass Index*.
- b. Mengetahui prevalensi penderita hipertensi pada mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
- c. Mengetahui prevalensi penderita obesitas yang hipertensi angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

Menambah pengetahuan tentang kasus obesitas dan hipertensi yang terjadi di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.

1.4.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan referensi untuk peneliti yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai obesitas dan hipertensi.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan bacaan bagi instansi dan dapat digunakan dalam kegiatan proses belajar.

1.5 Hipotesis

Terdapat hubungan antara obesitas dengan terjadinya hipertensi pada mahasiswa/i angkatan 2015 di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.