

Hubungan Tekanan Darah Sistolik Dengan Berat Badan Pada Lansia Di Panti Jompo Kasih Bapa

*¹Dini Afriani Khasanah, ¹Deni Nelissa, ¹Listya Triandari, ²Enny Fauziah, ¹Desti Ananda, ¹Dewi Putri Sari

¹Program Studi S1 Fisioterapi, Fakultas Pertanian, Sains Dan Teknologi, Universitas Panca Bhakti

²Program Studi D3 Fisioterapi, Politeknik Unggulan Kalimantan

Email : dini.ak@upb.ac.id

ABSTRAK

Lanjut usia merupakan seseorang yang memiliki banyak penurunan fungsi tubuh pada sistem organnya. Hal tersebut membuat lanjut usia perlu memperhatikan kondisi fisiknya. Terutama pada nilai tekanan darah dan berat badannya. Kestabilan tekanan darah dan berat badan pada usia lanjut mempengaruhi kualitas hidup pada lansia. **Tujuan** penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan tekanan darah sistolik dengan berat badan pada lansia di Panti Jompo Kasih Bapa. **Metode** penelitian yang digunakan adalah korelasi analitik dengan *cross sectional design*. Responden dalam penelitian berjumlah 20 orang. Uji korelasi menggunakan uji *Spearman rho*. **Hasil** dari penelitian mendapatkan nilai p antara tekanan darah sistolik dan nilai berat badan sebesar 0,180 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,312 yang bermakna hubungan positif dan kekuatan korelasi yang rendah. **Simpulan** dari penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara tekanan darah sistolik dengan berat badan pada lansia di Panti Jompo Kasih Bapa. Hal ini dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, dimana para lansia kurang diperhatikan kualitas gizinya.

Kata kunci: Tekanan Darah, Berat Badan, Lansia

ABSTRACT

The aging process involves an individual experiencing a decline in bodily functions within their organ systems. This necessitates that the elderly pay attention to their physical condition, especially regarding blood pressure and body weight. The stability of blood pressure and body weight in old age affects the quality of life for the elderly. The purpose of this study was to investigate the relationship between systolic blood pressure and body weight in the elderly at the Kasih Bapa Nursing Home. The research method used was analytical correlation with a cross-sectional design, and the study involved 20 respondents. The correlation test employed the Spearman rho test. The research results revealed a p-value of 0.180 for the correlation between systolic blood pressure and body weight, with a correlation coefficient of 0.312 indicating a low-strength positive correlation. The conclusion drawn from this study indicates a lack of a significant relationship between systolic blood pressure and body weight in the elderly at the Kasih Bapa Nursing Home. This is influenced by environmental conditions where the nutritional quality for the elderly is not adequately addressed.

Keywords: Blood Pressure, Bodyweight, Elderly

PENDAHULUAN

Dari tahun ke tahun, pertumbuhan populasi usia lansia di Indonesia meningkat dengan signifikan. Seseorang lansia merupakan individu yang mengalami penurunan fungsi tubuh baik secara fisik, mental dan biologis. Hal ini mengakibatkan para lansia mulai merasakan depresi, khawatir, takut akan kematian, status sosial, finansial, kondisi rumah tangga, hilangnya keluarga atau sahabat (Sudiana, 2017). Jika diperhitungkan maka akan diprediksi jumlah populasi lansia yang terdapat di Indonesia tahun 2035 akan bertambah sebanyak 2 kali lipat dari tahun 2017. Bertambahnya populasi lansia di masa depan akan memberikan dampak positif, jika para lansia memiliki kondisi fisik yang sehat, produktif dan aktif. Namun jika lansia pada umumnya mengalami penurunan fungsi tubuh dan tidak ditangani dengan semestinya, maka menimbulkan peningkatan anggaran pelayanan kesehatan, peningkatan disabilitas, penurunan penghasilan, tidak adanya dukungan sosial serta lingkungan yang kurang ramah pada kaum lansia yang akan berdampak pada kualitas hidup lansia (Komalasari & Yulia, 2020). Kualitas hidup lansia juga dipengaruhi oleh aktivitas fisik. Apabila aktivitas fisik yang dilakukan pada lansia berkurang, maka terjadinya pengurangan keluarannya energi untuk metabolisme lemah yang menyebabkan adanya perubahan berat badan dan perubahan kerja otot jantung. Aliran darah yang melalui pembuluh darah menjadi berkurang keelastisitasnya yang menyebabkan adanya peningkatan tekanan darah. Maka dari itu, tekanan darah berhubungan erat dengan kondisi tubuh lansia. Tekanan darah menjadi faktor utama pada sistem peredaran darah yang bisa menyebabkan perubahan tekanan darah di dalam tubuh lansia. Menurut Suharyoto & Suciati (2022), orang yang memiliki berat badan berlebih akan mengalami peluang tekanan darah tinggi 10 kali lebih besar daripada orang yang memiliki berat badan normal. Tekanan darah merupakan tekanan yang ditimbulkan pada dinding arteri. Tekanan puncak terjadi saat ventrikel berkontraksi yang disebut tekanan sistolik. Perubahan tekanan darah akan mempengaruhi homeostatis di dalam tubuh. Tekanan darah selalu diperlukan untuk daya dorong mengalirnya darah di dalam arteri, arteriola, kapiler dan sistem vena, sehingga terbentuklah suatu aliran darah yang menetap.

Berat badan ideal adalah dambaan bagi setiap orang dari berbagai kalangan usia dan *gender*. Berbagai cara dilakukan agar dapat mencapai berat badan yang ideal baik dari mengatur pola makan, program diet, berolahraga secara teratur hingga meminum obat-obatan. Berat badan ideal merupakan seseorang yang mempunyai bentuk tubuhnya tidak terlalu kurus, tidak terlalu gemuk terlihat serasi antara berat badan dan tinggi badan (Suharyoto & Suciati, 2022). Namun seiring berjalannya waktunya, berbagai asupan yang sudah dimakan oleh seseorang lambat laun akan mengakibatkan adanya penumpukan lemak akibat akumulasi pola makan yang tidak sehat. Gizi yang dimulai pada awal usia 50 tahunan ini akan membawa lansia dalam keadaan obesitas dan dapat pula disertai penyakit metabolisme (Nugraheni *et. al.*, 2019).

Penuaan merupakan tahapan kehidupan manusia yang tidak dapat dihindari dan berlangsung setiap waktu. Manusia akan memasuki fase lanjut usia dimana terjadi penurunan fungsi fisiologis tubuh terutama pada tekanan darah dan berat badan. Hal ini berdampak pada melemahnya kondisi fisik. Namun hal ini tidak dapat digeneralisasikan, karna setiap lansia memiliki kondisi fisik yang berbeda-beda dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu faktor yang disinggung dalam penelitian adalah mengenai lingkungan tempat tinggal. Perbedaan pola kehidupan yang memungkinkan pada lansia tinggal bersama keluarga dan panti jompo menjadi titik awal perbedaan dari kondisi fisik seorang lansia (Putra, 2018).

Mengingat penduduk lansia di Indonesia yang terus meningkat jumlahnya, adanya pelayanan bagi lansia yang meliputi pelayanan berbasis keluarga, masyarakat, lembaga sudah semestinya terus ditingkatkan demi tercapainya kesejahteraan lansia di Indonesia. Jumlah penduduk lansia yang semakin bertambah dapat meningkatkan peluang seorang lansia untuk tinggal di panti jompo. Hadirnya panti jompo ini dianggap sebagai salah satu penyedia jasa yang dapat memberikan pelayanan berkualitas bagi lansia. Terjadinya pergeseran pola hidup keluarga di kota besar dari *extended family* menjadi *nuclear family* semakin memperkuat alasan bagi lansia untuk hidup lebih mandiri (Melati *et. al.*, 2013). Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk menganalisa hubungan tekanan darah sistolik dengan berat badan pada lansia di Panti Jompo Kasih Bapa.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2023 bertempat di Panti Jompo Kasih Bapa, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat. Metode penelitian menggunakan korelasi analitik dengan desain penelitian *cross-sectional design*. Lansia yang ada di Panti Jompo Kasih Bapa berjumlah 35 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dan mendapatkan jumlah sampel sebanyak 20 orang lansia.

Analisa data penelitian menggunakan uji korelasi *Spearman Rho*. Menurut Syapitri *et. al.* (2021), uji korelasi *Spearman Rho* adalah uji hipotesis untuk mengetahui hubungan dari dua variabel yang memiliki data ordinal atau salah satu variabelnya berdata nominal dan lainnya berdata nominal maupun rasio. Salah satu karakteristik uji korelasi *Spearman Rho* adalah tidak diharuskan data berdistribusi normal.

Menurut Eravianti (2021), kriteria tingkat kekuatan korelasi memiliki ketentuan sebagai berikut: 1) Nilai koefisien korelasi 0,00-0,19 bermakna hubungan sangat rendah; 2) Nilai koefisien korelasi 0,20-0,39 bermakna hubungan rendah; 3) Nilai koefisien korelasi 0,40-0,59 bermakna hubungan sedang; 4) Nilai koefisien korelasi 0,60-0,79 bermakna hubungan kuat; dan 5) Nilai koefisien korelasi 0,80-1,00 bermakna hubungan sangat kuat. Menurut Sujarweni (2015), untuk kriteria arah korelasinya dapat dilihat dari angka koefisien sebagaimana tingkat kekuatan korelasi. Jika besarnya nilai koefisien korelasi terletak antara plus (+) 1 sampai dengan minus (-) 1, maka bernilai positif yang bermakna bahwa hubungan kedua variabel searah. Sedangkan jika besarnya nilai koefisien bernilai negatif, maka hubungan kedua variabel dikatakan tidak searah. Dari sisi kriteria signifikan korelasi, kekuatan dan arah korelasi (hubungan) akan mempunyai arti jika hubungan antara kedua variabel bernilai signifikan. Dikatakan ada hubungan yang signifikan, jika nilai *Sig. (2-tailed)* atau nilai *p* variabel memiliki hasil perhitungan lebih kecil dari nilai 0,05. Sedangkan jika nilai *Sig. (2-tailed)* atau nilai *p* variabel memiliki hasil perhitungan lebih besar dari nilai 0,05, maka hubungan antara kedua variabel dikatakan tidak signifikan atau tidak berarti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yang dilakukan di Panti Jompo Kasih Bapa mengenai hubungan tekanan darah dan berat badan pada lansia menghasilkan beberapa hasil data penelitian yaitu nilai tekanan darah sistolik, nilai tekanan darah diastolik dan nilai berat badan pada lansia. Distribusi responden berdasarkan tekanan darah sistolik seperti Tabel 1 adalah mayoritas responden yang memiliki nilai tekanan darah sistolik sebesar 80 mmHg yang berjumlah 10 orang (50%). Dan jumlah responden paling sedikit berada pada nilai tekanan darah sistolik sebesar 100 mmHg yang berjumlah 1 orang (5%).

TD Sistolik (mmHg)	F	%
60	6	30%
70	3	15%
80	10	50%
100	1	5%
Total	20	100%

Tabel 1. Distribusi Data Tekanan Darah Sistolik

Distribusi responden berdasarkan usia seperti yang tertera pada Tabel 2 bahwa mayoritas responden penelitian pada rentang usia 55-64 tahun berjumlah 6 orang (30%). Dan jumlah responden paling sedikit berada pada rentang usia 25-34 tahun, 35-44 tahun dan 65-74 tahun masing-masing berjumlah 2 orang (10%).

Berat Badan (kg)	F	%
25-34	2	10%
35-44	2	10%
45-54	4	20%
55-64	6	30%
65-74	2	10%
75-84	4	20%
Total	20	100%

Tabel 2. Distribusi Data Berat Badan

Pada Tabel 3. Berdasarkan hasil uji *Spearman rho* antara tekanan darah sistolik dengan berat badan menunjukkan *p-value* sebesar 0,180 dan nilai koefisien sebesar 0,312 yang bermakna tidak adanya hubungan positif dan kekuatan korelasi yang rendah. Dengan demikian, tidak ada hubungan yang signifikan antara tekanan darah sistolik dengan berat badan pada lansia.

		BB
TD Sistolik	Cor. Coef.	.312
	Sig. (2-tailed)	.180
N		20

Tabel 3. Distribusi Data Berat Badan

Dari hasil penelitian didapatkan nilai tekanan darah sistolik lansia dari para responden tergolong dalam hipertensi stadium 1. Hal ini disebabkan oleh makanan yang dikonsumsi banyak mengandung garam, kurangnya asupan buah dan sayur serta kurangnya aktivitas fisik minimal 30 menit per harinya. Karena dengan berolahraga secara teratur dapat menurunkan nilai tekanan darah tinggi. Selain itu, hasil penelitian juga didapatkan nilai berat badan lansia yang menunjukkan angka normal untuk usia lansia. Hal ini disebabkan adanya faktor psikologis yang terjadi pada kelompok lansia yang tinggal di panti jompo. Beberapa dari lansia di panti jompo merasakan kehidupan yang layak yang membuat adanya kestabilan dari nilai berat badan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tekanan darah sistolik dengan berat badan pada lansia di Panti Jompo Kasih Bapa. Hal ini karena nilai tekanan darah sistolik dan nilai berat badan. Manusia akan memasuki fase lanjut usia dimana terjadi penurunan fungsi fisiologis tubuh terutama pada tekanan darah dan berat badan. Salah satu faktor pengaruhnya adalah lingkungan tempat tinggal. Perbedaan pola kehidupan yang memungkinkan pada lansia tinggal bersama keluarga dan panti jompo menjadi titik awal perbedaan dari kondisi fisik seorang lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada dosen dan mahasiswa Program Studi Fisioterapi Fakultas Pertanian, Sains Dan Teknologi Universitas Panca Bhakti yang telah membantu dalam proses penelitian. Dan tak lupa pula, kami ucapkan terima kasih kepada pengurus Panti Jompo Kasih Bapa, Kabupaten Kubu Raya, Kalimantan Barat yang sudah memberikan izin kepada kami untuk melakukan kegiatan penelitian.

REFERENSI

Eravianti. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Padang: Stikes Syedza Saintika.

- Komalasari, W., & Yulia, A. (2020). *Hubungan Faktor Fisik, Psikologis Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Air Camar Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019*. 2(1), pp. 23-30.
- Melati, I., Elita, V. & Agrina. (2013). Perbedaan Antara Konsep Diri Lansia Yang Tinggal Di Panti Sosial Tresna Werdha Dengan Lansia Yang Tinggal Di Tengah Keluarga. *Universitas Riau*. pp 1-15.
- Nugraheni, A., Mulyani, S., Cahyanto, EB., Musfiroh, M & Sumiyarsi, I. (2019). Hubungan Berat Badan Dan Tekanan Darah Pada Lansia. *Placentum, Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*, 7(2), pp. 55-60.
- Putra, KP., Kurniasari MD & Purnamasiwi, A. (2018). Analisa Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kondisi Fisik Lansia Di Desa Dan Kota. *Seminar Nasional Pendidikan Jasmani UMMI ke-1 Tahun 2018*. pp. 235-243.
- Sudiana, H. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Kecemasan Pada Lanjut Usia Di Panti Wredha Welas Asih. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(2), pp. 31-36.
- Suharyoto & Suciati. (2022). Hubungan Berat Badan Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di RW 08 Desa Kalidawir, Kabupaten Tulungagung. *Care Journal: Nursing, Medical and Science Journal*, 1(2). pp. 20-25.
- Sujarweni, V W. (2015). *Statistik Untuk Kesehatan*. Yogyakarta: Gava Media
- Syapitri, H., Amila & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Malang: Ahlimedia Press.