

# BAB I

## Pendahuluan

### 1.1. Latar belakang

Bermain *game online* merupakan sebuah aktivitas yang dilakukan untuk bersenang-senang. Namun, hal tersebut dapat merubah seseorang yang tadinya hanya untuk hiburan yang nantinya berlebihan dan masuk kedalam keadaan yang dinamakan kecanduan atau adiksi. Hal ini menuai sebuah masalah karena bermain *game* terlalu lama merupakan *Internet Gaming Disorder*<sup>18</sup>.

Dalam *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders*, *Internet Gaming Disorder* merupakan sebuah pola permainan *Online* yang berlebihan dan berlarut-larut yang menyebabkan berbagai gejala perilaku dan kognitif, seperti hilangnya kendali permainan secara progresif, toleransi, dan gejala penarikan diri dari adiksi. Gangguan permainan internet mirip dengan gangguan terkait zat dimana penderitanya melupakan aktivitas lain dan memilih sesi bermain. Mereka biasanya mendedikasikan setidaknya 30 jam seminggu dan 8 sampai 10 jam sehari untuk kegiatan ini. Mereka merasa kesal dan marah jika tidak dapat menggunakan komputer untuk terus bermain game. Mereka sering melewatkan waktu makan dan tidur dalam waktu lama. Tanggung jawab rutin, termasuk pekerjaan atau sekolah, atau tugas keluarga, diabaikan<sup>18</sup>.

Menurut WHO, Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah nilai tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih dan/atau tekanan darah diastolik lebih dari 90 mm Hg. Hipertensi merupakan salah satu kondisi medis kronis paling umum yang ditandai dengan peningkatan tekanan arteri yang

terus-menerus dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi jika tidak diobati atau kontrol<sup>6</sup>.

Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2018 melaporkan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% dari total penduduk dewasa, dan di Provinsi Jawa Timur sebesar 13,5%. Namun, Kabupaten Banyuwangi, salah satu kabupaten di Provinsi Jawa Timur, memiliki prevalensi lebih tinggi yaitu 33,3% pada tahun 2016<sup>3</sup>. Selain itu, sebuah penelitian yang dilakukan oleh Lucky Aziza dkk menemukan sebanyak 29.6% yang positif hipertensi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran<sup>43</sup>.

Menurut penelitian yang dilakukan Fitra D. Andriyani dkk yang telah melakukan pengamatan terhadap masyarakat Indonesia dikalangan muda, ditemukannya prevalensi aktivitas fisik yang tidak mencukupi dan perilaku *Sedentary* yang tinggi. Hal tersebut menjadi sebuah masalah karena aktivitas fisik yang kurang dapat meningkatkan resiko terkenanya *Diabetes Melitus* (DM), *Cardiovascular Disease (CVD)*, dan hipertensi<sup>5</sup>.

Menurut *Sedentary Behaviour Research Network (SBRN)* *Sedentary lifestyle* dapat di definisikan sebuah perilaku bangun yang ditandai dengan pengeluaran energi  $\leq 1,5$  setara *metabolic equivalent task* (METs), saat dalam posisi duduk atau berbaring contohnya seperti menggunakan komputer, duduk, dan berbaring<sup>2</sup>.

Menurut Oliveira, L.M.F.T. de dkk yang dilakukan di brazil dengan 6264 sampel, ia menemukan bahwa perilaku *sedentary* berkaitan dengan tekanan darah tinggi<sup>40</sup>.

Menurut Gary S. Goldfield dkk menyampaikan bahwa orang-orang yang memiliki kecanduan video games kebanyakan memiliki hipertensi

dikarenakan mereka menghabiskan waktu dengan duduk dan bermain games yang merupakan *sedentary lifestyle*<sup>9</sup>.

### **1.1. Perumusan Masalah**

Penelitian yang dilakukan oleh Gary. Goldfield dkk menyebutkan bahwa adiksi *game online* dapat menyebabkan hipertensi dikarenakan *stress respons* yang merangsang stimulasi saraf simpatik menghasilkan detak jantung yang lebih tinggi, kontraktilitas yang kuat, dan volume darah yang lebih banyak. Hal ini meningkatkan curah jantung dan tekanan darah. Namun, ada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Eva Kricher dkk dimana sebuah penelitian *crossover* acak membandingkan respon hemodinamik akut terhadap latihan daya tahan dan *video game*, menunjukkan bahwa *video game* bisa menjadi pendekatan latihan yang efektif yang menghasilkan respon tekanan darah yang baik. Selain itu, ada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Annie Marie Porter dkk yang menemukan bahwa video game dapat menyebabkan kenaikan pada tekanan darah namun hasilnya tidak signifikan dan hanya 2% dari total sampelnya yang mengalami kejadian hipertensi.

### **1.2. Pertanyaan penelitian**

- 1.2.1. Apakah terdapat hubungan antara adiksi *games online* dan hipertensi pada mahasiswa FK UPH

### **1.3. Tujuan umum dan khusus**

#### **1.3.1. Tujuan Umum:**

- 1.3.1.1. Untuk mengetahui informasi mengenai adiksi games online dan hipertensi pada mahasiswa FK UPH

### **1.3.2. Tujuan Khusus:**

- 1.3.2.1. Untuk mengetahui prevalensi mahasiswa FK UPH yang mengalami adiksi *game online*
- 1.3.2.2. Untuk mengetahui prevalensi mahasiswa FK UPH yang mengalami hipertensi
- 1.3.2.3. Untuk mengetahui seluruh faktor-faktor (Kelamin, Aktivitas Fisik, Riwayat Hipertensi Keluarga, Durasi Tidur) yang diteliti terhadap kejadian hipertensi pada mahasiswa FK UPH
- 1.3.2.4. Untuk mengetahui hubungan antara adiksi *game online* dan hipertensi.

### **1.4. Manfaat Penelitian**

- 1.4.1. Manfaat Akademik: Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan penulis mengenai hipertensi dengan hubungan di antara *adiksi game online* dan aktivitas fisik terhadap Mahasiswa Fakultas Kedokteran Pelita Harapan.
- 1.4.2. Manfaat praktis: Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ketika melakukan edukasi pada kalangan remaja dan dewasa mengenai hubungan hipertensi yang menderita dari adiksi *game online* serta gangguan aktivitas fisik.