

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas yang kondisi kesehatannya beresiko tinggi, berdasarkan Peraturan Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Jumlah lanjut usia di dunia saat ini, menurut data Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) terdapat 920 juta orang lanjut usia di dunia. Jumlah ini diproyeksikan akan terus meningkat hingga mencapai 1,2 milyar orang pada tahun 2050 (Silviliyana dkk, 2018). Prevalensi lansia di Indonesia tahun 2019 mencapai 9,60 % atau sekitar 25,64 juta jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia sedang berada dalam masa perubahan yang menyebabkan pendewasaan budaya karena tingkat kematangan individu pada usia 60 tahun ke atas adalah di atas 7 %. Terdapat 5 wilayah di Indonesia yang mempunyai prevalensi dan jumlah lansia sebesar 10 %, yaitu Daerah Istimewa Yogyakarta (14,50 %), Jawa Tengah (13,36 %), Jawa Timur (12,96 %), Bali (11,30 %), dan yang terakhir Sulawesi Utara (11,15 %). Dari data penduduk tahun 2020, maka usia yang lahir pada tahun 1946-1964 dan saat ini di perkirakan berusia antara 56-74 tahun mempunyai presentase sebesar 16,61 % (609,3774 jiwa) dari total penduduk Daerah Istimewa Yogyakarta.

Lanjut usia mengalami masa kemunduran baik secara fisik maupun intelektual pada masa kehidupan, perubahan yang mungkin terjadi pada lansia yaitu kekuatan tubuh menurun, daya ingat menurun, pendengaran dan penglihatan menurun, gangguan pada keseimbangan dan gangguan pada sistem pencernaan. Penelitian (Hernawan & Rosyid, 2017), didapatkan penilaian terhadap kondisi kesehatan yang dialami oleh lansia biasanya mengalami penurunan kemampuan pada organ tubuh sehingga menimbulkan berbagai penyakit degeneratif salah satunya adalah hipertensi. Penelitian (Lestari, 2018), mengatakan bahwa orang lanjut usia dengan hipertensi yang mengalami masalah dalam mengendalikan tekanan darah akan merusak kesehatannya. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan ketidaknyamanan atau gangguan masalah yang berbeda-beda.

Masalah yang sering dialami pada lansia di Indonesia adalah penyakit tidak menular (PTM) antara lain hipertensi pada lanjut usia ≥ 60 tahun sebanyak 62,66 %, masalah gigi pada lanjut usia ≥ 60 tahun sebanyak 43,55%, penyakit sendi pada lanjut usia ≥ 60 tahun adalah 117,77 %. Penduduk lanjut usia di Yogyakarta yang hipertensi mencapai 10,7 %, masalah diabetes melitus mencapai 4,5%. Masalah yang sering terjadi pada lansia di Balecatur Gamping adalah hipertensi sebanyak 382 orang.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang umumnya biasa dialami oleh lansia. Tekanan darah tinggi adalah keadaan dimana tekanan darah

sistolik lebih dari setara dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari setara 90 mmHg. Hipertensi seringkali disebut sebagai *the silent killer* karena seringkali terjadi tanpa dengan ditandai dengan keluhan terlebih dahulu. Saat ini hipertensi merupakan permasalahan yang cukup serius karena merupakan faktor risiko terjadinya penyakit jantung dan ginjal, diabetes melitus dan juga stroke (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang menjadi penyebab kematian terbesar di Indonesia. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar yang dipimpin oleh Dinas Kesehatan Indonesia pada tahun 2018, terdapat peningkatan jumlah individu yang mengalami hipertensi di Indonesia dari angka prevalensi 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% dan menjadi penyebab 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia pada tahun 2016 (Hariawan, dan Tatisina, 2020). Berdasarkan informasi Riskesda 2018, prevalensi penduduk di wilayah Jawa yang menderita hipertensi sebesar 37,57%. Frekuensi hipertensi pada Wanita (40,17%) lebih tinggi dibandingkan pada pria (34,83%). Kasus di wilayah perkotaan sedikit lebih tinggi (38,4%) dibandingkan dengan wilayah pedesaan (37,01%). Kasus hipertensi di Yogyakarta 32,86%. Angka prevalensi ini menempatkan Yogyakarta pada peringkat ke dua belas sebagai daerah penderita hipertensi (Riskesdas, 2018). Kasus hipertensi terbesar di Yogyakarta terdapat di Gunung Kidul (39,25%), kedua Kulon Progo (34,70%), ketiga

Sleman (32,01%), keempat Bantul (29,89%), terakhir kota Yogyakarta (29,28%).

Studi awal yang dilakukan Minggu 29 Oktober 2023 diperoleh data dari hasil wawancara dengan kader yang menangani posyandu lanjut usia di desa Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta bahwa terdapat jumlah lansia 115 orang dengan jumlah lansia penderita hipertensi 76 orang lansia hipertensi. Didapatkan data bahwa lansia di Jatimas jarang dan bahkan tidak mengikuti kegiatan atau aktifitas fisik seperti senam atau kegiatan kelompok yang diadakan di posyandu. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Kebanyakan orang memerlukan obat antihipertensi untuk jangka panjang dengan satu obat atau lebih. Dalam jurnal Lestari dkk, 2018 menyebutkan bahwa hipertensi yang tidak bisa di kontrol dapat menyebabkan bermacam-macam komplikasi.

Salah satu tugas perkembangan lansia yaitu melakukan penyesuaian terhadap kehidupan sosial atau masyarakat. Berdasarkan pengalaman penulis, pada dasarnya lansia senang berkumpul, bercerita bersama dan melakukan kegiatan sosial. Namun hal ini menurut hasil wawancara dengan kader posyandu Jatimas menyebutkan bahwa lansia di daerah ini jarang mengikuti kegiatan aktivitas bersama. Dalam hal ini, terapi nonfarmakologi yang bisa dilakukan dan mudah yaitu terapi aktivitas berkebun, terapi aktivitas memelihara hewan, dan salah

satunya juga bisa dilakukan terapi aktivitas memasak agar mendorong lansia untuk dapat bersosialisasi kepada sesama.

Terapi modalitas adalah suatu gerakan untuk mengisi waktu senggang lansia dengan tujuan mengubah cara berperilaku lansia dari maladaptif menjadi adaptif. Penelitian (Hermito Gidion dkk, 2022) tentang penatalaksanaan terapi okupasi dalam aktivitas memasak di desa Setisari didapatkan hasil bahwa dapat meningkatkan kepuasan. Aktivitas terapi kelompok memasak yang dilakukan pada lanjut usia dilakukan dengan memfokuskan pada kebersamaan. Proses dalam memasak dapat memberikan pengaruh positif pada kehidupan mulai dari sosialisasi, harga diri, dan juga kualitas hidup seseorang. Sampai saat ini belum ada penelitian terkait Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian "Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning terhadap Perubahan tekanan darah lansia hipertensi di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta tahun 2024".

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah yang disusun adalah "Adakah Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning Terhadap Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta Tahun 2024".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Aktivitas Terapi Kelompok Memasak Puding Labu Kuning terhadap perubahan tekanan darah lansia hipertensi di Jatimas kecamatan Gamping kabupaten Sleman Yogyakarta tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden lanjut usia berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan.
- b. Mengetahui tekanan darah sebelum melakukan aktivitas terapi kelompok memasak pada lansia hipertensi di Jatimas Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta tahun 2024.
- c. Mengetahui tekanan darah sesudah melakukan aktivitas terapi kelompok memasak pada lansia hipertensi di Jatimas kecamatan Gamping kabupaten Sleman Yogyakarta tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam keperawatan medikal bedah dan keperawatan komunitas.

2. Bagi Kalurahan Balecatur Kabupaten Sleman

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi bagi masyarakat sekitar untuk melihat perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi.

3. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dasar dalam melakukan penelitian selanjutnya yaitu tentang perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian serta sebagai bahan penerapan ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan.

STIKES BETHESDA WAKKUM

E. Keaslian Penelitian

Table 1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	(Tina et al., 2021)	Pengaruh senam hipertensi terhadap tekanan darah lansia	Jenis penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian pre-eksperimen <i>one group pretest dan post test design</i> .	Hasil dari penelitian ini yaitu senam hipertensi yang dilakukan secara teratur dengan Gerakan tertentu terbukti dapat mempengaruhi penurunan tekanan darah baik sistol dan diastol pada lansia yang menderita hipertensi.	a. Desain penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimen <i>one group pretest dan postest</i> .	a. Pada penelitian variabel bebas tentang senam hipertensi sedangkan penulis pada penelitian ini variabel bebas tentang terapi aktivitas memasak. b. Pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> sedangkan pada

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
						penelitian ini menggunakan Teknik <i>random sampling</i> .
2	(Emilyani et al., 2023)	Pengaruh senam <i>tai chi</i> terhadap tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Cakranegara	Jenis penelitian kuantitatif, pre-eksperimen dengan metode <i>one group pretest – posttest</i> .	Terdapat pengaruh senam <i>tai chi</i> terhadap penurunan tekanan darah sistol dan diastol pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Cakranegara tahun 2018 dengan nilai 0,000.	c. Jenis penelitian kuantitatif d. Rancangan yang digunakan dalam penelitian maupun yang akan digunakan peneliti sama-sama menggunakan pre-eksperimen <i>one group pretest-posttest design</i>	e. Pada penelitian variabel bebas tentang terapi senam <i>thai chi</i> sedangkan pada penelitian ini variabel bebas tentang terapi aktivitas memasak. f. Teknik pengumpulan data menggunakan <i>purposive sampling</i> sedangkan penulis

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
						menggunakan <i>random sampling</i> .
3	(Setiyaningrum, 2021)	Pengaruh yoga terhadap penurunan tekanan darah lansia hipertensi di Panti Weda Dewanata Slarang Cilacap in 2020	Jenis penelitian kuantitatif, eksperimental. Populasi penelitian ini yaitu 27 orang dan sampel 7 orang.	Tidak terdapat pengaruh senam yoga terhadap angka penurunan tekanan darah lansia hipertensi. Ada beberapa faktor mempengaruhi lansia dapat menjalankan yoga dengan baik sehingga efek terapi yang diharapkan dapat dirasakan manfaatnya.	g. Menggunakan populasi lansia hipertensi. h. Jenis penelitian kuantitatif eksperimen	i. Pada penelitian variabel bebas tentang senam yoga sedangkan pada penelitian ini variabel bebas tentang aktivitas kelompok memasak. j. Tempat penelitian di panti wreda dewanata slarang cilacap sedangkan pada penelitian ini di Jatimas

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
						kabupaten Sleman.

STIKES BETHESDA YAKKUM

STIKES BETHESDA YAKKUM