

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Usia Harapan Hidup (UHH) merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan terutama di bidang kesehatan. Semakin panjang usia harapan hidup penduduknya menjadi salah satu tanda bangsa tersebut adalah bangsa yang sehat. Hasil sensus penduduk pada tahun 2010 menunjukkan bahwa usia harapan hidup penduduk Indonesia mencapai 70,7 tahun, jauh lebih baik dari angka harapan hidup tiga atau empat dekade sebelumnya, yaitu di bawah 60 tahun. Peningkatan angka harapan hidup tersebut berdampak pada semakin meningkatnya jumlah penduduk lansia dari tahun ke tahun. Data Susenas menunjukkan terjadi peningkatan jumlah lansia di Indonesia dari tahun 2000 sebanyak 14,44 juta (7,18%) menjadi 20,24 juta (8,03%) di tahun 2014 (Badan Pusat Statistik, 2014 hlm.3).

Berdasarkan Darmojo (2011, hlm.495) sejalan dengan meningkatnya usia harapan hidup penduduk Indonesia maka insidensi penyakit degeneratif akan meningkat pula. Berbagai penyakit tersebut antara lain diabetes melitus, hipertensi, demensia, pembesaran prostat jinak, katarak, dan beragam masalah kejiwaan pada lansia seperti depresi, ansietas, dan gangguan tidur. Pramono dan Fanumbi (2012, hlm.202), mengatakan bahwa kondisi tersebut akan berdampak pada peningkatan kesakitan dan kematian, penurunan kualitas hidup, peningkatan biaya kesehatan, serta kemunculan beragam masalah sosial kemasyarakatan.

Kualitas hidup (*Quality of Life*) merupakan persepsi individu secara keseluruhan mengenai kebahagiaan dan kepuasan dalam kehidupan dan lingkungan sekitar dimana dia hidup. Dimensi kualitas hidup mencakup empat domain meliputi kesehatan fisik, kesehatan psikologik, hubungan sosial, dan lingkungan. Kualitas hidup merupakan pengukuran yang banyak dipakai untuk mengevaluasi hasil studi klinis yang dilakukan pada pasien-pasien dengan penyakit kronis (World Health Organization, 2004 hlm.5). Analisis data Riskesdas 2007 oleh Pradono dkk (2009, hlm.2) menyatakan bahwa sebanyak 31,9% penduduk Indonesia usia 15 tahun atau lebih memiliki kualitas hidup yang buruk.

Presentase penduduk yang menyatakan kualitas hidup buruk sebanyak 75,5% berada pada golongan usia lanjut.

Kabupaten Indramayu adalah salah satu kabupaten di Jawa Barat dengan jumlah lansia di atas 60 tahun sebanyak 144.334 jiwa atau sekitar 8.44% dari jumlah penduduk keseluruhan (Badan Pusat Statistik Kabupaten Indramayu, 2015 hlm.53). Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu (2014, hlm.31) mencatat, pola penyakit di seluruh puskesmas dengan rentang usia 45-75 tahun didominasi oleh penyakit degeneratif dengan hipertensi menempati urutan pertama. Hal tersebut berkaitan dengan gaya hidup, kurang aktivitas fisik dan konsumsi makan yang tidak seimbang. Berdasarkan laporan Puskesmas Kertasemaya tahun 2016, sebanyak 627 lansia menderita hipertensi dan 66% diantaranya adalah wanita.

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional (2013, hlm.88) prevalensi hipertensi pada penduduk berusia 18 tahun ke atas sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%).

Hipertensi masih menjadi *silent killer* yang berbahaya karena hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sementara tekanan darah yang terus-menerus tinggi dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi. Soni, dkk (2010, hlm.6) menyatakan bahwa hipertensi dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Pada penelitian yang dilakukan oleh Trevisol, dkk (2011, hlm.184) didapatkan bahwa individu yang menderita hipertensi memiliki kualitas hidup lebih buruk dibandingkan dengan individu yang memiliki tekanan darah normal.

Chin, dkk dalam Dhoni (2017, hlm.3) menyatakan bahwa kualitas hidup lansia hipertensi di Korea Selatan rendah dalam dimesi sosial, hal ini dipengaruhi oleh umur, jenis kelamin, pekerjaan, status ekonomi, kebiasaan minum alkohol, merokok, kebiasaan olahraga, diet rendah garam dan stres. Selain itu, Hews (2016, hlm.101) menjelaskan bahwa kualitas hidup seseorang dapat dipengaruhi oleh status gizi. Berdasarkan Martires dkk (2013, hlm.798), kebiasaan makan asupan kalori dan garam yang berlebihan membuat peningkatan berat badan dan tekanan darah. Individu dengan kelebihan berat badan mengalami peningkatan debit jantung, volume darah dan memiliki dinding pembuluh darah yang lebih

kaku. Oleh karena itu, tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menimbulkan morbiditas dan mortalitas sehingga mempengaruhi kualitas hidup pasien hipertensi. Penelitian oleh Astuti (2012, hlm.10) di Posyandu Lansia Banjarsari Surakarta, didapatkan hasil ada hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup lansia. Begitu juga dengan penelitian oleh Keller dkk (2004, hlm.72) yang menunjukkan adanya hubungan antara gizi dengan pandangan kualitas hidup pada lanjut usia. Sedangkan, Sari (2013, hlm.88) mendapatkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan kualitas hidup dimensi kesehatan fisik.

McNaughton dkk (2012, hlm.2) menjelaskan, masalah gizi pada lansia perlu menjadi perhatian khusus karena dapat mempengaruhi status kesehatan, penurunan kualitas hidup, dan mortalitas. Mengingat pola makan terutama asupan garam dan status gizi merupakan bagian dari modifikasi gaya hidup dalam upaya penurunan tekanan darah, serta kurangnya studi mengenai kualitas hidup lansia, maka dilakukan penelitian tentang frekuensi diet tinggi natrium dan keadaan gizi lansia yang dihubungkan dengan kualitas hidupnya.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara frekuensi diet tinggi natrium dan status gizi terhadap kualitas hidup lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara frekuensi diet tinggi natrium dan status gizi terhadap kualitas hidup lansia hipertensi di Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik pada lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.
- b. Mengetahui gambaran kategori hipertensi pada lansia di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.

- c. Mengetahui gambaran frekuensi diet tinggi natrium pada lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.
- d. Mengetahui gambaran status gizi pada lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.
- e. Mengetahui gambaran kualitas hidup lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.
- f. Mengetahui hubungan frekuensi diet tinggi natrium dengan kualitas hidup lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.
- g. Mengetahui hubungan status gizi dengan kualitas hidup lansia hipertensi di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan ilmu gizi kesehatan dalam masyarakat khususnya kesehatan lansia.
- b. Memberikan informasi tentang hubungan frekuensi diet tinggi natrium dan status gizi dengan kualitas hidup lansia di posbindu lansia Puskesmas Kertasemaya Indramayu tahun 2017.

1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Masyarakat

Menambah informasi tentang frekuensi diet tinggi natrium dan gizi lansia terutama bagi keluarga yang memiliki lansia dengan hipertensi agar selanjutnya dapat memperhatikan pemenuhan nutrisi yang tepat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

- b. Bagi Puskesmas

1. Memberikan informasi bagi Puskesmas tentang gambaran frekuensi diet tinggi natrium, status gizi dan kualitas hidup lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kertasemaya Indramayu.
2. Dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam memberikan penyuluhan kesehatan, memberikan pengetahuan dan meningkatkan

kesadaran kelompok lanjut usia tentang pentingnya menjalankan gaya hidup, frekuensi diet tinggi natrium yang sehat, sehingga terwujud status gizi lansia dan kualitas hidup yang lebih baik.

c. Bagi Dinas Kesehatan

Menjadi masukan dalam membuat kebijakan dalam rangka peningkatan kesejahteraan para lansia khususnya di bidang kesehatan.

d. Bagi Instansi Pendidikan

1. Menambah kepustakaan mengenai gizi dan kualitas hidup lansia.
2. Sebagai masukan dalam pembelajaran upaya promosi kesehatan.

e. Bagi Peneliti

1. Menambah pengetahuan mengenai frekuensi diet tinggi natrium, keadaan status gizi serta kualitas hidup lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kertasemaya Indramayu.
2. Sebagai wadah penerapan serta aplikasi ilmu pengetahuan yang sudah didapat selama pendidikan terutama dalam upaya promosi kesehatan.

