

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan individu yang berusia 60 tahun ke atas, yang mengalami proses penuaan secara bertahap dan berkelanjutan, ditandai dengan penurunan fungsi biologis, psikologis, dan sosial (WHO, 2025). Proses penuaan tersebut menyebabkan menurunnya kemampuan adaptasi tubuh terhadap berbagai perubahan, sehingga lansia menjadi kelompok yang paling rentan mengalami penyakit kronis, seperti diabetes militus, penyakit jantung, stroke, dimensia dan hipertensi (Bao et al., 2022). Penyakit kronis, yang paling banyak diderita oleh lansia adalah hipertensi (Shukuri, Tewelde and Shaweno, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi hipertensi global mencapai 1,28 miliar orang dewasa pada 2024, tertinggi pada usia ≥ 60 tahun (40-50%) (WHO, 2023). Di Indonesia, SKI 2022 mencatat sejumlah 18,45 juta lansia penderita hipertensi atau 55,2% (SKI, 2023). Data Survei Kesehatan Indonesia (2023) menyebutkan di Provinsi Jawa Timur mencapai 8% dengan penderita yang tercatat berjumlah 98.738 dengan prevalensi pada kelompok lansia meningkat seiring bertambahnya usia yaitu, 18,7% pada usia 55–64 tahun, 23,8% pada usia 65–74 tahun, dan 26,1% pada usia ≥ 75 tahun (SKI, 2023). Jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Malang pada tahun 2024, mencapai 219.206 (Dinas Kesehatan Kabupaten Malang, 2025). Berdasarkan studi pendahuluan tahun 2025 terdapat 186 lansia penderita hipertensi dikelompokkan prolans Wilayah Puskesmas Bululawang. (Profil Bululawang, 2025).

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah yang terjadi akibat gangguan regulasi hemodinamik tubuh, terutama melalui aktivasi sistem *renin-angiotensin-aldosteron* dan sistem saraf simpatis yang menyebabkan vasokonstriksi, peningkatan volume cairan, serta meningkatnya resistensi perifer (WHO, 2025). Pada lansia, proses penuaan memperburuk kondisi tersebut melalui penurunan elastisitas dan peningkatan kekakuan arteri sehingga tekanan darah, khususnya sistolik, cenderung meningkat dan sering berkembang menjadi hipertensi sistolik terisolasi (Bao et al., 2022; Kemenkes RI, 2021).

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan perawatan jangka panjang meliputi kepatuhan terhadap terapi, pengaturan pola makan, perubahan gaya hidup, serta kontrol kesehatan secara rutin. Pengelolaan hipertensi yang bersifat jangka panjang menuntut kepatuhan tinggi terhadap pengobatan, namun lansia sering mengalami kelelahan atau bosan dan penurunan motivasi sehingga berisiko tidak patuh, yang berdampak pada tidak terkontrolnya tekanan darah, meningkatnya komplikasi, serta gangguan fisik dan psikologis seperti stres dan kecemasan (Uchmanowicz et al., 2025). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan secara menyeluruh, tetapi juga menimbulkan beban bagi lansia dalam menjalani perawatan penyakitnya.

Beban yang dirasakan lansia dalam menjalani perawatan jangka panjang hipertensi dapat berupa beban fisik, psikologis, dan sosial. Secara fisik, lansia mengalami keterbatasan dalam beraktivitas akibat kondisi kesehatan yang menurun serta efek samping pengobatan. Secara psikologis, lansia dapat merasakan stres, kecemasan, dan kejenuhan karena harus menjalani pengobatan secara terus-menerus. Secara sosial lansia dapat mengalami ketergantungan pada orang lain, berkurangnya interaksi sosial, serta keterbatasan dalam menjalankan peran sehari-hari (Yuda et al., 2024). Beban yang berlangsung secara terus-menerus ini dapat menurunkan kemampuan lansia dalam beradaptasi dengan kondisi penyakitnya, sehingga pada akhirnya berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia (Pratiwi et al., 2025).

Kualitas hidup pada lansia merupakan gambaran bagaimana individu menilai kondisi kehidupannya secara menyeluruh, yang meliputi aspek fisik, psikologis, dan sosial dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Pada lansia penderita hipertensi, kualitas hidup sering mengalami penurunan akibat keterbatasan fisik, berkurangnya kemandirian, serta perubahan kondisi emosional yang dialami. Lansia dapat merasa mudah lelah, mengalami penurunan kemampuan beraktivitas, serta berkurangnya partisipasi dalam lingkungan sosial. Selain itu, kondisi psikologis seperti stres, kecemasan, dan perasaan bergantung pada orang lain juga dapat memengaruhi persepsi lansia terhadap kehidupannya. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka panjang, maka kualitas hidup lansia dapat semakin menurun, sehingga

diperlukan upaya yang dapat membantu lansia dalam mempertahankan kesejahteraan hidupnya, salah satunya melalui dukungan sosial (Chendra and Zulkarnain, 2020).

Dukungan sosial merupakan faktor penting yang berperan dalam membantu lansia penderita hipertensi dalam menjalani pengobatan dan mempertahankan kondisi kesehatannya. Dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar yang memberikan bantuan dalam bentuk emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Pada lansia, dukungan dari keluarga menjadi sumber utama karena keluarga berperan dalam memberikan pendampingan, mengingatkan konsumsi obat, serta membantu dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan. Dukungan emosional seperti perhatian, motivasi, dan rasa kepedulian dapat meningkatkan semangat lansia dalam menjalani terapi pengobatan. Dukungan sosial yang baik terbukti dapat meningkatkan kepatuhan pengobatan, mengurangi beban psikologis, serta membantu lansia dalam beradaptasi dengan kondisi penyakit kronis yang dialaminya. Sehingga, dukungan sosial memiliki peran dalam meningkatkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi (Kayati et al, 2023).

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 10 lansia penderita hipertensi di kelompok prolanis wilayah kerja Puskesmas Bululawang pada tahun 2025, menunjukkan sebanyak tiga lansia mengatakan bahwa memperoleh dukungan dari masyarakat sekitar, namun masih terbatas dan bersifat sederhana, yaitu hanya berupa perhatian seperti menanyakan kabar atau kondisi kesehatan tanpa disertai bantuan nyata seperti pendampingan dalam kontrol kesehatan atau pengelolaan penyakit. Sebanyak enam lansia mengatakan tidak memperoleh dukungan yang cukup dari keluarga, baik dalam membantu aktivitas sehari-hari seperti pemantauan konsumsi obat yang hanya diminum saat muncul keluhan seperti pusing maupun dalam pengaturan pola makan yang bergantung pada menu yang tersedia di rumah tidak diberikan khusus untuk lansia hipertensi. Lansia juga mengatakan bahwa mereka mengikuti kegiatan kelompok Prolanis, namun lansia datang tanpa didampingi atau diantarkan oleh keluarga terdekat. Terdapat seorang lansia yang mengungkapkan bahwa masyarakat di sekitarnya tidak pernah menanyakan kabar. Ia juga tidak pernah mendapatkan informasi mengenai perawatan hipertensi, sehingga ketika merasa

pusing, ia hanya mengonsumsi obat seadanya. Selain itu, lansia tersebut tinggal jauh dari keluarganya. Kondisi tersebut menunjukkan adanya permasalahan kurangnya dukungan sosial yang berpotensi menurunkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dan perlu mendapatkan perhatian dalam pelayanan kesehatan.

Lansia yang kurang mendapatkan dukungan sosial cenderung mengalami hambatan dalam menjalani pengobatan secara teratur, sehingga pengendalian tekanan darah menjadi kurang optimal dan berpotensi meningkatkan risiko terjadinya komplikasi. Penelitian yang dilakukan oleh Kayati et al (2023) menunjukkan adanya hubungan positif dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang.

1.2 Rumusan masalah

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang.
- b. Mengidentifikasi kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang.
- c. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bululawang.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan gerontik terkait peran dukungan sosial dalam meningkatkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan dukungan sosial dan kualitas hidup lansia penderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktis

a. Bagi lansia

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada lansia mengenai pentingnya dukungan sosial dalam menjaga dan meningkatkan kualitas hidup, sehingga lansia lebih termotivasi untuk menjalin interaksi sosial dengan lingkungan sekitar.

b. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat komunitas di Puskesmas Bululawang, dalam merancang program pendampingan, edukasi, dan intervensi keperawatan yang berfokus pada penguatan dukungan sosial bagi lansia penderita hipertensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar bagi penelitian selanjutnya terkait hubungan dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi