

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Kondisi lokasi penelitian**

Penelitian tentang faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dilaksanakan di Pantai Kuta. Pantai Kuta merupakan kawasan wisata yang terkenal di Bali terletak di sebelah Barat Pulau Bali, tepatnya di Kecamatan Kuta dengan luas pantai yaitu 195.438,612763 m<sup>2</sup> dengan batas yaitu batas Utara Pantai Legian, batas Barat Samudera Hindia, batas Selatan Pantai Tuban, batas Timur jalan raya dan permukiman penduduk (Lasmini, 2012).

Pantai Kuta sudah dikenal sebagai daerah wisata semenjak pariwisata mulai berkembang di Bali. Kuta yang dulunya adalah sebuah desa nelayan telah mengalami perkembangan yang sangat pesat sejak wisatawan tertarik dengan keindahan Pantai Kuta yang berpasir putih, berombak, dan memiliki pemandangan matahari terbenam yang indah. Pada tahun 1960, kawasan Pantai Kuta merupakan tempat persinggahan bagi wisatawan mancanegara yang akan melaksanakan perjalanan ke Eropa, kemudian pada tahun 1970, kawasan ini berkembang sebagai koloni *hippies*, yaitu wisatawan *backpackers* yang datang dari seluruh belahan dunia dengan membawa gaya hidup bebas. Pada tahun 1980, kawasan ini berkembang menjadi kawasan khusus untuk wisatawan Australia yang berselancar. Pada tahun 1990, kawasan Pantai Kuta mulai sangat terkenal, sampai sekarang (Lasmini, 2012).

Wisatawan mulai ramai berkunjung ke Pantai Kuta dari pukul 13.00 wita sampai dengan matahari terbenam kira-kira pukul 18.30 wita. Kawasan wisata

Pantai Kuta terdapat sarana seperti kios-kios makanan, tempat parkir yang memadai, pusat informasi yang berfungsi menginformasikan kondisi yang ada di pantai Kuta, fasilitas penyewaan seperti penyewaan papan *surfing*, *shelter*. Pos keamanan, yang terdiri dari Pos Badan Penyelamat Wisata Air (Balawista), Pos Polisi pantai dan Pos Satuan Tugas (Satgas). Sarana kebersihan seperti tempat sampah dan petugas kebersihan yang setiap hari melakukan kebersihan di area pantai. Toilet umum, pasar seni yang ada di area Pantai Kuta dan juga terdapat fasilitas akomodasi yang sangat dekat dengan Pantai Kuta (Lasmini, 2012).

Kegiatan yang bisa dilakukan oleh wisatawan yang berkunjung ke Pantai Kuta yaitu berselancar, berenang, berjemur, melihat matahari terbenam, berjalan jalan di area pantai, dan berbelanja cendera mata serta barang-barang khas Bali seperti lukisan, patung, kain. Pijat tradisional dan layanan kuncir rambut, pemberian asesoris pada kuku (*nail art*), *body painting*, maupun olahraga seperti voli pantai. Terdapat beberapa kelompok jenis pekerjaan di Pantai Kuta yang bersifat *profit oriented*, diantaranya pedagang kaki lima, pedagang acung dan pedagang pasar seni (Lasmini, 2012).

## **2. Hasil pengamatan terhadap responden berdasarkan data demografi**

Sampel dalam penelitian ini adalah pekerja pariwisata yang ada di Pantai Kuta yang memiliki riwayat dan atau sedang mengalami hipertensi, dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebanyak 56 responden. Adapun karakteristik responden adalah sebagai berikut :

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 3  
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Usia	frekuensi (f)	presentase (%)
17-25 tahun	1	1,8
26-35 tahun	5	8,9
36-45 tahun	13	23,2
46-55 tahun	27	48,2
56-65 tahun	10	17,9
Jumlah	56	100

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 56 responden, sebagian besar responden berada pada masa lansia awal dengan rentang usia 46 - 55 tahun yaitu 27 responden (48,2%).

b. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4  
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Jenis Kelamin	frekuensi (f)	presentase (%)
Laki-laki	31	55,4
Perempuan	25	44,6
Jumlah	56	100

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 56 responden, frekuensi yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 31 responden (55,4 %).

c. Karakteristik berdasarkan tingkat pendidikan

Tabel 5  
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Tingkat Pendidikan	frekuensi (f)	presentase (%)
Tidak sekolah	1	1,8
Dasar	36	64,3
Menengah	19	33,9
Jumlah	56	100

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 56 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SD yaitu 22 responden (39,3%).

d. Karakteristik berdasarkan lama bekerja

Tabel 6  
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Lama bekerja	frekuensi (f)	persentase (%)
1-7 tahun	4	7
8-14 tahun	8	14
15-21 tahun	18	32
22-28 tahun	2	4
29-35 tahun	24	43
Jumlah	56	100,00

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 56 responden, 24 responden (39,3%) memiliki lama bekerja antara rentang waktu 29-35 tahun.

### 3. Hasil pengamatan terhadap obyek penelitian berdasarkan variabel penelitian

Hasil pengamatan terhadap obyek penelitian berdasarkan variabel penelitian mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata di Pantai Kuta dapat dilihat sebagai berikut:

#### a. Merokok

##### 1) Jumlah responden yang merokok

Tabel 7  
Distribusi Responden yang Merokok  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Merokok	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	36	64,3
Ya	20	35,7
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel diatas dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 20 responden (35,7%) merokok.

##### 2) Faktor risiko merokok berdasarkan jumlah batang rokok yang dikonsumsi

Tabel 8  
Faktor Risiko Merokok Berdasarkan Jumlah Batang Rokok yang Dikonsumsi  
sebagai Penyebab Terjadinya Hipertensi pada Pekerja Pariwisata  
di Pantai Kuta Bulan Mei Tahun 2016

Jumlah batang rokok	frekuensi (f)	persentase (%)
$\geq 20$ batang dalam sehari	17	85
$<20$ batang dalam sehari	3	15
Jumlah	20	100,0

Berdasarkan data pada tabel 8 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang merokok, 17 responden (85%) merokok lebih dari atau sama dengan 20 batang dalam sehari.

3) Faktor risiko merokok berdasarkan lama merokok

Tabel 9  
Faktor Risiko Merokok Berdasarkan Lama Merokok sebagai Penyebab Terjadinya Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Bulan Mei Tahun 2016

Lama merokok	frekuensi (f)	persentase (%)
≥ 10 tahun	18	90
<10 tahun	2	10
Jumlah	20	100,0

Berdasarkan data pada tabel 9 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang merokok, 18 responden (90%) merokok sudah lebih dari atau sama dengan 10 tahun.

4) Faktor risiko merokok berdasarkan jenis rokok

Tabel 10  
Faktor Risiko Merokok Berdasarkan Jenis Rokok sebagai Penyebab Terjadinya Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Bulan Mei Tahun 2016

Jenis rokok	frekuensi (f)	persentase (%)
Tanpa Filter	18	90
Filter	2	10
Jumlah	20	100,0

Berdasarkan data pada tabel 10 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang merokok, 18 responden (90%) responden merokok dengan jenis rokok tanpa filter.

5) Faktor risiko merokok penyebab hipertensi

Tabel 11  
Faktor Risiko Merokok sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja  
Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat faktor risiko merokok	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	39	69,6
Ya	17	30,4
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 11 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 17 responden (30,4%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko merokok.

b. Konsumsi alkohol

1) Jumlah responden yang mengonsumsi alkohol

Tabel 12  
Distribusi Responden yang Mengonsumsi Alkohol  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Konsumsi alkohol	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	39	69,6
Ya	17	30,4
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 12 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 17 responden (30,4%) yang mengonsumsi alkohol.

- 2) Faktor risiko konsumsi alkohol berdasarkan kebiasaan mengonsumsi alkohol setiap hari.

Tabel 13  
Faktor Risiko Konsumsi Alkohol Berdasarkan Kebiasaan Setiap Hari  
Mengonsumsi Alkohol sebagai Penyebab Terjadinya Hipertensi  
pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta  
Bulan Mei Tahun 2016

Setiap hari mengonsumsi alkohol	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	11	64,70
Ya	6	35,30
Jumlah	17	100,0

Berdasarkan data pada tabel 13 dapat dilihat bahwa dari 17 responden yang mengonsumsi alkohol, 6 responden (35,30%) mengonsumsi alkohol setiap hari.

- 3) Faktor risiko konsumsi alkohol berdasarkan jumlah alkohol yang dikonsumsi setiap hari.

Tabel 14  
Faktor Risiko Konsumsi Alkohol Berdasarkan Jumlah Alkohol yang Dikonsumsi  
Setiap Hari sebagai Penyebab Terjadinya Hipertensi  
pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta  
Bulan Mei Tahun 2016

Jumlah alkohol yang dikonsumsi	frekuensi (f)	persentase (%)
>2 gelas	5	29,42
≤ 2 gelas	12	70,58
Jumlah	17	100,0

Berdasarkan data pada tabel 14 dapat dilihat bahwa dari 17 responden yang biasa mengonsumsi alkohol, 5 responden (29,42%) mengonsumsi alkohol lebih dari 2 gelas sehari.

4) Faktor risiko konsumsi alkohol penyebab hipertensi

Tabel 15  
Faktor Risiko Konsumsi Alkohol sebagai Penyebab Hipertensi pada  
Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat faktor risiko konsumsi alkohol	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	52	92,9
Ya	4	7,1
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 15 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 4 responden (7,1%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko alkohol.

c. Olahraga

1) Faktor risiko olahraga berdasarkan kebiasaan berolahraga setiap hari

Tabel 16  
Faktor Risiko Olahraga Berdasarkan Kebiasaan Berolahraga Setiap Hari  
sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Berolahraga setiap hari	frekuensi (f)	persentase (%)
Ya	24	42,9
Tidak	32	57,1
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 16 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 32 responden (57,1%) tidak biasa berolahraga setiap hari. Semua responden tidak biasa berolahraga 30 menit sehari dan jumlah berolahraga 3 kali seminggu.

2) Faktor risiko olahraga berdasarkan aktivitas kerja

Tabel 17  
Faktor Risiko Olahraga Berdasarkan Aktivitas Kerja sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Aktivitas kerja	frekuensi (f)	persentase (%)
Berjalan	27	48,2
Duduk	29	51,8
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 17 dapat dilihat bahwa dari 56 responden yang mengalami hipertensi, 29 responden (51,8%) memiliki aktivitas bekerja hanya duduk.

3) Faktor risiko olahraga sebagai penyebab terjadinya hipertensi

Tabel 18  
Faktor Risiko Olahraga Sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat faktor risiko olahraga	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	28	50
Ya	28	50
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 18 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 28 responden (50%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko olahraga,

d. Konsumsi garam berlebih

- 1) Faktor risiko konsumsi garam berlebih berdasarkan kebiasaan mengonsumsi makanan asin

Tabel 19  
Faktor Risiko Konsumsi Garam Berlebih Berdasarkan Kebiasaan  
Mengonsumsi Makanan Asin sebagai Penyebab Hipertensi  
Pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten  
Badung Bulan Mei Tahun 2016

Kebiasaan mengonsumsi makanan asin	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	19	33,9
Ya	37	66,1
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 19 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 37 responden (66,1%) biasa mengonsumsi makanan asin.

- 2) Faktor risiko konsumsi garam berlebih berdasarkan kebiasaan menambahkan garam ke dalam makanan

Tabel 20  
Faktor Risiko Konsumsi Garam Berlebih Berdasarkan Kebiasaan Menambahkan  
Garam ke Dalam Makanan sebagai Penyebab Hipertensi pada  
Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten  
Badung Bulan Mei Tahun 2016

Kebiasaan menambahkan garam ke dalam makanan	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	7	18,9
Ya	30	81,1
Jumlah	37	100,0

Berdasarkan data pada tabel 20 dapat dilihat bahwa dari 37 responden yang biasa mengonsumsi makanan asin, 30 responden (81,1%) biasa menambahkan garam ke dalam makanannya.

- 3) Faktor risiko konsumsi garam berlebih berdasarkan jumlah garam yang di konsumsi sehari

Tabel 21  
Faktor Risiko Konsumsi Garam Berlebih Berdasarkan Jumlah Garam yang Dikonsumsi Sehari sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Jumlah garam yang dikonsumsi sehari	frekuensi (f)	persentase (%)
$\geq 1$ sendok teh	27	73
$< 1$ sendok teh	10	27
Jumlah	37	100,0

Berdasarkan data pada tabel 21 dapat dilihat bahwa dari 37 responden yang biasa mengonsumsi garam, 27 responden (73%) mengatakan mengonsumsi garam lebih dari sama dengan 1 sendok teh.

- 4) Faktor risiko konsumsi garam berlebih sebagai penyebab hipertensi

Tabel 22  
Faktor Risiko Konsumsi Garam Berlebih sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat konsumsi garam berlebih	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	31	55,4
Ya	25	44,6
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 22 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 25 responden (44,6%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko konsumsi garam berlebih.

e. Konsumsi kopi

1) Faktor risiko konsumsi kopi berdasarkan kebiasaan mengonsumsi kopi

Tabel 23  
Faktor Risiko Konsumsi Kopi Berdasarkan Kebiasaan Mengonsumsi Kopi  
sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Kebiasaan mengonsumsi kopi	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	16	28,6
Ya	40	71,4
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 23 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 40 responden (71,4% ) menyatakan biasa minum kopi.

2) Faktor risiko konsumsi kopi berdasarkan mengonsumsi kopi setiap hari

Tabel 24  
Faktor Risiko Konsumsi Kopi Berdasarkan Mengonsumsi Kopi Setiap Hari  
sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Mengonsumsi kopi setiap hari	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	7	17,5
Ya	33	82,5
Jumlah	40	100,0

Berdasarkan data pada tabel 24 dapat dilihat bahwa dari 40 responden yang biasa mengonsumsi kopi, 33 responden (82,5%) menyatakan minum kopi setiap hari.

- 3) Faktor risiko konsumsi kopi berdasarkan jumlah kopi yang dikonsumsi setiap hari

Tabel 25  
Faktor Risiko Konsumsi Kopi Berdasarkan Jumlah Kopi yang Dikonsumsi Setiap Hari sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Jumlah kopi yang dikonsumsi setiap hari	frekuensi (f)	persentase (%)
≥ 3 cangkir sehari	10	25
< 3 cangkir sehari	30	75
Jumlah	40	100,0

Berdasarkan data pada tabel 25 dapat dilihat bahwa dari 40 responden yang biasa meminum kopi, 10 responden (25%) menyatakan meminum kopi lebih dari 3 cangkir sehari.

- 4) Faktor konsumsi kopi penyebab hipertensi

Tabel 26  
Faktor Risiko Konsumsi Kopi sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat faktor risiko konsumsi kopi	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	46	82,1
Ya	10	17,9
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 26 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 10 responden (17,9%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko konsumsi kopi.

f. Pola makan (konsumsi lemak)

1) Faktor pola makan (konsumsi lemak) berdasarkan kebiasaan makan makanan berlemak

Tabel 27  
Faktor Risiko Pola Makan (Konsumsi Lemak) Berdasarkan Kebiasaan Makan Makanan Berlemak sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Biasa makan makanan berlemak	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	14	25
Ya	42	75
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 27 dapat dilihat bahwa dari 56 responden yang mengalami hipertensi, 42 responden (75%) menyatakan biasa makan makanan berlemak.

2) Faktor pola makan (konsumsi lemak) berdasarkan kebiasaan makan makanan berlemak setiap hari

Tabel 28  
Faktor Risiko Pola Makan (Konsumsi Lemak) Berdasarkan Makan Makanan Berlemak Setiap Hari sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Makan makanan berlemak setiap hari	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	4	9,5
Ya	38	90,5
Jumlah	42	100,0

Berdasarkan data pada tabel 28 dapat dilihat bahwa dari 42 responden yang biasa makan makanan berlemak, 38 responden (90,5%) menyatakan biasa makan makanan berlemak setiap hari.

(a) Jenis makanan berlemak yang sering dikonsumsi

Tabel 29  
Jenis Makanan Berlemak yang Sering Dikonsumsi sebagai Penyebab  
Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta  
Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Jenis makanan berlemak	frekuensi (f)	persentase (%)
Daging	13	44,8
Jeroan	3	10,3
Daging dan gorengan	4	13,8
Daging dan jeroan	3	10,3
Gorengan dan jeroan	1	3,4
Daging gorengan dan jeroan	5	17
Jumlah	42	100,0

Berdasarkan data pada tabel 29 dapat dilihat bahwa dari 42 responden yang biasa makan makanan berlemak, 13 responden (44,8%) menyatakan biasa makan makanan berlemak setiap hari dengan jenis makanan berlemak berupa daging (babi, sapi, kambing).

- 3) Faktor pola makan (konsumsi lemak) berdasarkan makan makanan berlemak lebih banyak dibandingkan dengan sayur

Tabel 30  
Faktor Risiko Pola Makan (Konsumsi Lemak) Berdasarkan Makan Makanan Berlemak Lebih Banyak Dibandingkan Sayur sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Makan makanan berlemak lebih banyak dibandingkan sayur	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	12	28,6
Ya	30	71,4
Jumlah	42	100,0

Berdasarkan data pada tabel 30 dapat dilihat bahwa dari 42 responden yang biasa makan makanan berlemak, 30 responden (71,4%) menyatakan makan makanan berlemak lebih banyak dibandingkan sayur.

- 4) Faktor risiko pola makan (konsumsi lemak) sebagai penyebab hipertensi

Tabel 31  
Faktor Risiko Pola Makan (Konsumsi Lemak) sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten Badung Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat pola makan (konsumsi lemak)	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	27	48,2
Ya	29	52,8
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 31 dapat dilihat bahwa dari 56 responden sebanyak 29 responden (52,8%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko pola makan (konsumsi lemak).

g. Stres

Tabel 32  
Faktor Risiko Stress sebagai Penyebab Hipertensi pada Pekerja Pariwisata  
di Pantai Kuta Kabupaten Badung  
Bulan Mei Tahun 2016

Hipertensi akibat faktor risiko stress	frekuensi (f)	persentase (%)
Tidak	30	53,6
Ya	26	46,4
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 32 dapat dilihat bahwa dari 56 responden, 26 responden (46,4%) responden mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko stres.

h. Obesitas

Tabel 33  
Faktor Risiko Obesitas sebagai Penyebab Hipertensi pada  
Pekerja Pariwisata di Pantai Kuta Kabupaten  
Badung Bulan Mei Tahun 2016

Indeks massa tubuh (IMT)	frekuensi (f)	persentase (%)
$IMT < 27,5 \text{ kg/m}^2$	43	76,8
$IMT \geq 27,5 \text{ kg/m}^2$	13	23,2
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan data pada tabel 33 dapat dilihat bahwa dari 56 responden sebanyak 13 responden (23,2%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko obesitas.

## **B. Pembahasan Penelitian**

### **1. Faktor risiko penyebab hipertensi**

#### **a. Merokok**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden yang diteliti didapatkan 20 responden (35,7%) yang merokok, dari 20 responden yang merokok, 17 responden (85%) merokok lebih dari atau sama dengan 20 batang dalam sehari, dari 20 responden yang merokok, 18 responden (90%) merokok sudah lebih dari atau sama dengan 10 tahun, dari 20 responden yang merokok, 18 responden (90%) merokok dengan jenis rokok tanpa filter,

Hipertensi akibat faktor risiko merokok yaitu dari 56 responden, 17 responden (30,4%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko merokok. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa merokok merupakan salah satu faktor risiko penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata, hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mannan (2012) yang menyatakan perilaku merokok bermakna secara statistik atau dengan kata lain faktor risiko merokok merupakan faktor risiko penyebab hipertensi. Responden yang merokok  $\geq 20$  batang/hari dan lama merokok  $\geq 10$  tahun berisiko 2,32 kali untuk menderita hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak merokok atau merokok  $< 20$  batang/hari serta lama merokok  $< 10$  tahun. Menurut Setyanda (2015) Jenis rokok juga memiliki hubungan bermakna dengan kejadian hipertensi karena kandungan nikotin pada rokok tanpa filter lebih besar dari pada rokok dengan filter.

Zat kimia dalam tembakau dapat merusak lapisan dalam dinding arteri sehingga arteri lebih rentan terhadap penumpukan plak. Nikotin dalam tembakau

dapat membuat jantung bekerja lebih keras karena terjadi penyempitan pembuluh darah sementara. Selain itu, juga dapat meningkatkan frekuensi denyut jantung dan tekanan darah. Keadaan ini terjadi karena adanya peningkatan produksi hormon selama kita menggunakan tembakau, termasuk hormon epinefrin (adrenalin). Karbon monoksida dalam asap rokok akan menggantikan oksigen dalam darah. Akibatnya, tekanan darah meningkat karena jantung dipaksa bekerja lebih keras untuk memasok oksigen ke seluruh organ dan jaringan tubuh (Yulianti dan Sitanggang, 2006).

Menurut peneliti, faktor risiko merokok memang menjadi salah satu penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata, karena rokok mudah dijumpai dan kebiasaan merokok sulit dihilangkan bagi para perokok yang sudah kecanduan. Mayoritas responden yang merokok yaitu, mengkonsumsi rokok lebih dari atau sama dengan 20 batang dalam sehari, dan dengan lama merokok lebih dari atau sama dengan 10 tahun, hal ini akan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi karena semakin banyak dan semakin lama seseorang mengonsumsi rokok maka akan menyebabkan zat kimia dalam rokok menumpuk menjadi plak dan menyebabkan penyempitan pembuluh darah sehingga menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa mayoritas perokok menggunakan rokok tanpa filter, rokok tanpa filter akan menyebabkan asap rokok yang dihirup oleh perokok semakin banyak, semakin banyak menghirup asap rokok yang mengandung karbon dioksida akan menyebabkan tekanan darah meningkat, karena jantung akan lebih bekerja keras untuk memompa darah yang kaya oksigen ke seluruh tubuh.

b. Konsumsi alkohol

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden yang diteliti didapatkan 17 responden (30,4%) yang mengonsumsi alkohol, dari 17 responden yang mengonsumsi alkohol, 6 responden (35,30%) mengonsumsi alkohol setiap hari, dari 17 responden yang biasa mengonsumsi alkohol, 5 responden (29,42 %) n mengonsumsi alkohol lebih dari 2 gelas sehari,

Hipertensi akibat faktor risiko konsumsi alkohol yaitu, 4 responden (7,1% ) dari 56 responden mengalami hipertensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi alkohol merupakan salah satu faktor risiko penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata, sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Koagow (2015) yang menyatakan terdapat hubungan antara konsumsi minuman beralkohol dengan kejadian hipertensi, dimana masyarakat yang mengonsumsi minuman beralkohol mempunyai peluang menderita hipertensi 2 kali lebih besar dari pada orang yang tidak mengonsumsi minuman beralkohol. Menurut Palmer (2007) meminum alkohol terlalu tinggi dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah dan risiko komplikasi kardiovaskuler. Menurut Semple (1991) batas aman dalam mengonsumsi alkohol adalah 2 gelas sehari.

Menurut peneliti, faktor risiko konsumsi alkohol memang menjadi salah satu penyebab kejadian hipertensi, responden yang mengalami hipertensi akibat faktor risiko konsumsi alkohol menyatakan meminum alkohol setiap hari dengan jumlah alkohol yang dikonsumsi lebih dari 2 gelas akan meningkatkan risiko hipertensi karena akan menyebabkan terjadinya gangguan pada sistem kardiovaskuler yang berhubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa banyak responden yang biasa mengonsumsi alkohol namun tidak setiap hari dengan jumlah alkohol tidak lebih dari 1 gelas, hal ini karena harga minuman yang mengandung alkohol mahal.

c. Olahraga

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden, 32 responden (57,1 %) tidak biasa berolahraga, dari 32 responden yang tidak biasa berolahraga, semua responden (100 %) berolahraga kurang dari 30 menit sehari dan kurang dari 3 x seminggu, dari 56 responden, 29 responden (51,8%) memiliki aktivitas bekerja yaitu duduk.

Hipertensi akibat faktor risiko olahraga yaitu dari 56 responden, 28 responden (50%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko olahraga. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor risiko olahraga merupakan salah satu faktor risiko penyebab hipertensi. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mannan (2012) menunjukkan bahwa responden yang kurang beraktivitas fisik/olahraga berisiko 2,67 kali menderita hipertensi dibandingkan dengan responden yang sering melakukan aktivitas fisik.

Kurang melakukan aktivitas fisik (olahraga) dapat meningkatkan risiko seseorang terserang penyakit hipertensi. Orang yang tidak aktif cenderung memiliki frekuensi jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantung harus bekerja lebih keras pada saat kontraksi. Latihan olahraga dapat menurunkan tekanan sistolik dan diastolik pada orang dewasa yang sehat dan penderita tekanan darah tinggi yang ringan (Noviyanti, 2015).

Menurut peneliti, faktor risiko olahraga merupakan salah satu faktor penyebab hipertensi, para pekerja yang jarang berolahraga memiliki alasan jarang berolahraga karena berkonsentrasi di dalam pekerjaan serta waktu untuk berolahraga tidak ada. Semakin sedikit jumlah dan waktu berolahraga serta kegiatan yang dilakukan sehari-hari dominan hanya berdiam diri tanpa melakukan aktivitas membakar kalori karena pada saat bekerja biasanya pekerja hanya duduk dalam melakukan aktivitas pekerjaan yang dia lakukan. Kurang berolahraga akan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi karena bisa menyebabkan seseorang menjadi obesitas.

d. Konsumsi garam berlebih

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden 37 responden (66,1%) biasa mengonsumsi makanan asin, dari 37 responden yang biasa mengonsumsi garam 30 responden (81,1%) biasa menambahkan garam ke dalam makanannya, dan dari 37 responden yang biasa mengonsumsi garam 27 responden (73%) mengatakan mengonsumsi garam sebanyak lebih dari sama dengan 1 sendok teh.

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 56 responden 25 responden (44,6%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko konsumsi garam berlebih. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiharto (2007) menyatakan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan asin berisiko menderita hipertensi sebesar 3,95 kali dibandingkan orang yang tidak mempunyai kebiasaan mengonsumsi asin.

Konsumsi garam dapur yang mengandung sodium dianjurkan tidak lebih dari 6 gram perhari, setara dengan 1 sendok teh. Konsumsi natrium yang berlebih dapat menyebabkan konsentrasi natrium di dalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk mengembalikan konsentrasi normal, cairan intraseluler ditarik keluar, sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat. Volume darah pun ikut meningkat sehingga meningkatkan pula kerja jantung yang berakibat pada meningkatnya tekanan darah (Noviyanti, 2015).

Menurut peneliti, konsumsi garam berlebih memang menjadi salah satu faktor risiko penyebab hipertensi, apabila dikonsumsi secara terus menerus, dan mengonsumsi garam lebih dari 1 sendok teh, karena garam dapat menyebabkan penumpukan cairan karena menarik cairan dari luar sel agar tidak keluar sehingga volume darah dan tekanan darah akan meningkat.

e. Konsumsi kopi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden yang mengalami hipertensi, 40 responden (71,4%) menyatakan biasa meminum kopi, dari 40 responden yang biasa mengonsumsi kopi, 33 responden (82,5%) menyatakan meminum kopi setiap hari, dari 40 responden yang biasa meminum kopi, 10 responden (25%) menyatakan meminum kopi lebih dari 3 cangkir sehari.

Hipertensi karena faktor risiko konsumsi kopi yaitu dari 56 responden 10 responden (17,9%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko konsumsi kopi. Penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi kopi merupakan salah satu faktor risiko penyebab hipertensi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Uiterwaal dalam Estiningsih (2012) menyatakan bahwa

seseorang yang mengonsumsi kopi sedikit atau >0-3 cangkir perhari lebih beresiko terkena hipertensi dari pada seseorang yang tidak mengonsumsi kopi atau mengonsumsi kopi >6 cangkir perhari.

Minum banyak kopi dapat meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah untuk sementara waktu. Seseorang yang memiliki kecenderungan timbul denyut jantung tambahan atau jantung berdebar-debar, maka kafein dalam kopi dapat memperburuk keadaan tersebut (Semple, 1991).

Menurut peneliti, penelitian ini menyatakan bahwa memang benar faktor risiko konsumsi kopi merupakan salah satu faktor risiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata, kebiasaan meminum kopi pada pekerja pariwisata di pantai cukup banyak hal ini dikarenakan kopi sangat mudah dijumpai di pantai, banyak pedagang yang menjual kopi dan harga kopi juga cukup murah. Kebiasaan meminum kopi setiap hari, disertai dengan meminum kopi lebih dari atau sama 3 cangkir dalam sehari dapat meningkatkan risiko kejadian hipertensi karena kafein yang terkandung dalam kopi, bila dalam jumlah yang besar kafein dalam kopi dapat menyebabkan terjadinya peningkatan denyut jantung sehingga meningkat pula tekanan darah.

f. Pola makan (konsumsi lemak)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden yang mengalami hipertensi, 42 responden (75%) menyatakan biasa makan makanan berlemak, dari 42 responden yang biasa makan makanan berlemak, 38 responden (90,5%) menyatakan biasa makan makanan berlemak setiap hari, dan dari 42 responden yang biasa makan makanan berlemak, 13 responden (44,8%)

menyatakan biasa makan makanan berlemak setiap hari dengan jenis makanan berlemak berupa daging (babi, sapi, kambing). Berdasarkan data hasil penelitian dari 42 responden yang biasa makan makanan berlemak, 30 responden (71,4% ) menyatakan makan makanan berlemak lebih banyak dibandingkan sayur.

Hipertensi karena faktor risiko pola makan (konsumsi lemak) yaitu dari 56 responden 29 responden ( 52,8%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko pola makan (konsumsi lemak). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor pola makan (konsumsi lemak) merupakan salah satu penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata, hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Menurut Kuntaraf dalam Lidya (2009) menyatakan makanan-makanan yang berlemak daging, jeroan, udang, dll berkontribusi meningkatkan hipertensi. Mengonsumsi makanan yang tinggi kolesterol, sejenis lemak dalam darah yang tinggi akan meningkatkan pembentukan plak dalam arteri. Akibatnya arteri menyempit dan sulit untuk mengembang. Perubahan ini dapat meningkatkan tekanan darah (Yulianti dan Sitanggang, 2006).

Menurut peneliti, faktor risiko pola makan (konsumsi lemak) menjadi penyebab dominan terjadinya hipertensi. Kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak banyak terjadi pada responden hal ini dikarenakan makanan berlemak mudah dijumpai, serta harga yang ditawarkan terjangkau dengan rasa yang enak. Jenis makanan berlemak yang dikonsumsi cukup bervariasi yaitu daging (daging babi, sapi dan kambing) menjadi makanan berlemak yang paling sering dikonsumsi, kedua yaitu jenis makanan berlemak berupa kombinasi antara daging, gorengan dan jeroan, ketiga yaitu jenis makanan berlemak berupa daging dan gorengan, keempat daging dan jeroan, terakhir jenis makanan berlemak berupa

gorengan dan jeroan. Memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak setiap hari dan mengonsumsi makanan berlemak lebih banyak dibandingkan mengonsumsi sayur menjadi salah satu faktor risiko penyebab hipertensi. Kebiasaan ini dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi dikarenakan akan terjadi penumpukan lipid density lipoprotein (LDL) dalam pembuluh darah akan menyebabkan terjadinya penyempitan pembuluh darah sehingga akan menyebabkan terjadinya kenaikan tekanan darah.

g. Stres

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden 26 responden (46,4%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko stres. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor risiko stres menjadi salah satu penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata, hasil ini sesuai dengan penelitian Nengsih (2015) menyatakan bahwa ada hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi.

Stres berat dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah menjadi sangat tinggi untuk waktu yang sementara. Jika sering mengalami stres, akan terjadi kerusakan pembuluh darah, jantung, dan ginjal. Stres dapat memicu timbulnya hipertensi karena akan membawa pada kebiasaan buruk yang terbukti akan meningkatkan risiko hipertensi (Yulianti dan Sitanggang, 2006).

Menurut peneliti, dari hasil penelitian didapatkan faktor stres memang menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya hipertensi, banyak responden menyatakan bahwa mengalami stres hal ini dikarenakan banyak hal yang harus mereka pikirkan seperti target penjualan harus tercapai, pekerjaan rumah tangga

yang harus diselesaikan, masalah yang timbul dalam kehidupannya. Faktor risiko stres menjadi salah satu faktor risiko hipertensi karena dapat menyebabkan terjadinya peningkatan denyut jantung, perasaan berdebar-debar sehingga mungkin akan menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah.

#### h. Obesitas

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Pantai Kuta mengenai faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata dari 56 responden 13 responden (23,2%) mengalami hipertensi disebabkan oleh faktor risiko obesitas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor risiko obesitas menjadi salah satu penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata, hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiharto (2007) orang dengan obesitas ( $IMT > 25$ ) berisiko menderita hipertensi sebesar 4,02 kali dibanding dengan orang yang tidak obesitas. Penelitian epidemiologi menyebutkan adanya hubungan antara berat badan dan tekanan darah, baik pada pasien hipertensi maupun pasien yang tekanan darahnya normal. Obesitas terutama pada tubuh bagian atas dengan peningkatan jumlah lemak pada bagian perut.

Kelebihan berat badan meningkatkan risiko seseorang terserang penyakit hipertensi. Semakin besar massa tubuh, semakin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan makanan ke dalam jaringan tubuh. Berarti, volume darah yang beredar melalui pembuluh darah meningkat sehingga akan memberi tekanan lebih besar ke dinding arteri. Selain itu obesitas dapat meningkatkan frekuensi denyut jantung (Yulianti dan Sitanggang, 2006).

Menurut peneliti, faktor risiko obesitas menjadi salah satu faktor risiko hipertensi, para pekerja pariwisata mengalami obesitas dikarenakan sebagian

besar pekerjaan yang dilakukan hanya duduk sekalipun berjalan pada area tertentu, hal ini juga disebabkan karena konsumsi makanan, yaitu mengonsumsi makanan dalam jumlah besar dan berlemak yang tidak diimbangi dengan kegiatan berolahraga. Obesitas dapat meningkatkan tekanan darah karena semakin besar massa tubuh makan semakin besar pula jumlah darah yang yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan nutrisi ke seluruh jaringan tubuh. Jumlah volume darah yang beredar akan meningkat sehingga memberikan tekanan di pembuluh darah lebih besar dan akan menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah.

i. Faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata

Faktor risiko terjadinya hipertensi pada pekerja pariwisata di Pantai Kuta dari 56 responden didapatkan hasil yaitu faktor risiko yang paling banyak menyebabkan hipertensi yaitu faktor pola makan (konsumsi lemak) 29 responden (52,8%) mengalami hipertensi, dengan biasa mengonsumsi makanan berlemak setiap hari dan mengonsumsi makanan berlemak dengan jenis daging (babi, sapi dan kambing) serta makan makanan berlemak lebih banyak dibandingkan dengan sayur.

Kedua yaitu faktor risiko olahraga 28 responden (50%) responden mengalami hipertensi akibat faktor risiko olahraga. Semua responden yang mengalami hipertensi akibat faktor olahraga menyatakan tidak biasa berolahraga setiap hari, berolah raga kurang dari 30 menit sehari, berolahraga kurang dari 3 kali seminggu dan memiliki aktivitas bekerja hanya duduk.

Ketiga yaitu faktor risiko stres, 26 responden (46,4 %) mengalami hipertensi akibat faktor risiko stres. Faktor risiko keempat yaitu konsumsi garam berlebih 25 responden (44,6%) mengalami hipertensi akibat mengonsumsi garam

berlebih dengan kebiasaan mengonsumsi makanan asin, kebiasaan menambahkan garam ke dalam makanan dan mengonsumsi garam sebanyak 1 sendok teh sehari. Kelima yaitu faktor risiko merokok menyebabkan 17 responden (30,4%) mengalami hipertensi. Semua responden yang mengalami hipertensi akibat faktor risiko merokok menyatakan menghisap rokok lebih dari atau sama dengan 20 batang dalam sehari, dengan lama merokok lebih dari atau sama dengan 10 tahun dan merokok dengan jenis rokok tanpa filter.

Keenam yaitu faktor risiko obesitas 13 responden mengalami obesitas (23,3%). Ketujuh adalah faktor risiko konsumsi kopi, 10 responden (17,9%), dengan biasa mengonsumsi kopi setiap hari dan mengonsumsi kopi lebih dari atau sama dengan 3 cangkir sehari. Faktor risiko yang terakhir yaitu konsumsi alkohol, sebanyak 4 responden (7,1%) mengalami hipertensi karena faktor risiko konsumsi alkohol, dengan alkohol setiap hari dengan jumlah alkohol yang dikonsumsi lebih dari 2 gelas sehari.

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa faktor risiko dominan penyebab hipertensi pada pekerja pariwisata adalah faktor pola makan (konsumsi lemak) hal ini disebabkan karena makan merupakan salah satu kebutuhan manusia yang harus terpenuhi, di tempat penelitian responden biasa membeli makanan dari para pedagang makanan yang berjualan berkeliling menjajakan makanan, jenis makanan yang dijual yaitu nasi yang berisikan lauk berupa daging atau makanan yang mengandung lemak lainnya seperti gorengan, dan jeroan. Disamping itu faktor risiko penyebab hipertensi yang lainnya yaitu motivasi untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan serta sumbangsih tenaga kesehatan dalam melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan dan skrining kesehatan.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penelitian ini ada beberapa hal yang menjadi keterbatasan dalam melakukan penelitian, yaitu:

1. Penelitian ini bersifat deskriptif yang merupakan data dasar dari faktor risiko penyebab hipertensi. Belum dihubungkan antara faktor risiko hipertensi dengan kejadian hipertensi.
2. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup sehingga responden tidak dapat menguraikan jawabannya selain jawaban yang tersedia.