

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Komposisi masyarakat yang mengalami penuaan terus bertambah dengan cepatnya di seluruh dunia baik pada negara berkategori maju maupun negara yang masih dalam *progress* berkembang. Hal tersebut merupakan akibat dari fertilitas dan mortalitas yang menurun serta terjadinya angka harapan hidup yang meningkat, pada akhirnya struktur penduduk akan mengalami perubahan secara total. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi proses terjadinya penuaan antara lain sarana sanitasi, status gizi, tingkat pendidikan, pelayanan kesehatan, dan sosial ekonomi. Diperkirakan jumlah masyarakat lanjut usia akan makin meningkat di masa mendatang (Kemenkes RI, 2017).

Terjadinya pertambahan populasi lansia tersebut menjadi perhatian khusus, hal tersebut berkaitan dengan permasalahan yang spesifik pada lansia yang menyebabkan perubahan fungsi kognitif, sosial, fisik, perasaan serta pada hal seksualitas (Azizah, 2011). Gangguan sistem kardiovaskular menjadi penyakit yang paling sering terjadi pada lansia. Penyakit-penyakit seperti jantung baik koroner maupun pulmonik, sroke, hipertensi, gagal ginjal dan kardiomiopati merupakan penyakit yang paling sering terjadi pada lansia (Fatmah, 2010).

Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit gangguan sistem kardiovaskular. Bila penanganan hipertensi tidak dilakukan dengan baik dapat menyebabkan terjadinya gagal jantung, gagal ginjal, gangguan penglihatan, infark

mokard dan demensia. *World Health Organization (WHO)* tahun 2015 meliris data bahwa satu milyar penduduk di dunia mengalami hipertensi dan dua per tiga diantaranya merupakan penduduk negara berkembang dengan tingkat ekonomi menengah kebawah. Dalam perkembangannya, angka kejadian hipertensi akan terus mengalami peningkatan dan diperkirakan sebesar 29% penduduk dewasa di seluruh dunia akan mengalami hipertensi pada akhir tahun 2025. Hipertensi menjadi salah satu penyumbang kematian sebanyak kurang lebih 8 juta orang setiap tahunnya dan di Asia Tenggara dimana 1/3 penduduknya mengalami hipertensi, terjadi sebanyak 1,5 juta kematian (Kemenkes RI, 2017).

Indonesia merupakan salah satu negara dengan populasi penderita hipertensi yang besar. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 menunjukkan angka kejadian hipertensi sebesar 34,1%, jauh lebih tinggi daripada angka kejadian tahun 2013 sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi tertinggi di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu 44,1% dan terendah di provinsi Papua yaitu sebesar 22,2%. Peningkatan kasus hipertensi juga terjadi di Provinsi Gorontalo dimana pada Riskesdas 2013, kasus hipertensi sebesar 29,0% dan pada Riskesdas tahun 2018 meningkat menjadi 31,0% (Kemenkes RI, 2018).

Kabupaten Bone Bolango juga mengalami peningkatan terkait jumlah penderita hipertensi dimana pada tahun 2016 jumlah kasus baru dan lama Penderita hipertensi sebanyak 6.695 dengan jumlah kematian 70 jiwa (1,05%), sedangkan tahun 2017, jumlah kasus baru dan lama 6.324 dengan jumlah kematian 57 jiwa (0,9%) (Dikes Kabupaten Bone Bolango, 2017).

Penyakit Hipertensi sangat di pengaruhi oleh banyak faktor antara lain usia, jenis kelamin, keturunan, obesitas, kurangnya konsumsi serat, dan kurangnya aktifitas fisik (Sari, 2017). Aktifitas fisik adalah setiap gerakan tubuh dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Kurangnya aktifitas fisik merupakan faktor resiko independen untuk penyakit kronis dan secara keseluruhan di perkirakan dapat menyebabkan kematian secara global.

Aktifitas Fisik yang baik dan rutin akan melatih otot jantung dan tekanan perifer sehingga dapat mencegah peningkatan tekanan darah. Olah raga yang teratur dapat merangsang pelepasan hormon endorfin yang menimbulkan efek euphoria dan relaksasi otot sehingga tekanan darah tidak meningkat (Kokkinos,et al, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Hasanuddin (2018) di wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang mendapatkan hasil analisis menggunakan uji speraman rankdan didapatkan nilai Sig.=0,005 ($\alpha \leq 0,05$). Artinya ada hubungan aktivitas fisik dengan tekanan darah pada masyarakat penderita hipertensi.

Berdasarkan data awal yang diperoleh di Puskesmas Bulango Timur pada tahun 2017 jumlah kasus baru hipertensi pada lansia sebanyak 391 orang, yang terdiri dari 69 orang laki-laki (17,6%) dan 322 orang perempuan (82,4%). Berdasarkan kelompok umur lansia, penderita hipertensi yang berumur 45-54 tahun sebanyak 99 orang (25,3%), berumur 55-59 tahun sebanyak 74 orang (18,9%), berumur 60-69 tahun sebanyak 106 orang (27,1%) dan berumur >70 tahun sebanyak 112 orang (28,6%).

Sementara itu pada tahun 2018 tercatat jumlah kasus baru hipertensi pada lansia sebanyak 465 orang (31,4%), yang terdiri dari 123 orang laki-laki (26,5%) dan 342 orang perempuan (73,5%). Berdasarkan kelompok umur lansia, penderita hipertensi yang berumur 45-54 tahun sebanyak 96 orang (20,6%), berumur 55-59 tahun sebanyak 79 orang (17,0%), berumur 60-69 tahun sebanyak 165 orang (35,5%) dan berumur >70 tahun sebanyak 125 orang (26,9%). Sementara itu, sampai dengan bulan September tahun 2019 tercatat 319 orang lansia penderita hipertensi baru yang datang berkunjung di Puskesmas Bulango Timur.

Peneliti kemudian melakukan wawancara pada 10 orang lansia penderita hipertensi yang datang berobat ke Puskesmas Bulango Timur, 7 orang (70,0%) diantaranya mengatakan bahwa mereka sudah kurang melakukan kegiatan-kegiatan yang memerlukan tenaga seperti berjalan jauh, lari pagi ataupun mengangkat benda-benda berat. Hal tersebut dikarenakan faktor usia dan tenaga yang sudah dirasa tidak mampu lagi dilakukan.

Berdasarkan data serta kajian tersebut, menarik minat peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolango”.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Provinsi Gorontalo tahun 2013 angka prevalensi hipertensi sebesar 29,0% dan tahun 2018 meningkat menjadi 31,0%, di Kabupaten Bone Bolango jumlah hipertensi kasus baru dan lama sebanyak 17.179 dengan jumlah kematian akibat penyakit hipertensi sebanyak 173 kematian.

2. Di Puskesmas Bulango Timur sampai dengan bulan September tahun 2019, tercatat 319 orang lansia penderita hipertensi baru yang datang berkunjung.
3. Wawancara pada 10 orang lansia penderita hipertensi yang datang berobat ke Puskesmas Bulango Timur, 7 orang (70,0%) diantaranya mengatakan bahwa mereka sudah kurang melakukan kegiatan-kegiatan yang memerlukan tenaga seperti berjalan jauh, lari pagi ataupun mengangkat benda-benda berat. Hal tersebut dikarenakan faktor usia dan tenaga yang sudah dirasa tidak mampu lagi dilakukan.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolango?.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolango.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi aktifitas fisik pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolango.
2. Mengidentifikasi hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolango.

3. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolango.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai kejadian hipertensi pada lansia serta hubungannya dengan aktivitas fisik.

2. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi kajian serta referensi dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hipertensi pada lansia dengan variabel dan metodologi penelitian yang lain.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Puskesmas Bulango Timur

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pemikiran untuk merumuskan kebijakan dalam pembinaan masyarakat dalam upaya menekan prevalensi hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup pada lansia di wilayah kerja.

2. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan dan memunculkan kesadaran masyarakat pada umumnya dan lansia pada umumnya untuk lebih menjaga kesehatan dan menjaga pola hidup sebagai upaya menghindarkan terjadinya hipertensi.