

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Perilaku gaya hidup saat bekerja di kantor dengan waktu banyak duduk, lama berada di depan layar komputer atau kurang aktivitas fisik menggambarkan perilaku hidup kurang baik, yang berimbas pada rendahnya kualitas hidup pegawai, sebaliknya perilaku hidup aktif dikantor menjadi bagian penting dari perusahaan yang akan berimbas positif pada tingginya kualitas hidup pegawai. Gaya hidup yang aktif secara fisik dikaitkan dengan tingkat fungsi fisik yang lebih. Mempertahankan fungsi fisik melalui peningkatan aktivitas fisik pada semua usia harus senantiasa terpelihara untuk mencegah kecacatan di usia lanjut pada orang dengan dan tanpa penyakit yang berkepanjangan (Hillsdon et al., 2005)

World Health Organization/WHO (1947, 2012) mendefinisikan kualitas hidup sebagai suatu keadaan dimana tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan tetapi juga adanya keseimbangan antara fungsi fisik, mental dan sosial. Senada dengan pernyataan tersebut Frank-Stromberg (1988) mendefinisikan kualitas hidup individu secara murni dengan mengukur melalui ukuran indikator obyektif salah satunya adalah fungsi fisik individu (Afiyanti, 2010; Jacob, 2018). Kemampuan untuk melakukan tugas motorik (aktivitas fisik), seperti yang dilakukan sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari, melibatkan integrasi kompleks dari beberapa sistem fisiologis salah satunya sistem kardiorespirasi (Garber et al., 2010).

Sebuah penelitian membuktikan bahwa tekanan darah sistolik dan diastolik pada orang yang kelebihan berat badan lebih tinggi dibandingkan dengan individu dengan berat badan normal (Malik et al., 2018). Pada penelitian lain disebutkan juga bahwa baik untuk pria maupun wanita, tekanan darah tinggi adalah kondisi kesehatan terkait kelebihan berat badan dan obesitas yang paling umum dan prevalensinya menunjukkan peningkatan yang kuat dalam tekanan darah dengan meningkatnya berat badan (Must et al., 2015).

American Heart Association/AHA menyatakan bahwa perilaku hidup kurang gerak merupakan salah satu dari lima faktor risiko utama penyebab munculnya penyakit kardiovaskuler (Myers, 2014) oleh karena itu, seseorang memerlukan

aktivitas fisik supaya tubuh lebih sehat dan jauh dari gaya hidup kurang gerak (Hamilton et al., 2008). Bukti bahwa duduk dikaitkan dengan penyakit jantung sangat kuat dan duduk adalah faktor dari pemicu munculnya risiko penyakit kronis dan obesitas yang dapat menyerang baik pria maupun wanita (Katzmarzyk, 2010). Sebuah penelitian yang masih berkaitan dengan munculnya penyakit kardiovaskuler pada penderita obesitas menyebutkan bahwa denyut nadi atau denyut jantung istirahat ditemukan lebih tinggi pada individu yang memiliki berat badan dengan kategori obesitas daripada pada individu yang berat badannya normal (Malik et al., 2018).

The Global Burden of Metabolic Risk Factors for Chronic Diseases Collaboration membuktikan bahwa obesitas mempunyai hubungan yang signifikan terhadap penyakit jantung koroner dengan pooled RR sebesar 1.69 (95% CI 1.58-1.81). Signifikansi tersebut terjadi karena obesitas dapat meningkatkan tekanan darah, kadar trigliserida, kolesterol, resistensi glukosa, serta penggumpalan darah (Ghani et al., 2016). Peningkatan risiko ini dapat meningkatkan perawatan kesehatan, kunjungan dokter, hilangnya hari kerja, menurunkan kualitas hidup dan dapat menimbulkan kematian pada penderitanya (Cawley et al., 2017; Guterman, 2016; Diana dkk., 2013). Penurunan fungsi fisik yang disebabkan karena meningkatnya massa tubuh tidak hanya terjadi pada menurunnya fungsi sistem kardiovaskular, fungsi pernapasan pun sering dihubungkan sebagai resiko yang muncul karena berat badan berlebih. Pada sebuah penelitian disebutkan bahwa obesitas dapat secara langsung mempengaruhi fungsi pernapasan melalui berbagai mekanisme. Penumpukan lemak secara mekanis dapat mempengaruhi perluasan diafragma, mungkin dengan menembus ke dalam dada oleh dinding dada atau diafragma (Canoy et al., 2004; Ray et al., 1983). Memburuknya fungsi ini diduga terjadi pada semua kematian. Sejumlah penelitian telah dilaporkan adanya hubungan terbalik antara fungsi pernapasan dan berbagai penanda obesitas atau distribusi lemak. Obesitas menyebabkan penurunan volume paru dan peningkatan tahanan jalan napas, yang dapat menimbulkan gejala mirip asma (Hardono & Margono, 2019).

Tingginya penderitanya berat badan berlebih dan obesitas hampir merata diberbagai aspek, dilihat menurut jenis kelamin perempuan merupakan penderita dengan prosentase terbesar dari pada laki-laki dengan angka prosentase mencapai 26.1% dan laki-laki mencapai 15,7%. Sedangkan jika dilihat dari jenis pekerjaan, pegawai negeri sipil (PNS) merupakan pekerjaan yang memiliki prosentase paling besar yakni 27.3% termasuk gemuk disusul oleh ABRI (dulu belum dipisah TNI dan Polisi) sebesar 26.4%. Sedangkan jika dilihat berdasarkan kelompok umur, maka umur 41-55 tahun merupakan kelompok usia dengan prevalensi kegemukan lebih tinggi, yaitu dari 2.586 orang sebesar 33.7% gemuk dan 59.0% diantaranya termasuk obesitas (Hardono & Margono, 2019).

Kurangnya aktivitas fisik dan perilaku kurang gerak yang diperburuk dengan pola hidup yang kurang baik selama melakukan kegiatan sehari-hari baik ketika di tempat kerja maupun di rumah menjadikan prevalensi peningkatan berat badan berlebih dan obesitas semakin tinggi; sebaliknya jika aktivitas fisik rutin dilakukan maka berbagai manfaat kesehatan, termasuk penurunan risiko penyakit kardiovaskular, obesitas, osteoporosis, diabetes, hipertensi, stres psikologis, dan depresi akan senantiasa kita dapatkan (Garfield et al., 2008). Hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui apakah ada hubungan kualitas hidup Pegawai Negeri Sipil/PNS Dinas Pendidikan Kota Bandung kaitannya dengan *Body Mass Index/BMI* terhadap *cardiorespiratory*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Seberapa besarkah hubungan kualitas hidup dan *Body Mass Index/BMI* terhadap tekanan darah Pegawai Negeri Sipil/PNS di Dinas Pendidikan Kota Bandung?
2. Seberapa besarkah hubungan kualitas hidup dan *Body Mass Index/BMI* terhadap denyut nadi istirahat Pegawai Negeri Sipil/PNS di Dinas Pendidikan Kota Bandung?

3. Seberapa besarkah hubungan kualitas hidup dan *Body Mass Index*/BMI terhadap frekuensi napas Pegawai Negeri Sipil/PNS di Dinas Pendidikan Kota Bandung?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kualitas hidup Pegawai Negeri Sipil/PNS Dinas Pendidikan Kota Bandung kaitannya dengan *Body Mass Index*/BMI terhadap *cardiorespiratory*. Secara khusus tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besarkah hubungan kualitas hidup dan *Body Mass Index*/BMI terhadap tekanan darah Pegawai Negeri Sipil/PNS di Dinas Pendidikan Kota Bandung?
2. Untuk mengetahui seberapa besarkah hubungan kualitas hidup dan *Body Mass Index*/BMI terhadap denyut nadi istirahat Pegawai Negeri Sipil/PNS di Dinas Pendidikan Kota Bandung?
3. Untuk mengetahui seberapa besarkah hubungan kualitas hidup dan *Body Mass Index*/BMI terhadap frekuensi napas Pegawai Negeri Sipil/PNS di Dinas Pendidikan Kota Bandung?

1.4. Manfaat Penelitian

1) Secara Teoritis

- a. Diharapkan dapat memberikan informasi bagi pembaca, praktisi kesehatan dan masyarakat luas, tentang kualitas hidup Pegawai Negeri Sipil/PNS kaitannya dengan *Body Mass Index*/BMI terhadap *cardiorespiratory*.
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain, serta dapat dikembangkan kembali pada ranah penelitian yang lebih luas lagi.

2) Secara Praktis

Diharapkan dapat memberikan informasi bagi pembaca dan masyarakat luas mengenai kualitas hidup Pegawai Negeri Sipil/PNS kaitannya dengan *Body Mass Index*/BMI terhadap *cardiorespiratory*.

1.5. Batasan Masalah

Pembatasan masalah sangat diperlukan dalam setiap penelitian agar masalah yang diteliti tidak meluas dan lebih terarah. Berdasarkan rumusan masalah diatas,

maka peneliti perlu membatasi hal-hal yang akan diteliti. Adapun ruang lingkup penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian difokuskan pada analisis kualitas hidup Pegawai Negeri Sipil/PNS Dinas Pendidikan Kota Bandung kaitannya dengan *Body Mass Index*/BMI terhadap *cardiorespiratory*.
2. Subjek penelitian yaitu Pegawai Negeri Sipil/PNS pria dan wanita (usia 25-60 tahun) di lingkungan Dinas Pendidikan Kota Bandung.

1.6. Struktur Organisasi Tesis

1. BAB I Pendahuluan; dalam bab satu ini peneliti memaparkan terakit latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian/signifikansi penelitian dan struktur organisasi tesis.
2. BAB II Kajian pustaka; pada bab dua, pembahasan yang dipaparkan oleh peneliti adalah tentang deskripsi teori/kajian pustaka, kerangka berfikir dan hipotesis penelitian.
3. BAB III Metode penelitian; dalam metode penelitian peneliti membahas terkait metode penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, tahapan penelitian, teknik pengumpulan data, teknik analisis data.
4. BAB IV Temuan dan pembahasan; pada bab empat peneliti akan menjelaskan tentang hasil penelitian dan pembahasan dari hasil penelitian.
5. BAB V Kesimpulan, implikasi dan rekomendasi; pada bab lima peneliti memaparkan terkait simpulan penelitian, implikasi penelitian dan rekomendasi penelitian.

