

INTISARI

Irama sirkadian adalah karakteristik fisiologis dan tingkah laku yang mengatur siklus atau pola harian tertentu (Moore, 2001). Irama sirkadian merupakan komponen fundamental dari organisme biologis, termasuk manusia. Irama ini dihasilkan di dalam tubuh, dan akan membantu mengkoordinasikan waktu fungsi internal tubuh dengan lingkungan di sekitarnya (Anonim, 2001). Irama sirkadian menyebabkan manusia memiliki pola *diurnal*, yang aktif pada siang hari dan beristirahat pada malam hari. Penjual angkringan yang justru aktif pada malam hari dan tidur pada siang hari mengakibatkan pola *diurnal* ini berubah menjadi *nocturnal*. Perubahan pola pada irama sirkadian ini mengakibatkan gangguan pada fungsi-fungsi fisiologis manusia. Mengingat banyaknya efek yang bisa timbul, maka perlu dilakukan suatu penelitian untuk mengetahui efek-efek yang muncul akibat adanya penyimpangan irama sirkadian tersebut, terutama pada aspek kesehatan.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental untuk mengetahui pengaruh irama sirkadian pada penjual angkringan, terhadap tekanan darah. Subyek penelitian adalah 30 orang penjual angkringan dan 30 orang non penjual angkringan sebagai kontrol. Langkah-langkah penelitian yang dilakukan adalah mengukur tekanan darah subyek penelitian (pada pukul 19.00 WIB, 02.00 WIB, 12.00 WIB), mengumpulkan kuisioner, mengolah data, dan menyajikan data dalam uji statistik uji T dengan program SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan, rata-rata perbedaan tekanan darah penjual angkringan terhadap kontrol adalah: 19,10 mmHg (sistolik, pukul 19.00 WIB); 9,07 mmHg (diastolik, pukul 19.00 WIB); 24,63 mmHg (sistolik, pukul 02.00 WIB); 10,37 mmHg (diastolik, pukul 02.00 WIB); 13,23 mmHg (sistolik, pukul 12.00 WIB) dan 1,93 mmHg (diastolik, pukul 12.00 WIB). Tekanan darah penjual angkringan lebih tinggi dibanding kelompok kontrol (non penjual angkringan). Kesimpulan yang diperoleh dari uji statistik ini adalah adanya peningkatan tekanan darah pada penjual angkringan.

Kata kunci : penjual angkringan, irama sirkadian, tekanan darah

ABSTRACT

Circadian rhythms are physiological and behavioral characteristics that follow daily or circadian patterns (Moore, 2001). Circadian rhythms are fundamental components of biological organism, including humans. These rhythms are generated within the body, and help to coordinate the timing of humans internal bodily function with their external world. Circadian rhythms make humans have a *diurnal* pattern, those are active at noon and rest at night. The night workers, who active at night and sleep at noon changes this *diurnal* pattern to *nocturnal* pattern. The changes of this circadian pattern may disturb some human physiological functions. Since there are so many effects occurred, many researches are needed to understand the effects of those circadian rhythms deviation, mostly on the health aspects.

This research is an experimental research to know the influence of circadian rhythms in the angkringan workers on their blood pressure. The subject of this research are 30 people angkringan workers and 30 people non angkringan workers as a control subject. The research steps are measuring blood pressure of the subject (at 19.00 WIB, 02.00 WIB, 12.00 WIB), collecting the questioner, data processing, and presenting data in a statistical test of t-test with SPSS program.

Results of this research showed that the average differences of the night workers' blood pressure compared to control subjects (non night workers) are: 19,10 (systolic, 19.00 WIB); 9,07 (diastolic, 19.00 WIB); 24,63 (systolic, 02.00 WIB); 10,37 (diastolic, 02.00 WIB); 13,23 (systolic, 12.00 WIB); 1,93 (diastolic, 12.00 WIB). The night workers blood pressure is higher than control subjects. The conclusion from this statistical test that there found increased blood pressure at the night workers.

Keywords: night workers, circadian rhythms, blood pressure