

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Tahap akhir dari perkembangan manusia adalah usia lanjut. Usia lanjut berkaitan dengan penurunan batas kemampuan hidup dan daya tanggap individu. Masa tua sering disebut juga penuaan. Setiap orang mengalami proses penuaan alami yang tidak dapat mereka hentikan (Destriande et al., 2021). Seseorang yang berusia di atas 60 tahun yang secara bertahap mengalami kemunduran secara fisik, mental, dan sosial dianggap sebagai lansia (Sumarta, 2020). Seiring dengan bertambahnya waktu, jumlah penduduk lanjut usia akan terus meningkat dari tahun ke tahun (Setiorini, 2021).

Perkembangan jumlah penduduk lanjut usia di dunia menurut *World Health Organization* (WHO) sampai tahun 2050 akan meningkat kurang lebih 600 juta menjadi 2 milyar lansia, dan wilayah Asia merupakan wilayah dengan jumlah pergeseran populasi terbesar akan mengalami peningkatan populasi lansia sebesar 82% selama 25 tahun ke depan (Ariyanto et al., 2020). Menurut data dari Badan Pusat Statistika (BPS), jumlah penduduk Indonesia yang termasuk kategori usia 60 tahun ke atas diperkirakan sebanyak 28 juta jiwa atau sebesar 10,7 persen dari total penduduk (BPS, 2021). Di Provinsi Jawa Tengah, proporsi lansia terhadap total populasi terus meningkat, dari 13,49 persen di tahun 2019 menjadi 13,87 persen di tahun 2020 (BPS, 2020).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap (2021) diketahui bahwa jumlah lansia di Kabupaten Cilacap sampai dengan Desember

2020 adalah sebanyak 251.433 orang (Junarti et al., 2022). Menurut WHO, karena terus bertambahnya jumlah lansia, ada beberapa tantangan tersendiri di bidang kesehatan dengan munculnya gangguan kesehatan jiwa, kondisi degeneratif dan penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi (Putri et al., 2019). Seiring dengan terjadinya peningkatan angka penderita hipertensi di Indonesia, pemerintah merumuskan berbagai kebijakan pelayanan kesehatan untuk lansia agar derajat dan mutu kesehatan lansia penderita hipertensi dapat meningkat. Salah satunya yaitu dengan mencanangkan pelayanan kesehatan pada lansia melalui beberapa jenjang. Pelayanan di tingkat masyarakat dilakukan oleh Posyandu lansia (Amalia, 2021).

Posyandu lansia adalah pos pelayanan terpadu yang difokuskan pada masyarakat lansia di wilayah tertentu yang telah disetujui untuk memberikan pelayanan kesehatan (Amalia, 2021). Melalui Posyandu, para lansia dapat menerima layanan kesehatan dasar, terutama layanan preventif (pencegahan penyakit) dan promotif (peningkatan kesehatan) (Wahyuni, 2022). Pembinaan kesehatan bagi para lansia berfokus pada faktor-faktor risiko yang harus dihindari yang dapat menyebabkan berbagai gangguan dan penyakit (Putri, Mega Arianti & Suhartiningsih, 2020). Namun, ada sejumlah penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia. Salah satu PTM yang merupakan permasalahan kesehatan yang sangat serius adalah penyakit tekanan darah tinggi atau hipertensi (Astuti et al., 2022).

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah sistoliknya  $\geq 140$  mmHg dan atau tekanan darah diastoliknya  $\geq 90$  mmHg pada dua kali pemeriksaan tekanan darah dengan keadaan rileks dalam waktu 5 menit.

Banyak orang dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi ini karena mereka biasanya tidak mengalami keluhan dan gejala yang khas (Rompis et al., 2023). Hipertensi juga merupakan penyakit yang berkontribusi terhadap mortalitas tinggi setiap tahun. Di Indonesia, hipertensi termasuk dalam penyakit yang dominan diderita (Lainsampetty et al., 2022).

Penderita hipertensi di seluruh Dunia sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun. Sementara itu, 39,9% orang di Asia Tenggara akan menderita hipertensi pada tahun 2020. Pada tahun 2018, data dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia, yang memiliki populasi sekitar 260 juta jiwa, telah meningkat menjadi 34,1% dari 27,8% (Febriawati et al., 2023). Pada tahun 2020, menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap (2020), jumlah penderita hipertensi di Cilacap mencapai 585.907 kasus. Dengan 10.459 kasus hipertensi, Puskesmas Cilacap Selatan II menempati urutan ke-22 dari 38 wilayah kerja puskesmas di Cilacap. Pasien laki-laki sebanyak 4.682 orang dan pasien wanita sebanyak 5.777 orang (Nilawati, 2023). Hipertensi terutama pada domain fisik, adalah salah satu penyakit yang dapat mempengaruhi kualitas hidup (Saudah, 2020).

Kualitas hidup atau *Health Related Quality of Life* (HRQoL) adalah penilaian secara subjektif terhadap kesehatan fisik dan mental. Lingkungan, nilai budaya, dan faktor sosial ekonomi semuanya berdampak pada kualitas hidup (Rahmawati, Dwy & Solikhah, 2023). Kualitas hidup lansia yang baik dapat mendorong para lansia menjadi lebih sehat, produktif, mandiri, dan hidup sejahtera (Sihotang, 2022). Kualitas hidup lansia dipengaruhi berbagai faktor

seperti kesehatan psikologis, hubungan sosial, lingkungan dan kesehatan fisik (Kiik, Stefanus Mendes et al., 2018).

Penurunan fisik, psikologis dan sosial yang merupakan dampak dari hipertensi berpengaruh terhadap penurunan kualitas hidup seseorang. Penderita dengan penyakit tidak menular, seperti hipertensi, memiliki presentase sebesar 1,5 kali (70%) lebih tinggi dibandingkan dengan pasien tanpa penyakit tidak menular, dengan persentase sebesar 49% (Kholifah et al., 2022). Adapun kemampuan lansia untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan (Yuswatiningasih, Endang & Suhariati, 2021).

Pendidikan adalah proses pembelajaran, pengetahuan, kemampuan, dan rutinitas dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui pengajaran, pelatihan, atau penelitian (Riniasih, Wahyu & Hapsari, 2020). Untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman yang lebih baik, diperlukan pendidikan. Dalam hal ini, tingkat pendidikan seseorang memiliki dampak yang signifikan terhadap kemampuan mereka untuk mengakses informasi mengenai pencegahan penyakit. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan yang lebih tinggi dapat mendukung peningkatan derajat kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup seseorang melalui pilihan gaya hidup yang sehat (Nilawati, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Riniasih, Wahyu dan Hapsari (2020) diketahui bahwa responden yang memiliki kualitas hidup baik paling banyak terdapat pada responden yang berpendidikan SMA yaitu sebanyak 9

orang (15%), sebanyak 19 orang (31,7%) dengan pendidikan SD adalah yang paling banyak memiliki kualitas hidup yang buruk. Hasil pengujian variabel tingkat pendidikan dengan nilai koefisien regresi 1,764,  $p = 0,012$  dengan OR = 5,838 artinya variabel tingkat pendidikan yang memiliki tingkat pendidikan rendah memiliki risiko 5,838 kali lebih besar untuk mengalami kualitas hidup buruk dibandingkan dengan yang memiliki tingkat pendidikan tinggi (Hidayah et al., 2021).

Menurut penelitian Wahid, Puguh, dan Victoria (2021) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kualitas hidup, dengan nilai  $p$  sebesar  $0,123 > 0,05$ . Berbeda dengan penelitian Kurniawati (2019) yang menemukan hubungan antara pendidikan dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi dengan  $p$  value  $0,000 < 0,05$  artinya terdapat hubungan antara pendidikan dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi. Kualitas hidup diduga berhubungan dengan aktivitas fisik pada lansia hipertensi. Lansia dapat mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatannya dengan melakukan aktivitas fisik (Windri et al., 2019).

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi (Sumarta, 2020). Aktivitas fisik sangat baik untuk kesehatan karena membuat tubuh tetap bugar dan sehat, terutama bagi lansia yang memiliki tekanan darah tinggi (Hasanah et al., 2023). Bagi lansia, aktivitas fisik dianggap penting untuk mengurangi kelemahan, risiko jatuh, mempertahankan fungsi, dan morbiditas. Aktivitas fisik merupakan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup mengenai persepsi

individu terhadap kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungannya (Dewi, Yulia & Arin Supriyadi, 2023).

Menurut Penelitian Hidayat dan Munawwaroh (2017) menunjukkan bahwa tingkat aktivitas fisik berhubungan dengan kualitas hidup pada lansia. Sebaliknya, penelitian Kundari (2013) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dua variabel, yaitu kualitas hidup lansia dan aktivitas fisik (Jumaiyah et al., 2020). Hasil penelitian Ariyanto, et al (2020) didapatkan nilai aktivitas fisik dan kualitas hidup yaitu  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup pada lansia. Hasil *Odds Ratio* adalah 49,5, menunjukkan bahwa lansia yang kurang melakukan aktivitas fisik memiliki peluang 49,5 kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang buruk dibandingkan lansia yang melakukan aktivitas fisik yang cukup.

Dari perolehan riset dengan analisis tabulasi silang, sebanyak 27 lansia (48,2%) yang aktivitas fisiknya kurang, memiliki kualitas hidup yang buruk (Jumaiyah et al., 2020). Aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan kualitas hidup lansia pada kesehatan fisik dengan menurunkan tekanan darah lansia yang berarti semakin mandiri lansia, semakin baik pula kualitas hidupnya (Nindy et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 April 2023, dari hasil wawancara pada lansia yang menderita hipertensi, 7 dari 10 lansia memiliki aktivitas fisik sedang, dengan pendidikan terakhir adalah SD, 3 diantaranya memiliki kualitas hidup yang buruk. Dari penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Tingkat

Pendidikan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Hipertensi Di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Hipertensi Di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pendidikan dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengetahui tingkat pendidikan lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.
- b. Mengetahui gambaran aktivitas fisik lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.
- c. Mengetahui kualitas hidup lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.
- d. Mengetahui hubungan tingkat pendidikan dengan kualitas hidup lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.

- e. Mengetahui hubungan aktifitas fisik dengan kualitas hidup lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.
- f. Menganalisis keeratan hubungan tingkat pendidikan dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.
- g. Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai hubungan tingkat pendidikan dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi, meningkatkan pengalaman dalam melakukan penelitian, serta dapat digunakan sebagai dasar pengembangan ilmu pengetahuan tentang keperawatan khususnya bidang gerontik.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Manfaat bagi Institusi Kesehatan

Dapat menjadi sumber informasi, masukan bagi pembaca dan pengembangan ilmu khususnya tentang hubungan tingkat pendidikan dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.

###### b. Manfaat bagi Pembaca

Dapat menjadi sumber referensi dalam mengetahui hubungan tingkat pendidikan dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia

hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.

c. Manfaat bagi penulis

Dapat menambah wawasan dalam mengembangkan kerangka berfikir ilmiah melalui penelitian dan memiliki pengalaman langsung bagi penulis dalam melakukan penelitian.

d. Manfaat bagi ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan sumber referensi bagi pengembangan ilmu keperawatan serta meningkatkan wawasan pengetahuan.

## **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang membahas tentang kualitas hidup pada lansia hipertensi sudah pernah dilakukan, namun dengan variabel *Independent* (variabel bebas) yang berbeda-beda. Penelitian dengan judul hubungan tingkat pendidikan dan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia hipertensi di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II belum pernah dilakukan, namun ada beberapa penelitian tentang kualitas hidup pada lansia hipertensi diantaranya sebagai berikut :

1. Penelitian Kundari (2013) dengan judul “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Dusun Seyegan Desa Margokaton Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman”.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia di Dusun Seyegan Desa Margokaton Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman. Di penelitian ini variabel

*independent* aktivitas fisik, sedangkan variabel *dependent* adalah kualitas hidup. Jenis penelitian ini merupakan korelasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* terhadap 72 orang lansia yang berusia lebih dari 60 tahun dengan metode *sampling jenuh*, adapun instrument penelitian ini menggunakan kuesioner PASE dan SF 36. Analisa data menggunakan *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan  $p \text{ value} < 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah lansia yang memiliki aktivitas fisik sedang sejumlah 32 responden atau 44,4% dan memiliki kualitas hidup baik sejumlah 45 responden atau 62,5%. Hasil perhitungan statistik diperoleh nilai  $p \text{ value}$  sebesar 0,335. Nilai koefisien kontingensi sebesar 0,172 menunjukkan keeratan hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia adalah sangat rendah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut : Tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia di Dusun Seyegan Desa Margokaton Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman.

Perbedaan penelitian ini dengan Kundari (2013) adalah pada judul penelitian yaitu tingkat pendidikan, pada sampel penelitian yaitu lansia di Posyandu Puspa Ayu Rw 03, besar sampel sebanyak 40 responden, untuk tempat penelitian berbeda yaitu peneliti melakukan penelitian di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II dan untuk teknik pengambilan sampel dengan metode *total sampling*. Persamaan penelitian terletak pada variabel *dependent* yaitu kualitas hidup, metode deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*.

2. Penelitian Munawwaroh, Aisyah Muslimatun dan Supratman (2017) dengan judul “Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kelurahan Joyosuran Kecamatan Pasar Kliwon Surakarta”.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui aktivitas fisik dan kualitas hidup lansia penderita hipertensi serta hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Joyosuran Kecamatan Pasar Kliwon Surakarta. Di penelitian ini variabel *independent* berupa aktivitas fisik sedangkan variabel *dependent* adalah kualitas hidup. Jenis penelitian ini merupakan deskriptif korelatif dengan rancangan *cross sectional*, terhadap 96 sampel lansia dengan metode menggunakan teknik *proporsional random sampling*, adapun instrument penelitian ini menggunakan kuesioner yaitu GPPAQ dan WHOQOL-BREF. Teknik analisa data yang digunakan adalah *Chi-Square(X<sup>2</sup>)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Joyosuran Kecamatan Pasar Kliwon Surakarta (p-values = 0,001; X<sup>2</sup>= 35,452).

Perbedaan penelitian ini dengan Munawwaroh, Aisyah Muslimatun dan Supratman (2017) adalah pada judul penelitian yaitu tingkat pendidikan, pada sampel penelitian yaitu lansia di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Cilacap Selatan, besar sampel sebanyak 40 responden, untuk tempat penelitian berbeda yaitu peneliti melakukan penelitian di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II dan untuk

pengambilan sampel dengan metode *total sampling*. Persamaan penelitian terletak pada variabel *independent* yaitu aktivitas fisik dan variabel *dependent* yaitu kualitas hidup, metode deskriptif korelatif dengan rancangan *cross sectional*.

3. Penelitian Nurlatifa, et al (2023) dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia Di Kelurahan Hutuo”.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup Pada Lansia . Di penelitian ini variabel *independent* yaitu aktivitas fisik, sedangkan variabel *dependent* adalah kualitas hidup. Jenis penelitian ini menggunakan *descriptif correlation* dengan rancangan *Cross Sectional*, terhadap 50 responden lansia dengan metode *total sampling*, adapun instrument penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Teknik analisa data yang digunakan adalah menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan Aktivitas Fisik tertinggi yaitu Tinggi dengan jumlah 18 responden (36,6%), Aktivitas Fisik Sedang 17 responden dengan (34,0%), dan Aktivitas Fisik rendah 10 responden dengan (30,0%). Sedangkan Kualitas Hidup tertinggi yaitu Baik dengan jumlah 18 responden (36,6%), Sedang 17 responden dengan (34,0%), Buruk dengan jumlah 15 responden (30,0%). Hasil analisis menggunakan uji *chi square* dengan nilai  $p\text{ value}=0,002 (<0,05)$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup pada lansia. Sehingga di anjurkan bagi lansia untuk bisa meningkatkan aktivitas fisik agar kualitas hidup lansia cenderung akan meningkat.

Perbedaan penelitian ini dengan Nurlatifa, et al (2023) adalah pada judul penelitian yaitu tingkat pendidikan, pada sample penelitian yaitu lansia di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Cilacap Selatan, besar sampel sebanyak 40 responden, untuk tempat penelitian berbeda yaitu peneliti melakukan penelitian di Posyandu Puspa Ayu Rw 03 Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II. Persamaan penelitian terletak pada pengambilan sampel dengan metode *total sampling*, variabel *independent* yaitu aktivitas fisik dan variabel *dependent* yaitu kualitas hidup, metode deskriptif korelatif dengan rancangan *cross sectional*.