

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang banyak mengakibatkan kematian dini. Penderita hipertensi secara global diperkirakan terus mengalami peningkatan dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015 (World Health Organization, 2014). Angka prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia >18 tahun sebesar 34,11% berdasarkan hasil Riskesdas 2018. Kelompok usia yang paling banyak menderita hipertensi adalah kelompok usia 75 tahun ke atas sebanyak 69,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kelompok usia lanjut memiliki risiko hipertensi lebih tinggi. Hal ini bisa disebabkan karena menurunnya fungsi fisiologi maupun faktor pola makan dan kebiasaan (Shukuri *et al.*, 2019). Proses penuaan dapat mempengaruhi fungsi sistem renin angiotensin, penurunan elastisitas dinding arteri, dan penurunan sensitivitas baroreseptor. Hal ini berpengaruh pada meningkatnya risiko tekanan darah tinggi dan terjadinya hipertensi pada usia lanjut (Rigaud & Forette, 2001). Gerak tubuh dan aktivitas fisik yang kurang juga berpengaruh pada hipertensi (Ghadieh & Saab, 2015).

Hipertensi pada usia lanjut dipengaruhi oleh banyak faktor. Indeks massa tubuh >30 atau tergolong obesitas, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan

menurunkan tekanan sistolik dan diastolik akibat dari menurunnya aktivitas saraf simpatik (Hegde & Solomon, 2017). Intensitas aktivitas fisik yang semakin tinggi akan semakin menormalkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik dan semakin rendah aktivitas fisik maka semakin tinggi tekanan darah sistolik maupun diastoliknya (Iswahyuni, 2017). Efek penurunan tekanan darah setelah melakukan aktivitas fisik dan latihan terjadi karena meningkatnya refleksi baroreseptor pada pembuluh darah. Baroreseptor yang teraktivasi ini dapat menimbulkan terjadinya penghambatan neuron saraf simpatik dan neuron saraf vagus sehingga dapat menyebabkan bradikardi, penurunan kontraksi jantung, dan penurunan resistensi pembuluh perifer (La Rovere & Pinna, 2014).

Jumlah lansia di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mencapai lebih dari 569 ribu orang pada tahun 2020 dan jumlah ini merupakan yang tertinggi di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2021). Jumlah lansia yang cukup tinggi ini membawa permasalahan kesehatan akibat adanya komorbiditas misalnya penyakit kronis. Program pengelolaan penyakit kronis merupakan salah satu sistem pelayanan kesehatan bagi penderita penyakit kronis untuk meningkatkan kualitas hidup (BPJS Kesehatan, 2014). Klinik Pratama Firdaus adalah salah satu klinik dengan kegiatan Prolanis yang terselenggara dengan baik dan terintegrasi dengan pihak RSGM UMY sehingga diharapkan mampu bekerja sama dalam penanganan pasien. Klinik Pratama Firdaus yang merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama penyelenggara program pengelolaan penyakit kronis juga mengalami hambatan selama pandemi

COVID-19. Data dari Klinik Pratama Firdaus menunjukkan bahwa terdapat sekitar 206 anggota Prolanis hipertensi yang tertunda kegiatannya selama pandemi. Lansia saat ini menjadi kelompok rentan terkena COVID-19 sehingga tidak disarankan untuk bepergian dan berkerumun di luar rumah (Indarwati, 2020). Pandemi ini membatasi kegiatan dan aktivitas di luar rumah sehingga kegiatan olahraga yang biasa dilakukan bersama-sama seperti senam prolanis menjadi terganggu. Senam prolanis yang rutin dilakukan dapat menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada lansia karena dapat membantu dalam peningkatan efisiensi kerja jantung sehingga tekanan darah dapat terkontrol (Maksuk *et al.*, 2020). Pengontrolan tekanan darah melalui aktivitas fisik yang disarankan untuk lansia pada masa pandemi adalah aktivitas fisik yang cukup dan olahraga ringan yang dapat dilakukan di rumah (Mulani, 2020).

Penelitian mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah ini belum banyak dilakukan di masa pandemi sekarang. Kelompok Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) adalah salah satu yang terdampak pada kondisi pandemi karena tertundanya kegiatan yang rutin dilakukan di Klinik Pratama Firdaus. Lansia yang terdaftar dalam kelompok Prolanis mengalami keterbatasan akses untuk kontrol hipertensi akibat kondisi pandemi ini. Kegiatan pemantauan yang dibatasi dan aktivitas fisik yang disarankan dilakukan di rumah saja juga bisa berpengaruh pada tekanan darah. Perlu dilakukan penelitian mengenai hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia khususnya di masa pandemi ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi pada lansia kelompok program pengelolaan penyakit kronis Klinik Pratama Firdaus di masa pandemi COVID-19?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi pada pasien lanjut usia kelompok program pengelolaan penyakit kronis Klinik Pratama Firdaus di masa pandemi COVID-19.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien lanjut usia kelompok program pengelolaan penyakit kronis Klinik Pratama Firdaus di masa pandemi COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat diperoleh pengetahuan baru mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia di masa pandemic COVID-19.

2. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana dalam pengembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara aktivitas fisik tekanan darah pada lansia di masa pandemi COVID-19.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai informasi untuk masyarakat khususnya masyarakat yang berusia lanjut mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia di masa pandemi COVID-19.

4. Bagi Instansi

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai data untuk mengembangkan penelitian lain yang dapat dilakukan bukan hanya oleh bidang kedokteran gigi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkatan hipertensi sudah pernah dilakukan sebelumnya. Diantara penelitian-penelitian sebelumnya, beberapa penelitian dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan penelitian ini.

1. Penelitian dilakukan oleh (Saputri, 2018) pada populasi lansia di Kelurahan Manahan, Solo. Partisipan penelitian ini adalah penduduk berusia lebih dari 60 tahun yang terdaftar di Posyandu Kelurahan Manahan sejumlah 105 orang. Pengukuran tekanan darah dilakukan satu kali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada penduduk Kelurahan Manahan. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel pengaruh dan terpengaruh. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah subjek, lokasi, dan instrumen penelitian serta analisis data. Pada penelitian ini, subjek penelitian adalah lansia yang terdaftar dalam kelompok prolanis di Klinik Pratama Firdaus Kota Yogyakarta. Variabel penelitian yang tidak diteliti adalah kebiasaan kesehatan, indeks massa tubuh, dan riwayat pendidikan. Data dan kategori aktivitas fisik diperoleh dari pengisian kuesioner *International Physical Activity Questionnaire Short Form*. Analisis data menggunakan uji Spearman.

2. Penelitian oleh (Afriza *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan hipertensi pada lansia. Populasi dari penelitian ini adalah penduduk usia lebih dari 60 tahun yang tinggal di Kecamatan Rejosari dengan metode sampling yaitu *purposive sampling* dan didapatkan 84 orang partisipan. Kuesioner diisi oleh partisipan untuk memperoleh data berupa karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan serta kategori aktivitas fisik dan kategori

hipertensi. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel pengaruh dan terpengaruh. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek, lokasi, dan instrumen penelitian, metode pengumpulan data serta analisis data. Pada penelitian yang akan dilakukan, subjek penelitian adalah lansia yang terdaftar dalam kelompok prolanis di Klinik Pratama Firdaus Kota Yogyakarta. Data tekanan darah diperoleh dari pengukuran pada subjek. Analisis data yang digunakan adalah uji Spearman.

3. Penelitian oleh (Nurman & Suardi, 2018) mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kampar Timur. Partisipan penelitian berjumlah 85 orang dipilih berdasar *simple random sampling* dari populasi total 567 orang penduduk lansia di Pulau Birandang. Data kualitatif diperoleh dari wawancara dan anamnesa dan data tekanan darah diperoleh dari pengukuran menggunakan *sphygmomanometer*. Data mengenai aktivitas fisik diperoleh dari pengisian kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah pada lansia. Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel pengaruh dan terpengaruh. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek, lokasi, instrumen penelitian, dan metode analisis data. Pada penelitian yang akan dilakukan, subjek dan lokasi penelitian adalah lansia yang memenuhi kriteria inklusi eksklusi dan terdaftar di kelompok prolanis Klinik Pratama Firdaus Kota Yogyakarta. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner *International Physical*

Activity Questionnaire Short Form. Data kualitatif tentang keluhan pasien tidak dikumpulkan. Analisis data yang digunakan menggunakan uji Spearman.