BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut laporan tahun 2020 oleh World Health Organization (WHO), hipertensi atau peningkatan tekanan darah merupakan faktor signifikan yang berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas pada lansia, dengan estimasi 9,4 juta kematian setiap tahun secara global. Tercatat lebih dari satu miliar orang mengalami hipertensi pada tahun 2019, dan sekitar 82% dari mereka tinggal di negara dengan pendapatan rendah hingga menengah (Andriyani dkk., 2022).

Di Indonesia, 31,7% orang dewasa berusia 26 tahun ke atas memiliki hipertensi, dan meningkat menjadi 57,6% dalam populasi dengan usia di atas 60 tahun. Di wilayah Sumatera Utara, angka prevalensi hipertensi pada pasien rawat jalan usia lanjut (lebih dari 60 tahun) mencapai 45,69%. Sementara itu, hipertensi merupakan penyebab utama 1,162 kematian dari pasien yang dirawat di rumah sakit kabupaten/kota Provinsi Sumatera Utara, yang merupakan 27,02% dari total kematian. Pada kelompok usia ≥60 tahun, proporsi kematian akibat hipertensi mencapai 20,23% (1.349 kasus) (Martha dkk., 2020).

Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 (Riskesdas) menunjukkan Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥18 tahun tercatat sebesar 25,8%. Angka ini mengalami penurunan sebesar 5,9% dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2007 yang mencatat prevalensi sebesar 31,7% pada kelompok usia yang

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

sama. Penurunan prevalensi hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk perbedaan alat pengukur tekanan darah serta meningkatnya kesadaran masyarakat mengenai bahaya hipertensi (Arianti & Husna, 2022).

Salah satu masalah kesehatan yang paling umum di seluruh dunia, hipertensi berkontribusi pada peningkatan angka kesakitan, kematian, dan biaya layanan kesehatan, termasuk di Indonesia. Tekanan darah yang melebihi 140/90 mmHg adalah tanda kondisi ini. Hipertensi menjadi faktor risiko utama bagi berbagai penyakit kardiovaskular seperti stroke, gagal jantung, serangan jantung, dan gangguan fungsi ginjal. Ini adalah salah satu masalah kesehatan paling serius di dunia. Hipertensi dapat disebabkan oleh dua jenis faktor: yang tidak dapat dikendalikan (seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat genetik) dan yang dapat dikendalikan (seperti konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, pola makan yang tinggi garam, dan kurangnya aktivitas fisik) (Febriawati *et al.*, 2023).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lansia atau usia lanjut merupakan tahap kehidupan di mana kemampuan jaringan tubuh untuk memperbaiki diri serta menggantikan perubahan anatomi, fisiologis, maupun biokimia secara bertahap mengalami penurunan, sehingga berdampak pada fungsi tubuh secara menyeluruh (Susanti, 2020).

Seiring bertambahnya usia, organ tubuh lansia dapat mengalami berbagai kerusakan, penurunan kemampuan regeneratif dan melemahnya perlindungan terhadap infeksi yang dapat meningkatkan risiko lansia terhadap masalah kesehatan. Kondisi umum pada orang tua adalah hipertensi (Jalillah *et al.*, 2021).

Faktor ini adalah salah satu penyebab terjadinya hipertensi. Karena dinding arteri menebal akibat akumulasi kolagen di otot pembuluh darah, tekanan darah biasanya meningkat dengan usia. Hal ini menyebabkan penyempitan dan kekakuan pada pembuluh darah secara perlahan (Syarli & Arini, 2021).

Minimnya aktivitas fisik juga dapat mengakibatkan hipertensi akibat peningkatan frekuensi detak jantung. Tekanan darah dapat dikurangi dengan berolahraga secara teratur, dengan efek positif berupa peningkatan sirkulasi darah ke jantung dan mempertahankan kelenturan pembuluh darah. Di samping itu, olahraga juga membantu menghambat perkembangan aterosklerosis, sehingga risiko serangan jantung dapat diminimalkan. Melakukan aktivitas fisik secara teratur selama tiga hingga lima kali seminggu, selama sekitar tiga puluh hingga enam puluh menit, meningkatkan pergerakan otot dan membantu menurunkan berat badan. Akibatnya, terjadi penurunan tekanan darah (Eliani dkk., 2022).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Indeks massa tubuh (IMT) ialah salah satu faktor berperan dalam peningkatan tekanan darah. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Untuk menghitung IMT, berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter, dan digunakan sebagai indikator untuk mengetahui tingkat gizi seseorang. Indeks massa tubuh mencerminkan tingkat apoptosis dalam tubuh manusia, serta risiko kesehatan yang mungkin muncul jika ada kelebihan lemak dalam tubuh. Kategori IMT normal ditetapkan pada kisaran 18,5 sampai 24,9 kilogram per meter persegi, dan risiko penyakit

meningkat bila indeks massa tubuh melebihi 25 kg/m2 (Ariwidiani & Yayu, 2024).

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada 9 Januari 2025 di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu menunjukkan bahwa dari 10 lansia dengan tekanan darah tinggi, sebanyak 5 orang (50%) tergolong obesitas tingkat II. Selain itu, 6 responden (60%) diketahui memiliki aktivitas fisik yang berat. Berdasarkan data tekanan darah, sebanyak 8 orang (80%) teridentifikasi mengalami hipertensi, sementara 2 responden lainnya (20%) memiliki tekanan darah dalam kategori normal.

Peneliti memutuskan untuk melakukan studi pada orang tua dengan hipertensi pada tahun 2025 di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu dengan melihat profil indeks massa tubuh dan aktivitas fisik mereka.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1.2 Rumusan Masalah

Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi gambaran indeks massa tubuh dan aktivitas fisik individu pada lansia yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu pada tahun 2025.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui gambaran indeks massa tubuh dan aktivitas fisik pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Diketahui karakteristik penderita hipertensi berdasarkan umur, jenis kelamin, dan pendidikan di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun 2025

b. Diketahui gambaran indeks massa tubuh pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun 2025

c. Diketahui gambaran aktivitas fisik pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun 2025

d. Diketahui gambaran hipertensi pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun2025

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti tentang kondisi indeks massa tubuh dan aktivitas fisik pada orang tua dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu pada tahun 2025.

1.4.2 Bagi Puskesmas

Penelitian ini bertujuan untuk menyajikan informasi terkait kondisi indeks massa tubuh dan aktivitas fisik pada lansia dengan hipertensi, yang dapat dimanfaatkan oleh Puskesmas Jembatan Kecil Kota

Bengkulu sebagai dasar dalam perencanaan maupun peningkatan pelayanan kesehatan lansia di tahun 2025.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan akan memberikan wawasan lebih lanjut kepada masyarakat tentang pentingnya mempertahankan indeks massa tubuh dan aktivitas fisik pada orang tua dengan hipertensi, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu hingga tahun 2025.

1.4.4 Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan informasi dan masukan tentang gambaran indeks massa tubuh dan aktivitas fisik pada orang lanjut usia yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu pada tahun 2025.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

1.5 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat ditelaah melalui perbandingan dengan hasil-hasil penelitian terdahulu, yang dirangkum dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Dan Tahun Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
1.	Febriawati *et al*., 2023	Edukasi hipertensi pada pralansia dan lansia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu	Cross sectional	Dari beberapa kali pelaksanaan kegiatan, tampak adanya peningkatan pengetahuan pada kelompok lansia, disertai dengan kestabilan bahkan penurunan tekanan darah.
2.	Susanti, 2017	Hubungan asupan natrium dan natrium dengan tekanan darah pada lansia di Kelurahan Pajang	Cross Sectional	Pada orang tua, penelitian di Kelurahan Pajang menemukan bahwa konsumsi natrium dan tekanan darah berkorelasi, tetapi pada kelompok yang sama, tidak ada korelasi yang signifikan antara konsumsi kalium dan tekanan darah.
3.	Ariwidiani & Yayu, 2024	Analisis hubungan indeks massa tubuh terhadap tekanan darah lansia di Desa Dasan Tapen Kecamatan Gerung	Cross Sectional	Dari temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa kenaikan indeks massa tubuh berkaitan dengan meningkatnya risiko hipertensi.
4	Eliani *et al*., 2022	Aktivitas fisik sehari-hari berhubungan dengan derajat hipertensi pada pra lansia dan lansia di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Timur	Cross Sectional	Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa peningkatan aktivitas fisik cenderung berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu