

Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Musaddik

Mahasiswa S2 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan

Asriwati

Dosen S2 Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan

Nur'aini

Dosen S2 Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia Medan

Korespondensi penulis: mussaddik23@gmail.com

Abstract: Data from the World Health Organization (WHO) estimates that currently the global prevalence of hypertension is 22% of the total world population. Based on data on hypertension in the elderly in the Tangan-Tangan Community Health Center, Southwest Aceh Regency in 2021, there were 517 people, in 2022 there were 668 people, while in 2023, starting from January-August, there were 712 people. The aim of the research is to determine the factors that influence the quality of life of elderly people with hypertension in the Tangan-Tangan Community Health Center Area, Southwest Aceh Regency. The research design uses the Analytical Survey method with a Cross Sectional approach. The population in this study were all elderly people who experienced hypertension in the Tangan-Tangan Health Center Working Area, Southwest Aceh Regency, totaling 712 people. The sample consisted of 88 people using Quota sampling technique. Data analysis uses univariate, bivariate and multivariate analysis. The results of the research show that there is an influence of physical activity, diet, medication adherence, motivation and family support on the quality of life of elderly people with hypertension in the Tangan-Tangan Health Center Area, Southwest Aceh Regency, while the dominant factor is family support. The conclusion of this research is that there is an influence of physical activity, diet, medication adherence, motivation and family support on the quality of life of elderly people with hypertension in the Tangan-Tangan Health Center Area, Southwest Aceh Regency. It is recommended that the Tangan-Tangan Health Center create a program as a forum for hypertensive patients to always carry out efforts to control blood pressure as a form of monitoring and maintaining the patient's quality of life.

Keywords: Physical Activity, Diet, Medication Adherence, Motivation, Family Support, Quality of Life for the Elderly

Abstrak: Data World Health Organization (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia. Berdasarkan data penyakit hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya tahun 2021 sebanyak 517 orang tahun 2022 sebanyak 668 orang sedangkan tahun 2023 terhitung dari bulan Januari-Agustus sebanyak 712 orang. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor yang memengaruhi kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya. Desain penelitian menggunakan metode *Survey Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengalami hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya sebanyak 712 orang. Sampel berjumlah 88 orang dengan tehnik *Quota sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh aktivitas fisik, pola makan, kepatuhan minum obat, motivasi dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya, sedangkan faktor yang dominan yaitu dukungan keluarga. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh aktivitas fisik, pola makan, kepatuhan minum obat, motivasi dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya. Disarankan kepada Puskesmas Tangan-Tangan dapat membuat sebuah program sebagai wadah untuk pasien hipertensi agar senantiasa melaksanakan upaya pengendalian tekanan darah sebagai bentuk monitoring dan menjaga kualitas hidup pasien.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Pola Makan, Kepatuhan Minum Obat, Motivasi, Dukungan Keluarga, Kualitas Hidup Lansia

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia. Hipertensi disebut sebagai *the silent killer* karena penderita sering kali tidak mengalami keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi. Komorbiditas penyakit tidak menular menyebabkan risiko kejadian penyakit kardiovaskular dan mortalitas yang signifikan (1).

Data *World Health Organization* (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia. Dari jumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% terdapat di wilayah Afrika dan Asia Tenggara berada di posisi ke-3 dengan prevalensi sebesar 25% terhadap keseluruhan total penduduk, sedangkan Indonesia dengan prevalensi 10-15% dari total keseluruhan penduduk (2).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk berusia ≥ 18 tahun pada tahun (2020) (34,1%). Kalimantan selatan merupakan provinsi dengan penderita tertinggi hipertensi yang memiliki prevalensi sebesar (44,13%) disusul Jawa barat (39,60%) dan yang terkecil yaitu papua dengan prevalensi (22,22%). Tekanan darah tinggi sering terjadi pada wanita, dengan prevalensi sebanyak (36,9%) dan laki-laki (31,3%) (3). Sedangkan data hipertensi di Provinsi Aceh pada tahun (2019) berjumlah 283.390 kasus, tahun 2020 berjumlah 645.104 kasus dan pada tahun 2021 berjumlah 867.024 kasus (4). Data kejadian hipertensi di Kabupaten Aceh Barat Daya pada tahun 2019 berjumlah 79,192 dan pada tahun 2020 berjumlah 97,636 kasus sedangkan jumlah kasus pada tahun 2021 sebanyak 99,865 kasus (5).

Kualitas hidup pasien hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor yang berhubungan dengan karakteristik pasien dan klinis dari penyakit hipertensi. Faktor yang berhubungan dengan klinis dari penyakit hipertensi seperti durasi memiliki tekanan darah tinggi, jumlah gejala yang dirasakan, jumlah obat yang diminum, dan ada atau tidaknya komplikasi akibat hipertensi (6).

Hipertensi juga banyak dipengaruhi oleh gaya hidup yang kurang sehat, faktor perubahan gaya hidup telah mengakibatkan peningkatan yang signifikan pada penyakit tidak menular di Indonesia salah satunya yaitu hipertensi. Peningkatan resiko hipertensi dipengaruhi

gaya hidup yang tidak sehat, seperti merokok, kurang berolahraga atau aktivitas fisik, faktor makanan serta mengalami stress (7). Hipertensi jika tidak mendapatkan penanganan dengan baik menyebabkan komplikasi seperti penyakit stroke, penyakit jantung koroner, diabetes, gagal ginjal serta mengalami kasus kebutaan. Data yang di dapat pada penyakit stroke sebesar (51%) dan penyakit jantung koroner sebesar (45%). Jika tidak segera ditangani dengan baik bisa menyebabkankematian tertinggi (8).

Selain faktor pencetus lainnya kualitas hidup lansia juga dapat di pengaruhi oleh orang sekitaran lainsia yang dapat memberi dukungan salah satunya keluarga. Keluarga merupakan sistem pendukung yang utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Dukungan yang diberikan keluarga merupakan unsur terpenting dalam membantu individu menyelesaikan masalah. Dukungan keluarga juga akan menambah rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah dan meningkatkan kepuasan hidup(9).

Motivasi diperlukan agar pasien hipertensi mampu dan mau melakukan perilaku sehat untuk menjaga tekanan darahnya. Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Arjuno Malang menyatakan motivasi mempengaruhi pasien hipertensidalam melakukan pemeriksaan tekanan darah. Didapatkan 10 dari 30 pasien yangmelakukan pemeriksaan tekanan darah hanya saat timbul gejala. Pemeriksaan tekanan darah rutin bertujuan untuk mencegah komplikasi dan gejala, gejala yang timbul dapat mempengaruhi aktifitas dan produktifitas yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pada aspek kesehatan fisik dan vitalitas (10).

Kepatuhan menjadi suatu masalah penting dalam menjalani terapi pada penderita hipertensi karena akan dilakukan seumur hidup. Tingkat kepatuhan konsumsi obat pada penderita hipertensi masih terbilang belum optimal karena masih ada penderita yang tidak rutin dalam konsumsi obat. Menurut penelitian sebelumnya oleh (Harun, 2020) dengan judul “Tingkat kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi Dinilai dengan MMAS 8 di RSUP M Djamil Padang” terdapat hasil tingkat kepatuhan minum obat tergolong rendah(60%), sedang (31%), dan tinggi (9%) (11).

Adapun Program WHO dalam Kementerian Kesehatan RI dalam upaya untuk meningkatkan status kesehatan para lanjut usia adalah peningkatan dan pemantapan upaya kesehatan para Lanjut Usia di pelayanan kesehatan dasar, khususnya Puskesmas dan kelompok Lanjut Usia melalui konsep Puskesmas Santun Lanjut Usia, Peningkatan upaya rujukan kesehatan bagi Lanjut Usia melalui pengembangan Poliklinik Geriatri di Rumah Sakit, Peningkatan penyuluhan dan penyebarluasan informasi kesehatan dan gizi bagi Usia Lanjut, pemberdayaan masyarakat melalui pengembangan dan pembinaan Kelompok Usia

Lanjut/Posyandu Lansia di masyarakat dan peningkatan mutu perawatan kesehatan bagi Lanjut Usia dalam keluarga (*Home Care*) (12).

Berdasarkan data penyakit hipertensi pada usia lansi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya tahun 2021 sebanyak 517 orang tahun 2022 sebanyak 668 orang sedangkan tahun 2023 terhitung dari bulan Januari-Agustus sebanyak 712 orang dan jumlah lansia yaitu sebanyak 2.329 orang yang tersebar di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan yaitu Desa Adan sebanyak 57 orang kasus, Pante Geulumpang sebanyak 42 orang kasus, Blang Padang sebanyak 76 orang kasus, Padang Kawa sebanyak 89 orang kasus, Padang Bak Jeumpa sebanyak 67 orang kasus, Gunung Cut sebanyak 98 orang kasus, Ie Lhob sebanyak 71 orang kasus, Kuta Bakrien sebanyak 94 orang kasus, Mesjid sebanyak 75 orang kasus dan Desa Suak Labu sebanyak 43 orang kasus.

Hasil wawancara peneliti dengan 10 orang lansia yang mengalami hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan, mengatakan bahwa banyak perubahan yang mereka alami. Mereka merasa cenderung sensitif, mudah tersinggung, mudah marah dengan ucapan orang lain, sering merasa kesepian dan merasa cemas dengan hipertensi yang dialami dan selalu memikirkannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa kondisi fisik dan psikis dari lansia tersebut kurang baik sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Untuk motivasi masih banyaknya pasien hipertensi kurang memiliki kemauandalam melakukan pengendalian tekanan darahnya. Hal tersebut tentu meningkatkan resiko terjadinya komplikasi penyakit kardiovaskular. Salah satu komplikasi yang paling sering terjadi akibat hipertensi adalah stroke selain itu dukungan keluarga yang diberikan, lansia mengatakan bahwa keluarganya jarang memperhatikan keadaan mereka, keluarga cenderung sibuk dengan urusan mereka masing-masing. Keluarga sangat jarang berbincang atau menanyakan keadaan lansia.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan metode kuantitatif yang dilakukan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*, yang merupakan rancangan penelitian dimana variabel bebas dan variabel terikat diukur dan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan(10). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh seluruh tenaga kesehatan yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya sebanyak 712 orang lansia. Sampel yang akan diteliti adalah sebanyak 88 responden, menggunakan tehnik *Quota sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tangan-Tangan Kecamatan Tangan-Tangan

Kabupaten Aceh Barat Daya. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Juni sampai dengan bulan Oktober tahun 2023.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Umur dan Jenis Kelamin Responden di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Umur	f	%
61-65 Tahun	53	60,2
66-70 Tahun	32	36,4
> 70 Tahun	3	3,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	25,0
Perempuan	66	75,0
Jumlah	88	100

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 88 responden yang berumur 61-65 tahun sebanyak 53 orang (60,2%), berumur 66-70 tahun sebanyak 32 orang (36,4%) dan berumur > 70 tahun sebanyak 3 orang (3,4%). Sedangkan dari 88 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 orang (25,0%) dan perempuan sebanyak 66 orang (75,0%).

Tabel 2. Pengaruh Aktifitas Fisik, Pola Makan, Kepatuhan Minum Obat, Motivasi dan Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Aktivitas Fisik	Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi				Jumlah		P-Value
	Kurang Baik		Baik		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Teratur	49	55,7	15	17,0	64	72,7	0,001
Teratur	9	10,2	15	17,0	24	27,3	
Total	58	65,9	30	34,1	88	100	

Pola Makan	Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi				Jumlah		P-Value
	Kurang Baik		Baik		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Teratur	45	51,1	11	12,5	56	63,6	0,000
Teratur	13	14,8	19	21,6	32	36,4	
Total	58	65,9	30	34,1	88	100	

Kepatuhan Minum Obat	Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi				Jumlah		P-Value
	Kurang Baik		Baik		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Teratur	55	62,5	12	13,6	67	76,1	0,000
Teratur	3	3,4	18	20,5	21	23,9	
Total	58	65,9	30	34,1	88	100	

Motivasi	Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi				Jumlah		P-Value
	Kurang Baik		Baik		f	%	
	f	%	f	%			
Kurang Baik	42	47,7	8	9,1	50	56,8	0,000
Baik	16	18,2	22	25,0	38	43,2	
Total	58	65,9	30	34,1	88	100	

Dukungan Keluarga	Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi				Jumlah		P-Value
	Kurang Baik		Baik		f	%	
	f	%	f	%			
Kurang Baik	56	63,6	15	17,0	71	80,7	0,000
Baik	2	2,3	15	17,0	17	19,3	
Total	58	65,9	30	34,1	88	100	

Berdasarkan tabel 2. Berdasarkan hasil uji analisis *Chi-Square* diketahui bahwa semua variabel bebas yang diteliti aktifitas fisik, pola makan, kepatuhan minum obat, motivasi dan dukungan keluarga berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya, dikarenakan nilai $p\text{-value} < 0,05$.

PEMBAHASAN

Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Hasil temuan di lapangan tidak cukup aktifitas fisik artinya lansia tidak melakukan olahraga secara rutin 2-3 kali setiap minggu dan menggunakan waktu selama 30-45 menit setiap kali berolahraga, atau lansia hanya melakukan salah satunya baik melakukan olahraga secara rutin 2-3 kali setiap minggu saja atau lansia menggunakan waktu selama 30-45 menit setiap kali berolahraga saja. Peneliti berpendapat rendahnya aktifitas fisik lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya umur lansia yang semakin bertambah akan berdampak pada ketidakmampuan lansia untuk melakukan aktivitas fisik sehingga akan mengalami ketergantungan kepada keluarga.

Aktivitas fisik merupakan pergerakan anggota tubuh yang membutuhkan tenaga untuk pemeliharaan kesehatan fisik dan mental serta dapat mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat sepanjang hari. Studi intervensi sebelumnya yang dilakukan oleh Supratman, dkk (2019) menunjukkan aktivitas fisik memiliki korelasi positif terhadap skor kualitas hidup lansia ($r = 0,329$; $p < 0,05$) dan setelah dilakukan analisis regresi didapatkan hasil bahwa aktivitas fisik merupakan prediktor atau faktor utama yang mempengaruhi skor kualitas hidup lansia (13).

Penelitian ini juga didukung dengan penelitian Windri, dkk pada tahun 2019 yang menyebutkan bahwa aktivitas fisik yang cukup secara tidak langsung dapat menurunkan tekanan darah dan terbukti dapat meningkatkan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi (48). Penelitian yang dilakukan Rati (2016) yang menunjukkan hasil $p\text{-value} = 0,007$ yang berarti bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi, dimana pada kelompok lansia yang melakukan aktivitas tinggi memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan kelompok lansia yang melakukan aktivitas rendah (14).

Menurut asumsi peneliti ketergantungan lanjut usia disebabkan kondisi lansia banyak mengalami kemunduran fisik maupun psikis. Pada lansia terjadi proses degeneratif sehingga lansia mengalami gangguan fungsi jaringan, organ dan sistem-sistem tubuh lainnya salah

satunya yaitu sistem musculoskeletal. Penurunan sistem musculoskeletal pada lansia menyebabkan penurunan kekuatan otot dan sendi yang menyebabkan kemampuan fisik akan semakin menurun sehingga dapat mengakibatkan timbulnya penurunan aktivitas sehari-hari. Terdapat perbedaan kebutuhan aktivitas fisik pada lansia laki-laki dan perempuan, seperti laki-laki ketika memasuki lanjut usia akan lebih sedikit melakukan aktivitas dan kebanyakan hanya duduk bersantai nonton TV atau baca koran. Hal ini berbeda dengan perempuan walaupun sudah memasuki usia lanjut, dia akan tetap melakukan aktivitas fisik di dalam rumah tangga seperti memasak, menyiapkan makanan untuk keluarga atau menjahit. Rendahnya aktifitas fisik menyebabkan kualitas fisik lansia menjadi menurun sehingga menimbulkan kejadian penyakit yang menjadi salah satu penyebab lansia terkena hipertensi.

Pengaruh Pola Makan Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Hasil observasi lapangan diketahui bahwa terdapat 13 orang yang sudah pola makan baik akan tetapi masih memiliki kualitas hidup kurang baik, hal ini disebabkan oleh responden yang memiliki riwayat keluarga hipertensi dan kurang melakukan aktifitas fisik sehingga hal tersebut dapat memperburuk kualitas hidup lansia. Kebiasaan makan tidak baik artinya responden suka makan makanan asin dan memakannya 3 kali dalam seminggu dan mengkonsumsi makanan berlemak seperti gorengan, jeroan, daging kambing, telur ayam, daging sapi dan memakannya 3 kali dalam seminggu atau lebih.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengatakan bahwa ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita hipertensi. Berdasarkan penelitian terdahulu mengatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara pola asupan garam dengan kejadian hipertensi pada pasien yang berobat di poliklinik dewasa Puskesmas Bangkinang. Nilai PAR yang diperoleh sebesar 0,54, yang artinya sekitar 54% kejadian hipertensi dapat dicegah dengan menghilangkan faktor pola asupan garam yang tinggi (15).

Peneliti berpendapat bahwa konsumsi garam dan lemak secara berlebihan dapat menyebabkan hipertensi. Hal ini di perkuat dengan jumlah responden yang suka makan makanan asin dan memakannya 3 kali dalam seminggu atau lebih. Responden yang suka makan makanan berlemak seperti gorengan, jeroan, daging kambing, telur ayam, daging sapi dan memakannya 3 kali dalam seminggu atau lebih. Responden yang makan makanan asin dan suka makan makanan berlemak. Kebiasaan makan tidak baik kemungkinan karena responden tidak mengetahui tentang makanan yang harus di hindari oleh penderita hipertensi, Pada

penelitian ini mendapatkan hasil data karakteristik responden bahwa lebih banyak responden yang memiliki kebiasaan makan kurang baik.

Peneliti berpendapat menjaga pola makan yang sehat sangat penting seperti makan makanan pokok yang terdiri dari sumber karbohidrat, dapat berupa nasi, jagung, kentang, dan umbi-umbian. Lauk pauk yang merupakan sumber protein dan mineral. Lauk hewani antara lain daging, ikan, ayam dan telur. Lauk nabati antara lain tahu, tempe, dan kacang-kacangan. Sayuran dan buah merupakan sumber vitamin, mineral, dan serat. Sayuran dan buah yang berwarna, banyak mengandung vitamin dan berfungsi sebagai antioksidan yaitu vitamin A, C dan E. Batasi pemakaian gula, garam dan lemak agar tidak mengalami hipertensi.

Pengaruh Kepatuhan Minum Obat Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Hasil observasi di lapangan diketahui bahwa terdapat 3 orang (3,4%) sudah teratur dalam mengkonsumsi obat akan tetapi masih memiliki kualitas hidup kurang baik, hal ini disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia di sebabkan ketidak sanggupannya lansia dalam berolahraga sehingga hal ini akan dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia.

Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar responden mengungkapkan bahwa terkadang mereka lupa mengonsumsi obat bahkan selama 2 pekan terakhir pernah dengan sengaja tidak mengonsumsi obat dikarenakan beberapa alasan, diantaranya yakni ketika mereka merasa kondisinya sedikit sehat, mereka berhenti mengonsumsi obat untuk sementara waktu. Disamping itu, tidak sedikit dari responden yang merasa terganggu dengan kewajiban mereka terhadap pengobatan hipertensi yang harus dijalani.

Kepatuhan minum obat merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien hipertensi meskipun bukan sebagai faktor utama. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nurmalita, dkk (2019) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kepatuhan minum obat dengan kualitas hidup pasien hipertensi (55). Hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian Setiawan (2020) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan terhadap kualitas hidup pasien hipertensi dengan nilai koefisien korelasi kurang dari 0,3. Persamaan kedua penelitian tersebut dengan penelitian ini disebabkan karena obat antihipertensi yang paling banyak dikonsumsi responden ini berjenis sama, yaitu jenis amlodipi (16).

Penelitian lain yang dilakukan Chendra, dkk (2020) juga menunjukkan adanya hubungan antara keteraturan minum obat dengan kualitas hidup peserta prolansis penderita hipertensi (28). Pun pada penelitian Afiani, dkk (2019) menyatakan bahwa kepatuhan terapi

pengobatan memiliki hubungan yang bermakna terhadap kualitas hidup pasien hipertensi derajat II dengan nilai p value sebesar 0,000. Adanya persamaan kedua penelitian tersebut dengan penelitian ini yakni tingkat kepatuhan berobat responden yang berada pada kategori rendah atau dapat diartikan bahwa sebagian responden sama-sama tidak patuh dalam menjalankan pengobatan hipertensi (17).

Penelitian lainnya oleh Raimundus, *et al* (2021) menunjukkan bahwa usia, komorbid, dan kepatuhan memiliki hubungan bermakna dengan kualitas hidup. Namun pada penelitian tersebut juga beranggapan bahwa tingkat pengetahuan yang tinggi juga dapat memiliki kualitas hidup yang baik dikarenakan pengetahuan pasien terhadap proses penyakit erat kaitannya dengan kepatuhandalam menjalankan pengobatan dan berpengaruh pada kualitas hidup pasien (14).

Pengaruh Motivasi Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Hasil observasi di lapangan diketahui bahwa terdapat 18 orang (18,2 %) memiliki motivasi baik akan tetapi masih dengan kualitas hidup kurang baik, hal ini disebabkan oleh kurangnya dukungan dari orang terdekat seperti keluarga yang disibukan dengan pekerjaan sehingga para lansia kurang di perhatikan dalam pengobatannya jika hal ini terus menerus akan berdampak pada kualitas hidup lansia.

Hasil penelitian pada pasien hipertensi di Puskesmas Tangan-Tangan, diperoleh data rata-rata motivasi pengendalian tekanan darah berupa motivasi dalam menjalani pengobatan sebagian besar dikategorikan dalam motivasi kurang baik. Kurang baiknya motivasi dalam melakukan pengobatan ini dapat ditunjukkan bahwa sebagian besar pasien hipertensi di P Puskesmas Tangan-Tangan belum memiliki keyakinan terhadap pengobatan yang dijalani. Pasien hipertensi kurang yakin bahwa menjalani pengobatan dapat memperbaiki kesehatannya. Tidak merasakan manfaat yang diperoleh dari pengobatan yang dijalani dapat memberikan motivasi untuk meneruskan pengobatan yang ada. Kurang yakinnya pasien hipertensi atas pengobatan juga dapat timbul karena pasien tahu informasi akan manfaat yang didapat dari pengobatan. Sehingga pasien tidak mau menjalani pengobatan mau untuk menjalani pengobatan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Affan & Reni (2018), yang menyatakan bahwa sebagian besar pasien hipertensi masih memiliki motivasi kontrol tekanan darah yang rendah. Rendahnya motivasi tersebut karena pasien merasa tubuhnya tidak merasakan keluhan/sehat. Sehingga pasien memilih untuk tidak memeriksakan tekanan darahnya secara rutin (19).

Motivasi pada lansia penderita hipertensi sangat berperan penting dalam meningkatkan gairah atau dorongan lansia untuk tetap bersemangat dalam melakukan upaya perilaku hidup sehat, motivasi yang didapatkan lansia penderita hipertensi dapat menimbulkan suatu keinginan untuk selalu mempunyai harapan hidup, kondisi kesehatan yang baik dan rasa aman nyaman dalam menjalani kehidupannya (Setiyaningsih 2019). Sehingga motivasi dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia penderita hipertensi (20).

Menurut peneliti proses munculnya motivasi dalam diri seseorang dikarenakan adanya kebutuhan yang mendasar. Agar kebutuhan tersebut dapat terpenuhi, timbullah dorongan untuk melakukan suatu tindakan. Karena setiap manusia memiliki kebutuhan yang berbeda dan tidak pernah puas dalam pemenuhan kebutuhannya, menyebabkan proses motivasi akan terus berlangsung. Dengan motivasi yang baik, dapat diartikan bahwa pasien hipertensi masih memiliki kebutuhan yang perlu dipenuhi seperti mengubah status kesehatan menjadi lebih baik dan mencegah timbulnya gejala serta komplikasi.

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya

Hasil observasi dilapangan diketahui bahwa terdapat 2 orang (2,3%) yang dukungan keluarga baik akan tetapi kualitas hidup masih kurang baik, hal ini disebabkan oleh riwayat keluarga yang hipertensi hal ini akan mempengaruhi kualitas hidup responden.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia hipertensi (11). Penderita hipertensi yang berada dilingkungan yang diperhatikan oleh keluarganya dapat menimbulkan perasaan aman dan nyaman sehingga akan tumbuh rasa perhatian terhadap diri sendiri dan meningkatkan motivasi untuk melaksanakan perawatan diri. Rasa nyaman yang timbul akan mencegah munculnya stres pada penderita hipertensi (21). Keluarga merupakan *support system* utama bagi lansia dalam mempertahankan kesehatannya. Peranan keluarga dalam perawatan lansia antara lain menjaga atau merawat lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual lansia (22).

Dukungan keluarga dapat mempengaruhi perilaku dan gaya hidup seseorang sehingga berdampak pada status kesehatan dan kualitas hidup (29). Dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada anggota keluarga akan membuat perasaan lebih aman, nyaman, dan di hargai serta meningkatkan motivasi lansia untuk melakukan perawatan kesehatan dalam hal kontrol tekanan darah secara teratur dan mematuhi diit serta melakukan aktivitas-aktivitas yang berguna bagi kesehatan (24).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suardana (2019) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia hipertensi yang menggunakan kuesioner penelitian dari *WHOQOL-Bref*, dimana didapatkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) (23). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yulianti (2017) bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia dengan kerapatan hubungan sedang ($r = 0,501$). keluarga merupakan sumber dukungan keluarga yang paling utama. Dukungan dari keluarga berkaitan erat dengan kepatuhan pasien terhadap pengobatan, sehingga akan mempengaruhi kualitas hidupnya (24).

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh aktifitas fisik, pola makan, kepatuhan minum obat, motivasi dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Tangan-Tangan Kabupaten Aceh Barat Daya.

SARAN

Agar lebih mengoptimalkan penyuluhan dan penyebaran informasi kesehatan terkait promosi kesehatan, perlindungan umum dan khusus dan pemeriksaan kesehatan secara rutin sesuai dengan program yang saat ini dicanangkan oleh pemerintah sehingga masyarakat dapat berpartisipasi aktif dalam rangka mewujudkan perilaku sehat. Seperti program *prolanis* (senam *prolanis*), kemudian memberikan inovasi program lansia kepatuhan minum obat dan rumah ramah lansia, bekerja sama dengan lintas sektor membuat rumah desa sehat (RDS) akan membuat juknis dalam upaya pemantauan kesehatan lansia yang bekerja sama dengan kader yang ada di desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan kepada Rektor, Dekan FKM, Kaprodi S2 Kesehatan Masyarakat, Pembimbing dan Penguji dan semua pihak yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan arahan, saran dan kesempatan serta membantu dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementrian Kesehatan RI. Pusat Data dan Informasi Hipertensi. Jakarta Kemenkes RI; 2019.
2. Depkes RI. Pedoman pencegahan Penyakit Tidak Menular. MDGs. Jakarta tahun 2020.
3. *World Health Organization. Noncommunicable Diseases Country Profiles*. WHO.2020; 10-11.

4. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_20.
5. Dinas Kesehatan. Profil Kesehatan Provinsi Aceh. Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. 2021.
6. Oza, B. B., Patel, B. M., Malhotra, S. D. & Patel, V. J. *Health Related Quality of Life in Hypertensive Patients in a Tertiary Care Teaching Hospital*. Journal of The Association of Physicians of India, 62, 8. 2014.
7. Myers, J.S. *Factors Associated with Changing Cognitive Function in Older Adults: Implications for Nursing Rehabilitation*. Rehabilitation Nursing; May/Jun 2008; 33, 3; ProQuest Medical Library pg. 117. 2018.
8. Depkes. *Prevalensi Penderita Hipertensi di Indonesia*. 2018. <https://www.depkes.go.id>.
9. Ningrum, T. P., Okatiranti, & Wati, D. K. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia (Studi Kasus: Kelurahan Sukamiskin Bandung). *Jurnal Keperawatan BSI*, 83-88.2018.
10. Jufar, A. H., Nugse, F. G. & Misigna, H. G. *Assessment of Health Related Quality of Life and Associated Factors among Hypertensive Patients on Treatment at Public Hospital in Mekelle, North Ethiopia*. Journal of Hypertension, 6, 7. 2017.
11. Herlinah, L., Wiarsih, W., & Rekawati, E. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 108-115. (2019). <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKK/article/view/987/1036>.
12. Puspa, G., Marek, S., & Adi, M. S. Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Terjadinya Hipertensi Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II (Studi di Wilayah Puskesmas Kabupaten Pati) *Risk Factors Affecting Hypertension In (Studies at Primary Healthcare Centers in Pati District)* Pendahuluan. *Jurnal Litbang*, XIII(1), 47–59. (2019).
13. Garnadi. Analisis Pengaruh Faktor pola makan terhadap Kekambuhan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Bendosari Sukoharjo. Prosiding Seminar Ilmiah Nasional Kesehatan. (2018).
14. Setyaningsih, A. Kualitas Hidup Perawat Yang Menangani Pasien Tuberkulosis (Tb) Di Rumah Sakit Dr. Soetomo Surabaya. Skripsi. Surabaya: Universitas Airlangga. 2018.
15. Noviana Purwaningsih. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Instalasi Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi Periode Februari-Maret 2018. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. 2018.
16. Alfian R., Susanto Y., dan S. Khadizah. Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta Di Poli Jantung RSUD Ratu Zalecha Martapura. *Jurnal Pharmcience*. 04(01): 39-47. 2017.
17. WHO. *World Health Day 2020: Measure Your Blood Pressure, Reduce Your Risk*. diambil dari: <http://www.who.int>.

18. Brenda Sophia Panjaitan dkk. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia. Volume 2, No.2, Oktober 2020.
19. Brenda Sophia Panjaitan dkk. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia. Volume 2, No.2, Oktober 2020.
20. Yuniar Dwi Prastika, Nur Siyam. Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. JPHN 1 (3) (2021)407-419.
21. Rudy Chendra dkk. Kualitas Hidup Lansia Peserta Prolanis Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenten Laut. Jurnal JUMANTIK Vol. 5 No.2 Juni-Nopember 2020.
22. Eni Nuraeni dkk. Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Puskesmas Balaraja.Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin. Universitas Muhammadiyah Tangerang. Volume 2, 2020.
23. ivi Nurmalita. Hubungan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro 2018. Skripsi.