

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan kondisi medis kronis yang ditandai oleh peningkatan tekanan darah arteri secara persisten akibat gangguan mekanisme regulasi tekanan darah dalam tubuh (Sari et al., 2023). Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi penyebab utama penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal di dunia (Mills et al., 2020). Menurut pedoman European Society of Hypertension (ESH), seseorang dikategorikan mengalami hipertensi apabila memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang diperoleh melalui pengukuran berulang dalam kondisi yang terstandar (Mancia et al., 2023).

Secara global, sekitar 1,4 miliar penduduk dewasa hidup dengan hipertensi, dengan sebagian besar kasus terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2025). Di Asia Tenggara, prevalensi hipertensi mencapai 33,82% (Mohammed Nawi et al., 2021). Sedangkan di Indonesia prevalensinya sebesar 30,8% pada penduduk usia ≥ 18 tahun (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi dipengaruhi oleh faktor yang tidak dapat diubah, seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga, serta faktor yang dapat diubah, seperti konsumsi natrium, aktivitas fisik, obesitas, merokok, konsumsi alkohol, dan kualitas tidur. Berbagai faktor tersebut telah terbukti berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi (Adeke et al., 2022; Kakoma et al., 2026; Nurhikmawati et al., 2024; Prahassiwi & Sukendra, 2025).

Kelompok pekerja merupakan salah satu populasi yang rentan mengalami hipertensi karena berbagai tuntutan pekerjaan yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan. Durasi kerja yang panjang, kurangnya waktu istirahat, stres kerja, dan pola hidup yang tidak sehat telah dilaporkan berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan resistensi pembuluh darah, mengganggu keseimbangan sistem kardiovaskular, dan menyebabkan peningkatan tekanan darah sehingga meningkatkan risiko hipertensi (Dewati et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan dan karakteristik pekerjaan dapat berperan penting dalam terjadinya hipertensi. Salah satu kelompok pekerja yang memiliki karakteristik tersebut adalah pengemudi ojek online. Perkembangan teknologi digital telah mendorong pertumbuhan transportasi berbasis aplikasi di Indonesia dan meningkatkan jumlah pengemudi ojek online di berbagai kota, termasuk Kota Medan, sehingga profesi ini menjadi salah satu sektor pekerjaan informal yang terus berkembang. Sistem kerja yang fleksibel mendorong banyak pengemudi bekerja dalam durasi yang panjang untuk memperoleh pendapatan yang lebih tinggi (Saptono Fahrurrozi et al., 2024).

Selain itu, pengemudi transportasi berbasis aplikasi cenderung menghabiskan sebagian besar waktu kerjanya dalam posisi duduk selama berjam-jam akibat durasi kerja yang panjang (Guilarducci et al., 2023). Jam kerja yang panjang dan tuntutan untuk memperoleh pendapatan juga dapat menyebabkan terbatasnya waktu istirahat dan pemulihan tubuh (Jaydarifard et al., 2026). Ketidakpastian pendapatan serta karakteristik pekerjaan menyebabkan banyak pengemudi memiliki pola makan yang tidak teratur (Sagi et al., 2022). Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko hipertensi melalui mekanisme peningkatan stres, gangguan kualitas tidur, penurunan aktivitas fisik, dan paparan berbagai faktor risiko kardiovaskular lainnya.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa usia merupakan faktor risiko yang berhubungan dengan peningkatan kejadian hipertensi karena proses penuaan menyebabkan penurunan

elastisitas pembuluh darah dan peningkatan kekakuan arteri yang berkontribusi terhadap kenaikan tekanan darah (Connelly et al., 2022). Obesitas juga diketahui meningkatkan risiko hipertensi melalui peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, resistensi insulin, serta aktivasi sistem renin-angiotensin yang menyebabkan peningkatan tekanan darah (Jung & Ihm, 2023). Aktivitas fisik yang rendah berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi karena berkurangnya kemampuan tubuh dalam menjaga fungsi kardiovaskular dan mengontrol tekanan darah secara optimal (X. Cheng et al., 2022).

Kualitas dan durasi tidur yang buruk berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi melalui gangguan regulasi neuroendokrin dan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis yang memengaruhi fungsi kardiovaskular serta pengendalian tekanan darah (Bigalke et al., 2022). Konsumsi kopi yang berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah melalui efek kafein yang merangsang aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah (Butler et al., 2023). Selain itu, durasi kerja yang panjang dilaporkan berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi karena dapat menyebabkan stres kronis, kelelahan, serta berkurangnya waktu istirahat dan pemulihan tubuh yang berdampak pada gangguan kesehatan kardiovaskular (Watanabe et al., 2022). Berbagai faktor tersebut banyak ditemukan pada pengemudi ojek online sehingga berpotensi meningkatkan risiko hipertensi pada kelompok pekerja tersebut.

Meskipun berbagai penelitian telah mengidentifikasi faktor risiko hipertensi pada populasi pekerja, kajian yang secara khusus meneliti faktor risiko hipertensi pada pengemudi ojek online di Kecamatan Medan Timur masih terbatas. Padahal, karakteristik pekerjaan dan pola hidup pengemudi ojek online berpotensi meningkatkan risiko hipertensi. Selain itu, penelitian yang menganalisis secara simultan faktor risiko yang dapat diubah dan tidak dapat diubah pada kelompok pekerja tersebut masih belum banyak dilakukan. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan terhadap 32 pengemudi ojek online di Kecamatan Medan Timur, ditemukan bahwa sebanyak 23 orang (71,9%) mengalami hipertensi.

Selain itu, sebagian besar pengemudi yang tidak melakukan aktivitas fisik secara rutin juga mengalami hipertensi. Temuan ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang cukup tinggi pada pengemudi ojek online di wilayah tersebut dan memerlukan perhatian lebih lanjut. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berperan terhadap kejadian hipertensi sehingga dapat menjadi dasar dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi pada kelompok pekerja sektor transportasi berbasis aplikasi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah mengidentifikasi faktor-faktor risiko apakah yang mempengaruhi peningkatan hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis faktor risiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui frekuensi faktor risiko yang tidak dapat diubah (genetik, usia, dan jenis kelamin) terhadap kejadian hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur.
2. Untuk mengetahui frekuensi faktor risiko yang dapat diubah (konsumsi natrium, obesitas, konsumsi alkohol, aktivitas fisik, waktu bekerja, pola tidur, merokok) terhadap kejadian hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur.
3. Untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko yang tidak dapat diubah (genetik, usia, dan jenis kelamin) terhadap kejadian hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur.
4. Untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko yang dapat diubah (konsumsi natrium, obesitas, konsumsi alkohol, aktivitas fisik, waktu bekerja, pola tidur, merokok) terhadap kejadian hipertensi pada pengemudi ojek online di wilayah Kecamatan Medan Timur.
5. Untuk mengetahui faktor risiko yang paling dominan berhubungan terhadap kejadian hipertensi yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa temuan pada penelitian ini dapat memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai variabel-variabel yang mempengaruhi hipertensi serta dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan meningkatkan kesehatan masyarakat.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi Kesehatan Masyarakat
Memberikan informasi untuk bidang kesehatan masyarakat dalam pembuatan kebijakan terkait masalah kesehatan pada pengemudi ojek online.
- b) Bagi Pengemudi Ojek Online
Memberikan manfaat yang signifikan bagi pengemudi ojek online untuk meningkatkan kesadaran akan faktor risiko penyebab hipertensi dan membantu mengatur gaya hidup serta melakukan pencegahan dini melalui pemeriksaan berkala.
- c) Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian mengenai topik serupa di masa depan, terutama dalam kontribusi masalah kesehatan pada pengemudi ojek online.