

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Meningkatnya pertumbuhan penduduk lanjut usia membutuhkan perhatian dari semua pihak dalam mengantisipasi berbagai permasalahan yang akan timbul. Meningkatnya populasi lansia ini tidak dapat dipisahkan dari masalah kesehatan yang terjadi pada lansia, menurunnya fungsi organ memicu terjadinya berbagai penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif pada lansia adalah hipertensi (Komnas Lansia, 2010) Penelitian ini di latar belakang oleh tingginya kasus angka hipertensi pada lansia di Indonesia berdasarkan data (Kemenkes.RI., 2020) lanjut usia yang alami hipertensi di Indonesia sekitar 55,2% dan jumlah lansia hipertensi sekitar 8,832.000 juta jiwa 16 juta jiwa alami hipertensi lansia. Selanjutnya hipertensi di Jawa Timur tahun 2019 sekitar 375.127 orang (Kemenkes.RI., 2020). Pada tahun 2019 hipertensi pada lansia sekitar 58.046 jiwa (Dinkes Kota Malang, 2020). Berdasarkan hasil survey data hipertensi di Puskesmas Arjowinangun pada bulan Oktober tahun 2022 mengalami peningkatan dari jumlah kasus lama sebanyak 261 jiwa menjadi 305 jiwa.

Hipertensi adalah merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius. Hipertensi

(tekanan darah tinggi) merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang ≥ 140 mmHg (sistolik) dan atau ≥ 90 mmHg (diastolik) (Ansar J, Dwinata I, 2019). Pada kebanyakan kasus, hipertensi merupakan penyakit the silent killer karena tidak terdapat tanda-tanda atau gejala yang dapat dilihat dari luar, di mana akan menyebabkan beberapa komplikasi seperti penyakit jantung, otak maupun ginjal (Saryono, 2018). Adapun terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi menjadi dua kelompok, yaitu faktor yang tidak dapat dikendalikan dan pendidikan, pekerjaan, serta riwayat keluarga. Faktor yang dapat faktor yang dapat dikendalikan. Untuk faktor yang tidak dapat dikendalikan yaitu meliputi : jenis kelamin, usia, genetik, ras, dikendalikan meliputi : status gizi, merokok, aktivitas fisik, pola makan, kebiasaan olahraga, stress, konsumsi alkohol, konsumsi garam, maupun konsumsi makanan tinggi lemak (Saryono, 2018) Penatalaksanaan pencegahan penyakit hipertensi dapat dilakukan semboyan SEHAT yaitu seimbangkan gizi, enyahkan rokok, hindari stress, awasi tekanan darah dan teratur berolahraga. Teratur berolahraga dapat dilakukan dengan cara latihan fisik yang sesuai dengan lansia diantaranya berjalan-jalan, bersepeda, berenang, melakukan pekerjaan rumah dan senam hipertensi (Maryam, 2008) Senam hipertensi merupakan olahraga yang ditunjukkan untuk penderita hipertensi dan usia lanjut untuk mengurangi berat badan dan mengelola stres (faktor yang mempertinggi hipertensi) yang dilakukan selama 30 menit dan dilakukan seminggu minimal 2x (Sherwood, 2005)

Berdasarkan dari studi pendahuluan yang didapatkan, maka diperlukan upaya pendekatan kepada masyarakat berupa pemberdayaan masyarakat khususnya oleh kader posyandu lansia dalam melaksanakan pendidikan kesehatan dengan pemberian edukasi kepada lansia dalam pencegahan hipertensi berupa senam hipertensi, karena keberadaan peran kader penting dan stretegis untuk kegiatan promotif dan preventif. Salah satu permasalahan yang ada dalam posyandu lansia ini adalah kurangnya tingkat pengetahuan, sikap, dan keterampilan (tindakan) kader tentang pemberdayaan pelatihan senam hipertensi pada lansia di posyandu lansia RW 01 Kelurahan Mergosono Kota Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang maka dari itu pertanyaan pada penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pemberdayaan senam hipertensi lansia melau media video terhadap pengetahuan, sikap dan keterampilan pada kader lansia di posyandu lansia RW 01 Kelurahan Mergosono ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Untuk mengetahui pengaruh pemberdayaan senam hipertensi lansia melalui media edukasi video terhadap pengetahuan, sikap dan keterampilan pada kader lansia di posyandu lansia RW 01 Kelurahan Mergosono Kota Malang.

2. Tujuan khusus :

- a. Untuk mengidentifikasi domain perilaku (pengetahuan, sikap dan keterampilan) kader sebelum diberikan pemberdayaan senam hipertensi melalui media video
- b. Untuk mengidentifikasi domain perilaku (pengetahuan, sikap dan keterampilan) kader sesudah diberikan pemberdayaan senam hipertensi melalui media video
- c. Untuk menganalisis pengaruh pemberdayaan senam hipertensi terhadap domain perilaku kader sebelum dan sesudah pemberdayaan melalui media video
- d. Untuk mendeskripsikan proses pemberdayaan kader terhadap penyegaran senam hipertensi yang telah diberikan

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini akan dilakukan dengan penelitian kuantitatif dengan studi pre experimental dengan rancangan metode pengumpulan data menggunakan one group pre test dan post test design, serta dilakukan adanya observasi dan survey terhadap kader posyandu lansia RW 01 Kelurahan Mergosono, Kota Malang.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan pengaruh pemberdayaan kader terhadap domain perilaku tingkat pengetahuan, sikap, dan keterampilan dalam penerapan senam hipertensi pada lansia dengan media video sehingga dapat dijadikan bahan media pembelajaran.

2. Manfaat Praktis

Memberikan masukan kepada kader posyandu lansia yang bersangkutan di RW 01 Kelurahan Mergosono Kota Malang agar pemberdayaan yang dilakukan dapat diterapkan pada perubahan domain perilaku (pengetahuan, sikap dan keterampilan) guna memberikan edukasi kesehatan tentang penerapan senam hipertensi pada lansia sehingga lansia dapat mempraktikkan senam hipertensi secara mandiri dan mengantisipasi tingginya tekanan darah.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No | Judul Penelitian | Nama Peneliti | Hasil Penelitian | Perbedaan |
|----|---|--|--|--|
| 1. | Pembentukan Dan Pelatihan Kader Siaga Hipertensi Sebagai Upaya Pencegahan Kejadian Hipertensi Di Masyarakat | Fakhriyah,Devi Damayanti, Anji Anjani, Ellisa Febriani Permata Sari, Talitha Nuzul Nyssa,Zaliha (2022) (Fakhriyah, 2022) | Pembentukan dan Pelatihan Kader Siaga Hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan kader dalam pemberian informasi yang lengkap terkait penyakit hipertensi serta pencegahan dan pengendaliannya. | Tempat, media edukasi, variabel, populasi, sampel dan jenis metode penelitian yang digunakan |
| 2. | Edukasi Pada Kader Lansia Tentang Hipertensi Dan Cara Pengukuran Tekanan Darah | Wiwiek Natalya, Sugiharto (2022) (Natalya & Sugiharto, 2022) | Meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi dan kemampuan kader tentang pengukuran tekanan darah pada lansia hipertensi | Tempat, variabel, populasi, sampel dan jenis metode penelitian yang digunakan |
| 3. | Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Desa Blembem Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo | WahyuningsihSafitri, Hutari Puji Astuti (2017) (Astuti, 2017) | Senam hipertensi dapat digunakan sebagai informasi dan pertimbangan dalam memilih intervensi untuk orang tua yang memiliki hipertensi. | Tempat, variabel, populasi, sampel penelitian yang digunakan |
| 4. | Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunantekanan Darah Pada Penderita Hipertensi | Dewi Rury Arindari, Hendi Rifqi Alhafis (2019) (Arindari & Alhafis, 2019) | Ada pengaruh senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah dalam Wilayah Kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang tahun 2019 | Tempat, variabel, populasi, sampel dan jenis metode penelitian yang digunakan |
| 5. | Optimalisasi Peran Kader Posyandu Dalam Meningkatkan Kemandirian Gizi Dan Kesehatanuntuk Mencegah Hipertensi Pada Lansia Di Desa Susukan Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas | Saryono, Anas Sumeru, dan Atikah Proverawati (2018) (Saryono, 2018) | Tingkat pengetahuan kader tentang hipertensi, dan keterampilan deteksi dini dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah meningkat secara signifikan. | Tempat, variabel, populasi, sampel dan jenis metode penelitian yang digunakan |