

LITERATURE REVIEW: PENGARUH KEBIASAAN PEKERJA KONSTRUKSI TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI

¹Nabila Izzani , ²Reini Syahbani Fatah

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Jl. Raya Limo Kecamatan Limo Kota
Depok, Kode pos 16515
reinifatah@gmail.com

ABSTRAK

Pekerja konstruksi kerap dikenal dengan pekerjaan yang memiliki beban kerja berupa target pembangunan yang diharapkan manajemen. Dengan begitu banyak tanggapan dari masyarakat bahwa pekerja konstruksi sangat identik dengan kebiasaan lingkungan kerja lapangan, seperti kebiasaan merokok dan minum kopi. Kebiasaan tersebut merupakan pemicu risiko penyakit hipertensi, yaitu kondisi pada tekanan darah yang berada diatas batas normal sehingga dapat mengganggu sistem organ lainnya. Risiko hipertensi dibagi menjadi dua jenis, yaitu faktor lingkungan dan faktor perilaku. Faktor lingkungan yang mempengaruhi pekerja adalah pajanan panas, durasi kerja, shift kerja, stress kerja serta pengaruh rekan kerja sekitar. Faktor perilaku yang mempengaruhi pekerja adalah tipe kepribadian, kurangnya pemahaman terkait kontrol makanan dan minum, kebiasaan merokok dan mengonsumsi kopi, serta obesitas. Metode yang digunakan untuk penulisan ini adalah *Literature Review* dengan melakukan penelaahan delapan literatur hasil penelitian terdahulu terkait topik selaras dalam rentang waktu sepuluh tahun terakhir, sumber yang digunakan adalah melalui *database* publikasi yaitu, *Google Scholar*, *PubMed* serta jurnal keselamatan dan kesehatan kerja lainnya. Dengan menyeleksi menggunakan *keywords*: pekerja konstruksi, konsumsi kafein dan kejadian hipertensi. Berdasarkan penelusuran, hasil menunjukkan kebiasaan merokok dan minum kopi dapat menyebabkan kejadian hipertensi. Kesimpulan dalam penelitian ini adanya pengaruh yang signifikan terkait kebiasaan lingkungan dan perilaku pada pekerja konstruksi yang memicu penyakit hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Pekerja, Merokok, Minum Kopi.

ABSTRACT

Construction workers are known for jobs with a workload in the form of development targets expected by management. With so many responses from the public, construction workers are synonymous with the fieldwork environment's habits, such as smoking and drinking coffee. This habit triggers the risk of hypertension, a condition in which blood pressure is above normal limits and can interfere with other organ systems. The risk of hypertension is divided into two types, namely environmental factors and behavioral factors. Environmental factors that affect workers are heat exposure, work duration, work shifts, work stress, and the influence of co-workers. Behavioral factors that affect workers are personality type, lack of understanding related to food and drink control, smoking and coffee consumption habits, and obesity. The method used for this writing is a Literature Review by reviewing eight works from previous research related to aligned topics within the last ten years. The sources used are through publication databases, namely Google Scholar, PubMed, and other occupational safety and health journals. By selecting using keywords: construction workers, caffeine consumption, and the incidence of hypertension. Based on the search, the results show that smoking and drinking coffee can cause hypertension. This study concludes that a significant influence related to environmental habits and behavior on construction workers triggers hypertension.

Keywords: Hypertension, Worker, Smoking, Drinking Coffee.

PENDAHULUAN

Tiap sektor pekerjaan memiliki ciri khas maupun hal unik yang kebanyakan dilakukan pada beberapa kalangan dalam sektor pekerjaannya, baik dalam kegiatan, lingkungan, pola makan hingga perilaku. Salah satunya pada pekerja konstruksi yang bekerja di lapangan dan dikenal pekerja otot karena tanggung jawab yang besar lebih banyak memerlukan energi. Asumsi yang banyak tersebar di masyarakat adalah stigma kebiasaan pekerja konstruksi identik dengan merokok, konsumsi kopi yang mana mengandung kafein serta kelelahan kerja yang mereka emban. (Yossi Fitria .D, SKM., MKM . Ashar Nuzulul Putra, SKM., 2021)

Pekerja konstruksi pada penulisan ini didefinisikan sebagai seseorang yang bertanggung jawab dalam pekerjaan mengenai pembangunan konstruksi bangunan yang terikat akan kesepakatan kontrak (Labour and Skill (J) Department, 2017). Kebiasaan pekerja konstruksi tersebut sudah sangat melekat dalam pandangan masyarakat sampai-sampai apabila diibaratkan masyarakat sudah memandang hal ini sebagai identitas

yang memang ada dalam pekerja konstruksi. Padahal sangat jelas bahwa kebiasaan merokok, konsumsi kopi dan pola makan pekerja mengarah pada penyakit hipertensi.

Hipertensi merupakan kondisi pada tekanan darah yang berada diatas batas normal sehingga dapat mengganggu sistem organ lainnya. Hipertensi seringkali tidak dapat dirasakan gejalanya oleh penderita sehingga sering disebut juga sebagai *the silent killer* (Ayu, Situngkir and Apriliawati, 2017). Pada keadaan normal, tekanan darah pada manusia adalah 20 milimeter air raksa setiap kali jantung berdetak (sistolik) dan 80 milimeter air raksa saat berada dalam kondisi relaksasi (diastolik) (Kemenkes RI, 2016). Risiko hipertensi dibagi menjadi 2 jenis, yaitu faktor lingkungan dan faktor perilaku. Faktor lingkungan yang mempengaruhi pekerja adalah pajanan panas, pajanan kebisingan, shift kerja, dan stress kerja. Faktor perilaku yang mempengaruhi pekerja adalah tipe kepribadian, kebiasaan merokok dan mengonsumsi kopi, serta obesitas pekerja (Sulistiyono *et al.*, 2022).

Berdasarkan data dari pusat data dan informasi Kementerian kesehatan Republik Indonesia melakukan perbandingan proporsi hipertensi berdasarkan jenis pekerjaan antara Riskesdas 2013 dan 2018, menunjukkan pada kelompok lainnya, terdapat peningkatan proporsi dari 24,1 di tahun 2013 dan pada 2018 menjadi 34,79 (Kemenkes RI, 2019).

Data lain didapatkan dari WHO dalam literatur nya yang membahas *Health Workspace framework and model*, memberikan informasi bahwa terdapat salah satu studi yang komprehensif. Terkait kualitas pekerja dengan hipertensi berdasarkan rata rata perkiraan prevalensi beban ekonomi dalam kondisi pekerja *presenteeism* karena penyakit hipertensi sebesar US\$392 yang mana harga *presenteeism* yang harus perusahaan bayar lebih tinggi dari biaya medis sekitar 18%-60% dari total biaya. (WHO, 2013)

Dengan gejala sakit kepala, sesak nafas, pusing pastinya hipertensi berdampak kepada produktivitas pekerja. Tak hanya itu, berdasarkan data Departemen Kesehatan Indonesia yang

membuktikan sekitar 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke dan sisa nya mengakibatkan penyakit jantung, gagal ginjal dan kebutaan (Yonata and Pratama, 2016). Hal ini disebabkan akibat kurangnya pengontrolan penyakit hipertensi sehingga menyebabkan komplikasi tersebut. Tambahkan dampak apa yang terjadi jika pekerja menderita hipertensi.

Maka dari itu, tujuan dari penulisan ini adalah menyimpulkan serta menambah wawasan terkait permasalahan adanya pengaruh kebiasaan pada pekerja konstruksi terhadap kejadian hipertensi, harapannya hal ini dapat menjadi acuan upaya pengendalian dan upaya kuratif.

METODE.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang menjelaskan terkait teori dari kasus-kasus terdahulu. Menggunakan metode penelitian *Literature Review* yang dilakukan dengan mengidentifikasi delapan jurnal pilihan yang telah dikurasi terkait topik permasalahan penelitian. Sumber data dari literatur ini

diperoleh menggunakan platform Google Scholar dan PubMed. Data penelitian ini diambil dari tahun 2013-2022. Kriteria referensi yang kami gunakan berupa *open access*, menggunakan bahasa Indonesia maupun Inggris, terpublikasi pada 10 tahun terakhir dan sesuai dengan topik bahasan penelitian. Metode studi yang digunakan ialah metode Croin, Ryan & Coughlan melakukan pencarian topik masalah, mencari literatur, kemudian dikumpulkan untuk dianalisis dan terakhir dilakukan review. Tujuan dari metode ini adalah untuk mengungkapkan teori yang relevan dengan

permasalahan hipertensi pada pekerja konstruksi. Jurnal yang digunakan berfungsi sebagai bahan rujukan untuk memaparkan tentang kebenaran adanya pengaruh kebiasaan pekerja konstruksi terhadap kejadian hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Delapan literatur yang telah diseleksi oleh peneliti berasal dari Indonesia, Nepal, dan Italia. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk melihat pengaruh kebiasaan merokok dan mengkonsumsi kopi dapat menyebabkan hipertensi pada pekerja

Tabel 1 Literatur Pengaruh Kebiasaan Merokok dan Konsumsi Kopi pada Pekerja Konstruksi

Penulis	Negara	Judul	Metode	Hasil
(Heryant and Pulungan, 2019)	Indonesia	Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Pekerja Konstruksi di Proyek Pembangunan Tol Tahun 2018	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan konsumsi kopi dengan hipertensi pada pekerja konstruksi zona 3 PT. Girder Indonesia.
(Debora and Widanarko, 2020)	Indonesia	<i>The Association between Night Shift Work and Hypertension Among Workers at A Construction Company in Jakarta</i>	Cross Sectional	Diperoleh hubungan yang signifikan antara kerja shift malam dengan hipertensi berdasarkan dengan usia, pekerjaan, alkohol, merokok, konsumsi kopi, dan latihan yang memadai.
(Ghimire and Neupane, 2020)	Nepal	<i>Prevalent Health Problems among Nepalese Underground</i>	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara hipertensi dengan perilaku merokok pada pekerja konstruksi

ISBN 978-623-92728-8-3
Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UPNVJ 2022

Penulis	Negara	Judul	Metode	Hasil
		<i>Construction Workers</i>		
(Amelia and Harahap, 2019)	Indonesia	<i>The Role of Nutritional Status, Age, Genetic Factors, and Lifestyle on the Prevalence among Community in Indonesian Coastal Area</i>	Cross Sectional	Ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok, faktor genetik, konsumsi kopi, konsumsi buah-buahan dan sayur, serta aktivitas fisik dengan kejadian Hipertensi pada masyarakat pesisir dengan mayoritas bekerja sebagai nelayan dan pekerja konstruksi.
(Khanal et al., 2017)	Nepal	<i>Prevalence, Associated, Factors, Awareness, Treatment, and Control of Hypertension: Findings from a Cross Sectional Study Conducted as a Part of a Community Based Intervention Trial in Surkhet, Mid-western Region of Nepal</i>	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian hipertensi dengan perilaku merokok pada buruh tani, buruh bangunan, pekerja rumah tangga, dan pengangguran.
(Amelia and Sutanto, 2022)	Indonesia	Hubungan Derajat Perokok dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja Konstruksi PT. Takenaka Indonesia Tahun 2020	Analitik Observasional	Diperoleh hubungan yang bermakna antara pekerja yang merokok dengan kejadian hipertensi.
(Nurbaya, 2018)	Indonesia	Faktor Risiko yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Hipertensi pada Pekerja Konstruksi Jalan Tol Semarang – Solo Seksi Ii Ungaran – Bawen Ruas Tinalun – Lemah Ireng	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan tekanan darah tinggi berdasarkan sistolik/diastolik dan tekanan darah tinggi berdasarkan sistolik
(Ratnasari, 2015)	Indonesia	Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Laki - Laki Usia 35 – 50 Tahun di Wilayah Kerja	Cross Sectional	Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada laki - laki usia 35 – 50 tahun di Wilayah kerja Puskesmas Teruwai Kecamatan Pujut

ISBN 978-623-92728-8-3
Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UPNVJ 2022

Penulis	Negara	Judul	Metode	Hasil
		Puskesmas Teruwai Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah		Kabupaten Lombok Tengah yang bekerja sebagai petani, buruh bangunan, guru, pedagang, karyawan, dan tidak bekerja.
(Adhi, 2018)	Indonesia	Hubungan Kebiasaan Merokok dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Laki Laki Usia 40 Tahun ke Atas di Desa Korleko Pusat Wilayah Kerja Puskesmas Korleko Lombok Timur Tahun 2017	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada pria yang bekerja sebagai petani, pedagang, nelayan, buruh, buruh bangunan, dan tidak bekerja.
(Barbini, Speziale and Squadroni, 2017)	Italia	<i>Occupational Risk Factors for Arterial Hypertension in Workers of High Speed Railway Line in Italy</i>	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup (tidak berolahraga, merokok, dan mengonsumsi alkohol) dengan kejadian hipertensi

Berdasarkan hasil analisis literatur, merokok dan mengonsumsi kopi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian hipertensi. Selain itu, juga terdapat berbagai faktor penyebab dan kebiasaan yang mengakibatkan hipertensi. Faktor penyebab hipertensi pada pekerja konstruksi yaitu genetik, usia, dan pekerjaan. Kebiasaan pekerja konstruksi yang dapat menyebabkan hipertensi adalah mengonsumsi alkohol dan serta kurangnya mengonsumsi buah dan sayur.

Orang yang merokok melebihi 15 batang perhari, memiliki risiko

terkena hipertensi. Hal ini dapat terjadi karena proses aktivasi sistem saraf simpatik yang disebabkan oleh meningkatnya kadar hormon epinefrin dan norepinefrin sehingga denyut jantung dan tekanan darah meningkat (Untario, 2017).

Kopi memiliki kandungan kafein dimana kandungan tersebut membuat orang sulit tidur dan meningkatkan tekanan darah. Apabila mengonsumsi kopi > 2 cangkir perhari maka beresiko hipertensi (Arda and Mustapa, 2018).

Pembangunan proyek konstruksi merupakan tempat kerja yang memiliki bahaya tinggi (*unsafe*

act dan *unsafe condition*). Apabila pekerja mengalami hipertensi maka dapat menyebabkan kecelakaan di tempat kerja. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan yang salah satunya adalah pemeriksaan tekanan darah dengan tensimeter wajib dilakukan oleh pekerja sebelum memulai bekerja. Hal ini sangat penting dilakukan untuk mengurangi risiko kecelakaan.

KESIMPULAN

Hasil dari beberapa literatur yang kami gunakan, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kebiasaan merokok dan mengonsumsi kopi pada pekerja konstruksi terhadap kejadian hipertensi. Selain itu, terdapat beberapa faktor lainnya yang mendukung kejadian hipertensi pada pekerja konstruksi.

SARAN

Saran yang peneliti berikan kepada pekerja perlunya kesadaran akan aspek kesehatan personal. Kemudian, dukungan manajemen yang terlibat juga dapat membantu mengendalikan kebiasaan buruk

pekerja seperti mengadakan edukasi serta kebijakan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulisan jurnal ini dapat berjalan dengan baik berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, kami selaku peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh peneliti jurnal yang menjadi rujukan pembuatan jurnal kami, rekan-rekan penulis, teman-teman peneliti, dan seluruh pihak yang mendorong terciptanya jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

Yossi Fitria .D, SKM., MKM . Ashar Nuzulul Putra, SKM., M. E. . B. S. M. (2021) ‘Laporan Akhir Penelitian. Perbedaan Status Gizi, Kebiasaan Merokok, Kualitas Tidur dan Durasi Kerja pada Kelelahan Kerja Pekerja Konstruksi PT Persada Mas Raya Cibubur Jakarta Timur Tahun 2021’.

Labour and Skill (J) Department (2017) ‘The Building and Other Construction Workers (Regulation of Employment and Conditions of Service) Kerala Amendment Rules, 2017’, pp. 1–22. Available at: <http://invest.kerala.gov.in/wp->

content/uploads/2019/02/The-Building-and-Construction-Workers-Regulation-of-Employment-and-Condition-of-ServiceKerala-Rules-1998.pdf.

Kemenkes RI (2019) 'Hipertensi Si Pembunuh Senyap', *Kementrian Kesehatan RI*, pp. 1–5. Available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>.

WHO (2013) 'Healthy Workplace Framework and Model: Background and Supporting Literature and Practices', *World Health Organization*, pp. 1–131.

Ayu, I. M., Situngkir, D. and Apriliawati, D. (2017) 'Usia, Aktivitas Fisik, Stress Pekerja Dan Obesitas Berisiko Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Di PT Pulau Intan Baja Perkasa Konstruksi Jakarta Tahun 2017', *Jurnal INOHIM*, 5(2), pp. 114–118.

Kemenkes RI (2016) *Bulan Hipertensi, Saatnya Rutin Cek Tekanan Darah dan Denyut Nadi*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/article/vie>

w/16052300003/bulan-hipertensi-saatnya-rutin-cek-tekanan-darah-dan-denyut-nadi.html#:~:text=Secara awam%2C tekanan darah yang,Pelayanan Masyarakat%2C Kementerian Kesehatan RI.

Sulistyono, E. *et al.* (2022) 'Literature Review: Analisis Faktor Terjadinya Hipertensi Pada Pekerja Lapangan', *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6, pp. 1154–1159.

Amelia, N. and Sutanto, H. (2022) 'Hubungan derajat perokok dengan kejadian hipertensi pada pekerja konstruksi PT . Takenaka Indonesia tahun 2020', *Tarumanagara Medical Journal*, 4(2), pp. 349–356.

Amelia, R. and Harahap, J. (2019) 'The role of nutritional status, age, genetic factors, and lifestyle on the hypertension prevalence among community in Indonesian coastal area', *International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, 9(4), pp. 1420–1426. doi: 10.18517/ijaseit.9.4.5823.

Debora, H. S. and Widanarko, B. (2020) 'The association between night shift work and hypertension

- among workers at a construction company in Jakarta', *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 16(3), pp. 100–105.
- Ghimire, R. and Neupane, G. P. (2020) 'Prevalent Health Problems among Nepalese Underground Construction Workers', *Journal of Environmental and Public Health*, 2020. doi: 10.1155/2020/9436068.
- Heryant, A. A. and Pulungan, R. M. (2019) 'Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Pekerja Konstruksi di Proyek Pembangunan Tol Tahun 2018', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, Edisi 1*, 11(1), pp. 100–116.
- Khanal, M. K. *et al.* (2017) 'Prevalence, associated factors, awareness, treatment, and control of hypertension: Findings from a cross sectional study conducted as a part of a community based intervention trial in Surkhet, Mid-western region of Nepal', *PLoS ONE*, 12(10), pp. 2–12. doi: 10.1371/journal.pone.0185806.
- Nurbaya, F. (2018) 'Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Konstruksi Jalan Tol Semarang – Solo Seksi II Ungaran – Bawen Ruas Tinalun – Lemah Ireng', *Jurnal Manajemen Informasi dan Administrasi Kesehatan (JMIAK)*, 1(1), pp. 29–39. doi: 10.32585/jmiak.v1i1.120.
- Untario, E. (2017) 'Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi', *Universitas Hasanuddin*, 11(11), pp. 40–47.
- Yonata, A. and Pratama, A. S. P. (2016) 'Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke', *Jurnal Majority*, 5(3), pp. 17–21. Available at: <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1030>.
http://www.who.int/occupational_health/healthy_workplace_framework.pdf.
- Adhi, I. G. A. M. (2018) 'HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LAKI LAKI USIA 40 TAHUN KE ATAS DI DESA KORLEKO PUSAT WILAYAH KERJA PUSKESMAS KORLEKO LOMBOK TIMUR TAHUN 2017', 4(2), Pp. 1–26.
- Barbini, N., Speziale, M. And

Squadroni, R. (2017) ‘Occupational Risk Factors For Arterial Hypertension In Workers Of High Speed Railway Line In Italy’, *Archives Of Clinical Hypertension*, 3(1), Pp. 001–004. Doi: 10.17352/Ach.000011.

Ratnasari, D. (2015) ‘Hubungan Kebiasaan Konsumsi Kopi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 35–50 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Teruwai Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah’, *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 7(13), Pp. 46–54.

Arda, Z. A. and Mustapa, M. (2018) ‘Hipertensi dan Faktor Risikonya pada Lansia Wanita di Puskesmas Motolohu Kabupaten Pohuwato’, *Gorontalo Journal of Public Health*, 1(April), pp. 32–38.