

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Keberhasilan pembangunan di berbagai bidang terutama bidang Kesehatan menyebabkan terjadinya peningkatan usia harapan hidup penduduk dunia termasuk Indonesia. Namun dibalik keberhasilan peningkatan meningkatkannya angka kelahiran dan beban penyakit (menular dan tidak menular), juga akan meningkatkan angka beban tanggungan penduduk kelompok usia produktif terhadap kelompok usia tidak produktif (Infodatin Kemkes, 2016). Kondisi lansia sangat banyak berpengaruh pada berbagai macam penyakit karena didalam tubuh manusia mengalami proses menua. Salah satu penyakit yang biasa ditemui pada lansia adalah hipertensi, mengkonsumsi garam berlebih, diet rendah serat, obesitas, kurang aktivitas fisik, stres, merokok dan konsumsi alkohol (Kemenkes, 2020). Hipertensi disebabkan karena elastisitas arteri yang mengalami penurunan sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagai mana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah normal, dimana keadaan tekanan darah systole setinggi 165 mmHg atau lebih sedangkan diastole mencapai 95 mmHg atau lebih (WHO, 2016).

Tekanan darah yang tinggi tidak dapat diabaikan begitu saja karena dapat menimbulkan komplikasi. Semakin tinggi tekanan dalam pembuluh darah, maka semakin keras jantung harus bekerja untuk memompa darah. Apabila dibiarkan tidak terkendali, hipertensi dapat menyebabkan serangan jantung, pembesaran jantung dan gagal jantung. Dalam pembuluh darah dapat terbentuk tonjolan (aneurisma) dan dapat membentuk thrombus yang dapat menyumbat aliran darah. Tekanan di dalam pembuluh darah juga dapat menyebabkan darah bocor keluar ke otak yang menyebabkan terjadinya stroke. Hipertensi dapat juga menyebabkan gagal ginjal, kebutaan, pecahnya pembuluh darah dan gangguan kognitif (WHO, 2013).

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016).

WHO (2013) menyebutkan bahwa satu dari tiga orang dewasa di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi dan peningkatan tersebut terjadi seiring dengan bertambahnya usia, yaitu satu dari sepuluh orang berusia 20-an dan 30-an sampai lima dari sepuluh orang berusia 50-an. Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi. Dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65 tahun, 74% dan 63,8% pada usia \geq 75 tahun (Infodatin Kemenkes RI, 2016).

Dari hasil studi pendahuluan pada warga Desa Lumbangsari RT 06 RW 02, Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang pada bulan September 2021 terdapat 35 lansia dan 29 lansia di Posyandu tersebut memiliki riwayat penyakit hipertensi, berdasarkan wawancara kepada 29 lansia dengan hipertensi, 14 lansia mengalami hipertensi tingkat 2, dimana keadaan tekanan darah systole ≥ 160 mmHg dan diastole mencapai ≥ 100 mmHg, dan 10 lansia mengalami hipertensi tingkat 1, dengan tekanan darah systole 140–159 mmHg dan diastole 90–99 mmHg, dan 5 lansia lainnya mengalami prahipertensi, dimana tekanan darah systole 120–139 mmHg dan diastole 80–89 mmHg. Terdapat 13 lansia yang mengaku pernah jatuh, 9 lansia dengan hipertensi tingkat 2, dan 4 lansia dengan hipertensi tingkat 1. 5 lansia yang pernah mengaku terjatuh menggunakan alat bantu jalan seperti tongkat, 4 lansia dengan hipertensi tingkat 2 dan 1 lansia dengan hipertensi tingkat 1.

Hipertensi yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama ketika tidak ditangani dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah di jantung. Kerusakan pada pembuluh darah di jantung akan mengakibatkan aliran darah menuju otot-otot jantung akan terhambat. Hal ini dapat menjadi penyebab serangan jantung, yang akan meningkatkan risiko jatuh (WHO, 2018).

Pada lansia yang memiliki riwayat hipertensi ketika sedang melakukan aktivitas berbahaya seperti menaiki tangga atau olahraga berat dapat lebih berisiko jatuh. Insiden jatuh pada lansia dapat menyebabkan cedera jaringan

lunak dan fraktur paha, pergelangan tangan dan bahkan bisa sampai menyebabkan kematian. Selain itu, kejadian risiko jatuh juga dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti nyeri, ketidaknyamanan fisik, keterbatasan mobilisasi, dan proses penyembuhan yang lambat sehingga akan berdampak terhadap kondisi lansia, dimana mereka akan mengalami masalah ketergantungan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Kejadian jatuh pada lansia terus meningkat seiring dengan bertambahnya faktor dari risiko jatuh yaitu usia, kondisi fisik, kondisi psikologis, dan faktor lingkungan (Kemenkes, 2018).

Semakin bertambahnya usia maka semakin tinggi pula risiko terjadinya hipertensi. Terutama pada lansia yang jarang melakukan kegiatan fisik seperti olahraga, lansia cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan terjadinya obesitas yang dapat meningkatkan tekanan darah. Faktor risiko dari hipertensi diantaranya adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga dan genetik yang tidak dapat diubah atau dikontrol. Bila tidak segera ditangani, hipertensi dapat memicu terjadinya stroke, kerusakan pembuluh darah, serangan atau gagal jantung sehingga dapat menyebabkan kejadian jatuh pada lansia (WHO, 2013).

Upaya untuk mengurangi risiko jatuh adalah dengan latihan fisik yang baik, benar, teratur dan teratur (BBTT) serta latihan yang sesuai dengan tingkat kesehatan, tingkat aktifitas fisik dan tingkat kebugaran masing-masing individu dapat mengurangi risiko kelainan tulang yang menyebabkan

risiko jatuh pada lansia. Salah satu latihan fisik yang baik dan benar adalah latihan keseimbangan. Latihan keseimbangan ditunjukkan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot pada anggota bawah (kaki) dan untuk meningkatkan vestibuler / keseimbangan tubuh. Latihan keseimbangan sangat penting pada lansia karena latihan ini sangat membantu untuk mempertahankan tubuhnya agar stabil sehingga mencegah terjatuh yang sering terjadi pada lansia(Nurkuncoro, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran Tingkatan Risiko Jatuh Pada Lansia Hipertensi di Desa Lumbangsari RT 06 RW 02 Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut : “Bagaimana Tingkatan Risiko Jatuh pada Lansia yang mengalami hipertensi di RT 06 RW 02 Desa Lumbangsari Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui tingkatan risiko jatuh pada lansia yang mengalami hipertensi di RT 06 RW 02 Desa Lumbangsari Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai bahan masukan untuk dapat mengembangkan dan mengaplikasikan ilmu keperawatan terutama pada manajemen penanganan dan pencegahan pada pasien lansia yang mengalami hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi profesi keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai referensi dan acuan dalam keperawatan gerontik, untuk mengetahui adanya hubungan resiko jatuh dengan hipertensi.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Sebagai dasar pelayanan kesehatan untuk menyediakan upaya peningkatan pencegahan terjadinya hipertensi dan kesehatan bagi para warga terutama pada lansia.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat Memberikan informasi tentang tindakan perilaku kekerasan. Data yang disajikan diharapkan dapat menjadi rujukan untuk pengembangan keilmuan. Terutama dalam bidang keperawatan agar terciptanya langkah yang lebih baik terkait dengan upaya perawatan bagi penderita hipertensi.

4. Bagi Responden

Hasil penelitian dapat memotivasi warga terutama pada lansia agar lebih menjaga pola makan dan selalu menjaga keselamatan dan kesehatan saat berkerja.

5. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya, digunakan sebagai salah satu pembanding dan dapat meneliti lebih dalam terkait faktor yang menyebabkan kejadian risiko jatuh dari hipertensi.

