

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar belakang Masalah

A. Latar Belakang

Menua adalah Proses yang terus menerus berlanjut secara alamiah, dimulai sejak lahir, dan umum dialami pada semua makhluk hidup. Menurut Nugroho(2002 dalam Emmelia 2015).

Tahap usia lanjut adalah tahap di mana terjadi penurunan fungsi tubuh. Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel, yang mengalami penurunan kapasitas fungsional. Pada manusia, penuaan dihubungkan dengan perubahan degeneratif pada kulit, tulang jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya. Kemampuan regeneratif pada lansia terbatas, mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit. Topik ini akan menjelaskan materi tentang teori penuaan, proses penuaan, perubahan fisik, perubahan psikologis, perubahan sosial, masalah umum pada lansia, dan penyakit pada lansia (Siti Nur Kholifah, 2016).

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Menua bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan proses yang berangsur-angsur mengakibatkan perubahan kumulatif, merupakan proses menurunnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh (Siti Nur Kholifah, 2016).

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari

suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan, yaitu anak, dewasa dan tua (Nugroho, 2006 dalam Siti Nur Kholifah, 2016).

Semakin bertambahnya umur manusia, terjadi proses penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada diri manusia, tidak hanya perubahan fisik, tetapi juga kognitif, perasaan, sosial dan seksual (Azizah dan Lilik M, 2011, dalam Siti Nur Kholifah, 2016).

Dalam periode kehidupan manusia, ada rangkaian tahapan yang harus didahului oleh setiap manusia. tahapan tersebut dinamakan daur hidup atau siklus hidup manusia. siklus hidup manusia dimulai dari masa kelahiran, menyusui, bayi, anak-anak, remaja, dewasa, lanjut usia sampai meninggal dunia. Jadi, dapat dikatakan bahwa lansia merupakan tahap akhir perkembangan daur hidup manusia (Emmellia, 2015).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, penyakit yang terbanyak pada lansia adalah untuk penyakit tidak menular antara lain ; hipertensi (34,11%), masalah gigi dan mulut (57,6%) , penyakit sendi (7,3%), diabetes mellitus (8,5%), penyakit stroke (10,9%), dan penyakit menular antara lain seperti ISPA (9,3%), diare (6,8), dan pneumonia (4,5%).

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan hingga saat ini. WHO (World Health Organization) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia, dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab

kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 (Anitasari, 2019).

Prevalensi Jurnal Pengemas Kesehatan Sasambo, Volume 1 No 2 Mei Tahun 2020| 76 kejadian hipertensi berdasarkan hasil riskesdas 2018 adalah 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 yang menyentuh angka prevalensi 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor resiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Tirtasari & Kodim, 2019).

Menurut DINKES 2019, di Jawa Tengah pada tanggal 2 Agustus 2020 mencapai jumlah pasien positif virus corona yang sedang dirawat di provinsi Jawa Tengah sudah menyentuh angka 9.732 orang, dan saat ini di Wonogiri pada tanggal 1 November 2020 dengan jumlah pasien covid 19 yaitu 2.696 orang dan untuk pasien hipertensi dengan jumlah pasien yang golongan hipertensi sesuai data yang didapatkan untuk golongan laki-laki 1.235 orang sedangkan perempuan 2.983 orang jadi total semua laki-laki dan perempuan 4.218, di daerah Janglot jumlah pasien hipertensi ialah 40 orang yang mengalami hipertensi.

Seorang lansia disebut memiliki tekanan darah tinggi atau hipertensi apabila tekanan darahnya mencapai angka lebih dari 140/90 mmHg. Sedangkan tekanan darah rendah atau hipotensi apabila tekanan darah lansia dibawah 90/60 mmHg. Ketika mencapai usia di atas 60 tahun tekanan darah seorang lansia akan cenderung mulai meningkat. Namun,tekanan darah akan cenderung menurun ketika lansia mencapai usia 80 tahun atau lebih (Kemenkes RI 2020).

Laporan Badan Kesehatan Dunia atau WHO, Hipertensi merupakan penyebab nomor satu kematian di dunia dan akan memperkirakan jumlah penderitaan hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang terus bertambah. Pada 2025 mendatang di proyeksi sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Prosentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat dinegara berkembang.Data global Status *Report on Noncommunicable Diseases* 2012 dari WHO menyebutkan 40% Negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sedangkan Negara maju hanya 35%. Kawasan Asia Tenggara 36% orang dewasa menderita hipertensi. WHO memperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi akan terjadi pada tahun 2025 terutama di Negara berkembang dari jumlah 639 juta kasus di tahun 2000 menjadi 1,15 milyar di tahun 2025. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita hipertensi dan penambahan penduduk saat ini (WHO, 2014).

Menurut Kemenkes RI 2015, masalah kesehatan pada lanjut usia berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun serta faktor risiko terhadap penyakitpun meningkat. Masalah kesehatan yang sering dialami

lanjut usia diantaranya malnutrisi, gangguan keseimbangan dan kebingungan mendadak. Selain itu, beberapa penyakit yang sering terjadi pada lanjut usia antara lain hipertensi, gangguan pendengaran, gangguan penglihatan dan osteoporosis.

Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan dunia di Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia, pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa dan hipertensi juga menjadi masalah kesehatan di Indonesia.

Covid-19 pertama kali terkonfirmasi di Indonesia pada 8 Maret 2020, dengan total 6 orang dinyatakan positif. Jumlah terkonfirmasi Kasus covid 19 terbaru yang tertinggi pada saat ini di provinsi DKI Jakarta pada 30 Oktober 2020 dengan total 2.696 kasus baru pasien terkonfirmasi positif Covid-19.

Lanjut usia yaitu mereka yang berusia 60 tahun ke atas dan merupakan kelompok yang rentan terkena paparan virus Corona SARS-CoV-2. Semakin menua, lansia dengan ketergantungan (frailty/renta) dan semakin menua seseorang, maka akan semakin bergantung dan rentan terkena penyakit. Meski pemerintah sudah menetapkan kondisi new normal yang seharusnya ditandai dengan menurunnya kasus penularan Covid-19, namun faktanya saat ini kasus penularan Covid-19 masih meningkat. Ketika terpapar Covid-19, risikonya akan berat bagi lansia. Lansia yang memiliki penyakit bawaan

seperti hipertensi, diabetes, jantung, paru-paru kronik, perlu tingkat kepedulian dari keluarga atau *caregiver* yang merawat.

Berdasarkan survey di Dusun Janglot- Wonogiri Jawa Tengah tentang Gambaran Aktifitas Fisik lansia Hipertensi Di Era New normal , jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas berjumlah 60 orang, usia rata-rata 60 – 80 tahun, Terdapat 40 Lansia yang menderita Hipertensi. aktivitas fisik yang mereka lakukan sebelum terjadi COVID-19 secara rutin dalam satu bulan, kegiatan yang mereka lakukan seperti senam, dalam satu bulan di minggu kedua mereka melakukan senam Tera secara rutin pada lansia, posyandu Lansia, dalam satu bulan ada 2 kagiatan yang diberikan oleh tenaga kesehatan setiap minggu pertama pengobatan seperti melakukan pengukuran Tekanan Darah, Timbangan Berat Badan, dan pengobatan sesuai keluhan lansia seperti keluhan yang disampaikan oleh lansia yaitu terasa nilu-nilu pada tulang. Dan di minggu ke Empat mereka memberi penyuluhan terkait pola hidup sehat. Ini kegiatan yang dilakukan oleh Tenaga Kesehatan dari Klinik Bkia Baturetno.

Gambaran aktivitas fisik di dusun janglot baturetno wonogiri pada lansia sebagai kelompok yang rentan, memicu peneliti untuk menganalisa lebih jauh terkait aktifitas fisik pada lansia hipertensi di era new normal.

B. Rumusan Masalah

Sesuai uraian dalam latarbelakang dapat dirumuskan bahwa masalah penelitian sebagai berikut: Bagaimana Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Hipertensi di *Era New Normal* Di Dusun Janglot Wonogri Jawa Tengah tahun 2020.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Hipertensi di *Era New Normal* Di Dusun Janglot Wonogiri Jawa Tengah tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik lansia hipertensi berdasarkan usia, jenis kelamin, di Dusun Janglot Wonogiri Jawa Tengah tahun 2021
- b. Mengetahui Aktivitas Fisik Pada Lansia Hipertensi di *Era New Normal* Di Dusun Janglot Wonogiri Jawa Tengah tahun 2021

D. Manfaat penelitian

1. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi mengenai Gambaran Aktifitas Fisik Pada Lansia Hipertensi di *Era New Normal*.

2. Bagi pelayanan social lanjut usia Dusun Janglot Wonogiri

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi terkait gambaran aktivitas fisik lansia hipertensi di *era new normal*

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini digunakan sebagai bahan referensi untuk dapat melakukan penelitian karya tulis ilmia maupun skripsi lanjut mengenai gambran aktivitas fisik lansia hipertensi di *era new normal*.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini merupakan sebagai pengalaman dan menambah pengetahuan dalam melakukan penelitian dibidang keperawatan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1

No	Penelitian	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Putri Pertama Sari (2019)	Gambaran Aktivitas Fisik Pada Penderita Hipertensi Lansia Di Dusun Jambon Trihanggo Gamping Sleman Tahun 2019	Dalam Penelitian saya yaitu 1 variabel. Metodologi yang digunakan ialah penelitian kuantitatif dengan rancangan <i>Deskriptif</i> . Metode Pengambilan Sampel mnggunakan teknik <i>Accidental</i> <i>Sampling</i> . Intrumen yang	Perdasarkan hasil penelitian Aktivitas Fisik pada penderita hipertensi di Dusun Jambon Trihanggo Gamping Sleman, Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa mayoritas	1. Persamaan pada variable bebas penelitian ini adalah Gambaran Aktivitas Fisik pada Penderita Hipertensi Lansia 2. Dalam penelitian ini menggunkann	Peneliti menggunakan variabel bebas yaitu Aktifitas Fisik pada Lansia Hipertensi di era New Normal

			<p>digunakan yaitu Kuesioner</p>	<p>responden memiliki aktivitas yang berat yaitu 32 responden (53,3%) dan sebanyak 22 responden (36,7%) memiliki aktivitas fisik yang ringan. Sisanya memiliki aktivitas fisik yang sedang sebanyak 6 responden (10%). ti, Pangestuti & Ulvie, 2015).</p>	<p>pendekatan waktu cross sectional dan melibatkan 60 responden yang diambil dengan teknik total sampling.</p> <p>3. Persamaan dalam menggunakan alat ukur atau instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan Kuesioner <i>Human Energi Requirements</i>(</p>	
--	--	--	----------------------------------	---	---	--

					HER).	
2.	Asep Mulyadi dkk. (2017)	Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia Demensia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Wreda Ciparay Bandung Tahun 2017.	<p>1. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran aktifitas fisik pada lanjut usia.</p> <p>2. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah <i>purposive sampling</i> sebanyak 46 orang lansia demensia yang berusia > 60 tahun.</p> <p>3. Instrumen penelitian yaitu <i>Physical Activities Scale for Elderly</i> (PASE).</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa factor-factor berpengaruh terhadap menurunnya aktifitas fisik lansia demensia sepertiusia, sebagian besar lansia demensia berusia 75-90 tahun aktivitas fisiknya kurang, lansia adalah berpendidikan SD memiliki aktivitas kurang,</p>	<p>1. Desan Penelitian ini menggunakan Deskriptif Kuantitatif.</p> <p>2. Untuk teknik pengambilan data: <i>Purposive Sampling</i>.</p> <p>3. Penelitian ini sama- sama meneliti Aktivitas Fisik Pada Lansia.</p>	<p>Perbedaan Pada penelitian ini adalah instrumen yang digunakan peneliti sebelumnya ialah <i>Physical Activities Scale for Elderly</i> (PASE). Sedangkan yang akan peneliti teliti adalah Kuosioner yang dibuat sendiri.</p>

				Lansia sebagian besar lansia demensia jenis kelamin perempuan memiliki aktivitas fisik menurun.		
3.	Sri Iswahyuni (2017)	Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia di Surakarta Tahun 2017	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode analisa data yang digunakan dalam penelitian ini ialah Deskriptif Koleratif dengan rancangan croos section. 2. Untuk teknik pengambilan sampel adalah total populasi sebanyak 90 Lansia. 3. Analisa kolerasi menggunakan 	<p>Hasil analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis yaitu menggunakan Staastistik menggunakan uji <i>Chi Square</i>, diketahui koefisien kolerasi antara Aktivitas</p>	1. Persamaan pada variabel bebas kedua penelitian ini adalah aktivitas Fisik pada Lansia Hipertensi.	1. Perbedaan dalam penelitian ini ialah jumlah populsi peneliti sebelumnya dengan jumlah populasi sebanyak 90 lansia, sedangkan

			<p>program IBM SPSS Statistik 23. Uji analisis yang dilakukan untuk mencari hubungan antara tingkat aktivitas fisik dan hipertensi menggunakan uji <i>Chi Square</i></p>	<p>Fisik dan hipertensi: Diastole adalah -0,038, nilai asymp sig (p)=0,002. Daerah kritis H0 ditolak jika nilai asymp sig (p) < nilai a. Oleh Karena nilai asymp sig (p)=0,002 < a = 0,05 maka H0 ditolak yang berarti bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dan tekanan darah Diastole(</p>	<p>penelitian yang akan teliti ini dengan jumlah sebanyak 40 lansia.</p> <p>2. Menguji hipotesis menggunakan program IBM SPSS Statistik 23. Sedangkan yang akan peneliti teliti adalah deskriptif kuantitatif.</p>
--	--	--	--	--	--

				<p>Hipertensi Diastole). Semaking aktif aktivitas Fisiknya semakin normal tekana darah diastolenya, dan semaking tidak aktif aktifitas fisiknya semakin tinggi tekanan darah diatolenya.</p>		
--	--	--	--	--	--	--

STIKES BETHESDA YAKKUM

STIKES BETHESDA YAKKUM