

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Hipertensi

2.1.1 Pengertian Hipertensi

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi dengan sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg atau disebut sebagai *silent killer* (pembuluh senyap) (Purwono et al., 2020). Menurut Organisasi Kesehatan Kesehatan Dunia (WHO) tekanan darah sistolik yaitu tekanan pada jantung yang memompa darah keseluruh tubuh sedangkan, tekanan darah diastolik yaitu tekanan otot jantung yang menerima darah keseluruh tubuh. Hipertensi sering terjadi pada usia lanjut lanjut karena, semakin bertambahnya umur denyut jantung dan fungsi jantung menurun (Febri et al., 2024). Penyakit hipertensi jarang menimbulkan tanda gejala pada kesehatan fungsional (Oktaviani et al., 2022). Menurut penelitian Lakoro (2022) satu penyakit degeneratif yang menyerang pada semua usia berupa gangguan sistem darah seperti gagal jantung, stroke, dan penyakit vaskuler lainya adalah hipertensi yang harus diwaspadai pada semua umur terutama pada lansia

Secara global salah satu masalah yang mengakibatkan tingginya angka kematian dan beban biaya kesehatan di dunia yang terjadi pada usia lanjut adalah penyakit hipertensi (Febriawati et al., 2023). Hipertensi menyebabkan kualitas hidup lansia terganggu yang mengakibatkan angka hidup lansia menurun (Irawan et al., 2020). Penyakit kardiovaskular yang umumnya diderita oleh banyak orang terutama di Indonesia yaitu hipertensi (Astuti et al., 2023). Penyakit hipertensi menjadi masalah kesehatan yang harus dikontrol apabila tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi (Maritje S.J. Malisngorar et al., 2023). Menurut Febriyanti (2024) hipertensi

merupakan penyakit gangguan fungsi pembuluh darah ke suplai oksigen yang menyumbat jaringan tubuh. Kondisi penyakit hipertensi di akibatkan oleh bertambahnya usia yang menyebabkan penurunan arteri, pembuluh darah elastisitas menjadi kaku (Anita Wulandari, 2024)

2.1.2 Penyebab Hipertensi

Berdasarkan penyebabnya hipertensi di golongkan menjadi dua yaitu :

a. Hipertensi *Essensial* (Primer)

Hipertensi *essensial* atau primer merupakan peningkatan tekanan darah yang belum diketahui penyebab klinisnya dan hipertensi primer yaitu suatu kondisi yang tidak bisa disembuhkan tetapi dapat dikontrol dengan terapi (Seprianto Maddusa et al., 2023). Beberapa penyebab hipertensi primer antara lain :

1) Genetik

Faktor genetik merupakan kondisi dimana pasien hipertensi memiliki keturunan yang sama mengalami penyakit hipertensi atau penyakit yang disebabkan oleh keturunan (Intan. S, 2024)

2) Diet

Diet merupakan faktor penyebab hipertensi karena kurangnya mengatur pola makan sehingga tidak dapat mengubah perilaku hidup sehat (Putra et al., 2022)

3) Stres

Stres merupakan faktor terjadinya hipertensi yang memberikan efek buruk bagi tubuh, apabila stres terjadi tubuh akan mengeluarkan hormon adrenalin dan kortisol dimana hormon tersebut mengakibatkan denyut jantung berdetak lebih cepat yang menyebabkan pembuluh darah meningkat (Pangaribuan, 2023)

b. Hipertensi Sekunder

Hipertensi sekunder adalah tekanan darah yang lebih tinggi dari pada hipertensi primer (Tanjung Irpan Arif et al., 2023). Penyebab hipertensi sekunder yaitu kelainan ginjal seperti tumor, diabetes mellitus, obesitas, kelainan adrenalin, dan pemakaian obat-obatan seperti kontrasepsi oral (Wirakhmi Netra et al., 2023). Pada hipertensi sekunder penyebabnya diketahui dengan jelas sehingga pengobatan pada pasien hipertensi sekunder lebih mudah dikendalikan dengan obat-obatan (Mulia Agustina et al., 2024)

2.1.3 Tanda Gejala Hipertensi

Penyakit hipertensi merupakan penyakit umum yang sering terjadi pada masyarakat yang umumnya memiliki tanda gejala antara lain :

a. Nyeri Kepala

Nyeri kepala adalah tanda gejala yang sering terjadi pada pasien hipertensi (Maulana Nova et al., n.d.). Rasa nyeri kepala merupakan kondisi yang tidak menyenangkan yang bersifat subjektif (Arfah May Syara et al., 2021). Penyebab nyeri kepala yaitu adanya gangguan stimulus dari intrakranial atau ekstrakranial (Arfah May Syara et al., 2021)

b. Pusing (Vertigo)

Vertigo secara bahasa latin yaitu *vertere* yang berarti memutar (Karyanto Dhaffa et al., 2023). Rasa vertigo pasien hipertensi merupakan sensasi gerakan berputar atau rasa bergerak dari lingkungan sekitar (Puspita Sari et al., 2023). Sensasi gerakan rasa vertigo juga dirasakan seperti didorong atau di tarik menjauhi bidang vertikal (Maulidia et al., 2023)

c. Jantung Berdebar-debar

Gejala jantung berdebar yaitu dimana kondisi yang muncul seperti denyut jantung berdebar lebih cepat, tidak teratur yang biasanya terjadi pada pasien hipertensi (Maulida Shiery Yuniavista et al., 2023)

d. Mudah Lelah

Mudah lelah yaitu kondisi pasien yang muncul rasa letih yang berlanjut pada kelelahan fisik sehingga mengganggu aktivitas yang dilakukan (Ferdy Lainsamputty, 2020). Mudah lelah yaitu kondisi yang sering dipermasalahkan dalam kesehatan yang mencangkup kualitas hidup pasien (Pare alsin et al., 2023)

e. Penglihatan Kabur

Penglihatan kabur yaitu keluhan penglihatan semakin menurun sehingga pasien hipertensi merasakan terdapat gangguan dalam penglihat yang menyebabkan retina menebal (Norlita et al., 2023). Fungsi adanya retina menebal yaitu penyempitan pembuluh darah yang menghambat (Amin et al., 2020)

f. Mimisan

Mimisan yaitu kondisi keluarnya darah dari hidung yang terjadi pada pasien hipertensi dimana kondisi tersebut merupakan kondisi yang serius yang harus di tangani (Atala Insyira Nadhyla et al., 2024)

g. Telinga Berdenging

Telinga berdenging yaitu suatu kondisi dengan bertambahnya usia sel di dalam rambut telinga yang mengalami penurunan fungsi yang menyebabkan pendengaran menjadi hiperaktif (Bramhall et al., 2023). Kondisi tersebut membuat saraf menjadi terstimulasi oleh suara (Seprianto Maddusa et al., 2023)

2.1.4 Faktor Risiko Hipertensi

Hipertensi memiliki beberapa faktor resiko yang merupakan penyebab munculnya penyakit hipertensi. Faktor resiko hipertensi dapat digolongkan menjadi dua yaitu faktor yang dapat berubah dan faktor yang tidak dapat dirubah (Lintu Meyla Putri et al., 2023). Faktor risiko hipertensi dapat berubah yaitu :

a. Konsumsi garam berlebih

Mengonsumsi garam berlebih yaitu kondisi yang menyebabkan tekanan darah tinggi berisiko kematian yang merupakan faktor resiko paling penting di dunia (Solikha et al., 2024)

b. Merokok

Merokok merupakan kondisi yang menyebabkan hipertensi dengan denyut jantung semakin cepat dan tingginya tekanan darah. Pada perokok terjadi peningkatan hormon epinefrin dan norepinefrin karena adanya aktifitas sistem saraf (Erman et al., 2021)

c. Konsumsi minuman alkohol

Konsumsi alkohol yang berlebih berdampak pada kesehatan dengan peningkatan kadar kortisol dalam darah yang menyebabkan rennin angiotensi aldesterol system (RAAS) meningkat (Siti Masita Zahra Ohoira et al., 2024)

d. Kurangnya aktivitas fisik

Kurangnya aktifitas fisik menyebabkan tekanan darah pada lansia meningkat karena pada otak akan dirangsang untuk meningkatkan protein di otak atau disebut brain derived neutrophic factor (BDNF) (Makawekes et al., 2020)

e. Stres

Stres merupakan kondisi dimana hormon adrenalin dilepaskan dan ditingkatkan melalui tekanan darah melalui kontraksi arteri yang menyebabkan tekanan darah meningkat (Situmorang et al., 2020)

Sedangkan faktor yang tidak dapat dirubah antara lain :

a. Faktor usia

Bertambahnya usia berdampak pada penyakit hipertensi karena, dalam usia 60 tahun semakin banyak perubahan struktural dan fungsi pembuluh darah perifer yang berpengaruh pada tekanan darah (Unja et al., 2020)

b. Faktor genetik

Faktor genetik berperan dalam pola hidup seseorang, oleh sebab itu kondisi tubuh berpengaruh pada keturunan keluarga yang sama mengalami hipertensi (Mariani Mariani et al., 2023)

c. Etnis

Etnis merupakan satu kesatuan sosial yang dibedakan adanya faktor lingkungan (Nasrullah et al., 2023)

d. Jenis kelamin

Jenis kelamin dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan antara wanita dan pria yaitu adanya faktor hormon (E Pujiningsih et al., 2024)

2.1.5 Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi hipertensi dibagi menjadi tiga golongan yaitu hipertensi sistolik, hipertensi diastolik dan hipertensi campuran (Sartika et al., 2020). Hipertensi sistolik merupakan tekanan tingkat sistolik tanpa diikuti tekanan diastolik yang umumnya terjadi pada lansia. Tekanan sistolik merupakan tekanan pada arteri (Diartin et al.,

2021). Hipertensi diastolik merupakan tekanan diastolik tanpa diikuti tekanan sistolik yang biasanya terjadi pada anak-anak dan orang dewasa, sedangkan hipertensi campuran merupakan gabungan antara hipertensi sistolik dan hipertensi diastolik yang terjadi peningkatan pada hipertensi sistolik dan hipertensi diastolik (Istiqomah Finda et al., 2022). Hipertensi dikalsifikasi pada beberapa tingkat antara lain :

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi

Kategori	Sistole (mmHg)		Diastole (mmHg)
Nominal	<120	dan	<80
Pra Hipertensi	120-135	atau	80-89
Hipertensi tingkat I	140-159	atau	90-99
Hipertensi tingkat II	>160	atau	>100
Hipertensi sistolik terisolasi	>140	dan	<90

Sumber (Made Indra Ayu Astarini et al., 2023)

2.1.6 Penatalaksanaan Hipertensi

Penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologi maupun non farmakologis

a. Terapi obat-obatan (farmakologi)

1. Amlodipini merupakan obat golongan antihipertensi tunggal atau dapat dikombinasikan dengan obat lain untuk menurunkan tekanan darah (Vina Amelia Akmal et al., 2024)

2. Diltiazem merupakan obat antihipertensi yang dapat menurunkan tekanan darah yang memiliki efek samping seperti nyeri dada (Priatna et al., 2023)
 3. Deuretika merupakan salah satu obat yang digunakan untuk mengeluarkan garam yang berlebihan yang digunakan pada pasien hipertensi (Sekar Anasstry Putri et al., 2023)
- b. Terapi Non Farmakologi (Mengubah pola gaya hidup). Menurut (Laili et al., 2023) gaya hidup sehat meliputi :
1. Penurunan berat badan
Penurunan berat badan merupakan upaya untuk mengurangi tekanan darah tinggi yang dapat mengurangi kerja pada jantung sehingga IMT pada pasien mencapai nilai normal
 2. Mengurangi asupan garam
Apabila pasien hipertensi sering mengkonsumsi garam akan menimbulkan dampak cairan yang dikeluarkan dengan jantung lebih banyak yang dapat menimbulkan kinerja pada jantung
 3. Olahraga secara teratur
Dengan melakukan aktivitas olahraga pasien dapat memiliki dampak positif yaitu dapat menurunkan tekanan darah
 4. Tidak merokok
Merokok merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi karena pada rokok terdapat zat-zat kimia seperti nikotin yang dapat merangsang saraf sehingga berdampak pada jantung

Penatalaksanaan hipertensi dapat mencegah munculnya komplikasi pada usia lanjut dengan adanya pemberdayaan masyarakat yang telah dikembangkan di Indonesia

yaitu posbindu PTM (Oka Surya et al., 2023). Posbindu PTM merupakan upaya yang dilakukan masyarakat untuk mengendalikan faktor resiko yang berkesinambungan (Umah et al., 2023). Kader posbindu yaitu pelayanan tenaga kesehatan ke masyarakat dalam penatalaksanaan hipertensi yang dilakukan oleh kader dan tenaga kesehatan. Kader berperan penting untuk memberikan pengetahuan, ketrampilan dalam menangani masyarakat khususnya pada pasien hipertensi (Kaptiningsih et al., 2023)

2.2 Konsep Kepatuhan Minum Obat

2.2.1 Denisi Kepatuhan Minum Obat

Kepatuhan merupakan sikap seseorang yang mengikuti anjuran berdasarkan perintah yang telah di setujui (Aulia et al., 2023). Kepatuhan dalam pengobatan diartikan sebagai tindakan seseorang mengkonsumsi obat secara teratur (Setiyana et al., 2023). Kepatuhan dalam pengobatan adalah perilaku pasien hipertensi yang telah mengikuti anjuran minum obat berdasarkan jenis obat yang perlu di minum dan sesuai anjuran layanan kesehatan (Aulia et al., 2023). Kepatuhan minum obat dapat dijadikan parameter dalam pengetahuan pasien sesuai anjuran tenaga medis (Dewi Anggriani Harahap et al., 2019). Keberhasilan pengobatan pasien hipertensi dapat didukung dengan kepatuhan minum obat (Aly et al., 2023). Kepatuhan minum obat adalah tindakan yang dilakukan pasien hipertensi patuh dalam mengkonsumsi obat, melakukan semua anjuran dan perintah (Toar et al., 2023)

Tingkat kepatuhan minum obat dipengaruhi dengan tingkat pengetahuan dimana, tingkat pengetahuan berhubungan dengan kemampuan seseorang yang mampu memotivasi dirinya sendiri (Putu Wiwik Oktaviani et al., 2021). Kepatuhan minum obat hipertensi salah satu pencegahan terjadinya komplikasi dari masing masing pasien terutama pada lansia (Agustina et al., 2023). Kepatuhan dalam pengobatan

(*medication compliance*) yaitu pengobatan yang di resepkan dokter dengan dosis yang tepat dan efektif untuk di konsumsi (Maimunah et al., 2023). Kepatuhan minum obat pasien hipertensi penting untuk dilakukan, karena dapat menongtrol tekanan darah (Aly et al., 2023). Kepatuhan minum obat antihipertensi tidak cukup untuk mengontrol tekanan darah dalam jangka waktu panjang apabila tidak didukung dengan kepatuhan dalam minum obat (Ni Putu Wiwik Oktaviani et al., 2021)

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Obat

Menurut Rifki (2024) kepatuhan minum obat memiliki 2 faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan minum obat yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor yang dibutuhkan dalam kepatuhan minum obat adalah faktor internal yaitu kepribadian dan motivasi (Langelo et al., 2021). Kepribadian adalah pola pikir, perilaku yang sering digunakan untuk memperoleh usaha terkait hidupnya (Kartikasari et al., 2022). Kepribadian di bagi menjadi dua jenis yaitu kepribadian tertutup (*introvet*) dan kepribadian terbuka (*ekstrovet*). Kepribadian tertutup merupakan seseorang yang tidak senang berkumpul bersama orang lain, sedangkan kepribadian terbuka adalah kepribadian yang suka dilakukan bersama orang lain (Dewi Khayatun Nufus et al., 2022). Faktor internal yang kedua yaitu motivasi. Motivasi merupakan semangat dari diri sendiri untuk mencapai usaha yang di inginkan oleh sebab itu, motivasi membuat kemauan untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Heni et al., 2023).

Faktor eksternal yang mempengaruhi kepatuhan minum obat yaitu pendidikan dan kesehatan, hubungan antara pasien dan petugas kesehatan, dukungan lingkungan sosial dan keluarga (Nurdini et al., 2021). Pendidikan dan kesehatan merupakan faktor bimbingan pengetahuan tentang kesehatan seperti kepatuhan dalam pengobatan pasien

hipertensi (Berliyanti et al., 2023). Hubungan antara pasien dan petugas kesehatan yaitu bentuk hubungan dalam pengobatan untuk mencapai penyembuhan kondisi pasien sedangkan, dukungan lingkungan dan sosial merupakan dukungan dari anggota keluarga maupun lingkungan sekitar yang berpengaruh dalam kepatuhan pengobatan pasien hipertensi agar tekanan darahnya terkendali (Wardani et al., 2024)

2.2.3 Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Minum Obat

Dukungan keluarga terhadap kepatuhan minum obat merupakan salah satu peran penting dalam proses pencegahan terjadinya komplikasi hipertensi (Kresti Sundari et al., 2023). Menurut penelitian (Tifany et al., 2024) dukungan keluarga terhadap kepatuhan minum obat merupakan salah satu dampak positif dalam memberikan support. Dukungan keluarga dalam kepatuhan minum obat memberikan rasa nyaman dalam pengawasan pasien. Dukungan keluarga dalam kepatuhan pengobatan dapat membantu pasien dengan mengingatkan minum obat, memberikan dukungan sosial maupun emosional dan memberikan dampak positif untuk memperbaharui gaya hidup yang sehat (Arief Wijaksono et al., 2024)

2.3 Konsep Dukungan Keluarga

2.3.1 Definisi Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga merupakan hubungan untuk meningkatkan rasa percaya diri pada lansia yang memiliki penyakit hipertensi (Panjaitan, 2020). Dukungan keluarga dapat membantu pasien hipertensi untuk memecahkan masalah tentang penyakitnya (Hudzaifah Al Fatih1, 2023). Pada umumnya pasien hipertensi membutuhkan seseorang untuk melihat kondisi yang dialami yaitu dengan adanya dukungan keluarga (Riyanto Agung Pamungkas et al., 2020). Peran dukungan keluarga pada lansia hipertensi dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan darah, oleh sebab itu dukungan

keluarga harus mempunyai pengetahuan yang lebih banyak agar dapat memberikan perlakuannya kepada pasien (Kiki et al., 2020). Dukungan keluarga merupakan faktor yang menentukan kepatuhan pengobatan pada pasien hipertensi dengan tindakan dan sikap yang diberikan (Hoku BrSiahaan et al., 2022a)

Dukungan keluarga merupakan pandangan positif pada pasien hipertensi dalam mengontrol tekanan darahnya, selain itu dengan adanya dukungan keluarga pasien hipertensi merasakan adanya kepedulian terhadap kondisinya (Liawati et al., n.d., 2024). Dukungan keluarga sangat berperan penting untuk mengontrol tekanan darah agar tidak meningkat (Azizah Nur et al., n.d., 2023). Keluarga juga dapat melakukan pengukuran tekanan darah yang sudah mendapatkan pengetahuan dari tenaga kesehatan (Handayani et al., 2023). Menurut Widia Cahyani Hia (2023) dukungan mencakup empat jenis yaitu adanya dukungan emosional, informasi, instrumental dan penilaian. Dengan adanya dukungan keluarga anggota keluarga harus mempunyai rasa percaya diri (*self efficacy*) agar bisa memperbaiki pola hidup yang lebih baik (Diny Mayang Prastika, 2024)

Dukungan keluarga dapat diberikan untuk pemenuhan kebutuhan yang berfungsi untuk meningkatkan kesehatan keluarga. Dukungan keluarga merupakan hal yang mendasar yang harus dikembangkan untuk meningkatkan ketaatan minum obat (Muslimi et al., 2024). Dukungan keluarga dapat diberikan untuk memotivasi pasien dalam pengobatannya sesuai anjuran yang diberikan. Dukungan keluarga merupakan peran penting yang dibutuhkan lansia dalam kepatuhan minum obat, selain itu dukungan keluarga merupakan salah satu manfaat yang diberikan untuk menghargai orang lain maupun menyanyangi orang lain. Dengan adanya dukungan keluarga pasien

dapat merasakan kasih sayang dan rasa di mengerti oleh keluarga yang digunakan untuk mengurangi terjadinya komplikasi (Natasya Johan et al., 2023)

2.3.2 Peran Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga memiliki berbagai peran yaitu mengetahui perkembangan kesehatan pada keluarganya, mengambil tindakan dengan benar, menjaga suasana lingkungan rumah untuk mendukung kesehatan pasien, membangun interaksi antara keluarga dengan pasien (Julianto et al., n.d., 2024). Berikut penjelasan dari peran dukungan keluarga :

a. Mengetahui perkembangan kesehatan pada keluarga

Perkembangan kesehatan pada keluarga dapat diartikan sebagai dukungan kesehatan meliputi pemahaman, penerapan dukungan emosional dan tingkat pengetahuan (Ariati et al., 2024)

b. Mengambil tindakan yang benar

Mengambil tindakan yang benar merupakan peran dukungan keluarga dapat mengambil keputusan yang tepat sesuai tindakan yang akan dilakukan oleh tenaga kesehatan pada pasien hipertensi (Aprilia et al., 2023)

c. Menjaga suasana lingkungan untuk mendukung kesehatan pasien

Dengan adanya lingkungan yang mendukung lansia hipertensi dapat mengendalikan tekanan darahnya dengan pola hidup sehat (Aspirani et al., n.d., 2020)

d. Membangun interaksi keluarga dengan pasien

Membangun interaksi keluarga dengan pasien merupakan komunikasi timbal balik yang mempengaruhi ketaatan pasien dalam ketaatan mengkonsumsi obat (Mahardika et al., 2023)

2.4 Posyandu Lansia

2.4.1 Definisi Posyandu Lansia

Posyandu lansia merupakan layanan kesehatan di masyarakat untuk melayani lansia dengan layanan promotif dan preventif (N. U. Tanjung, 2023). Posyandu lansia memberikan layanan sosial, agama, pendidikan, budaya untuk meningkatkan kualitas hidup lansia (Ayuningsih et al., n.d., 2023). Posyandu lansia memberikan pelayanan kesehatan untuk memudahkan kualitas hidup yang lebih baik dan untuk mengontrol kondisi lansia secara optimal (Agustia Revani et al., 2023). Posyandu lansia merupakan layanan kesehatan yang digunakan untuk memantau kondisi pasien agar tidak mengalami penurunan kondisi tubuh akibat penuaan (Subirian Ujima., 2024). Pelayanan kesehatan terpadu untuk masyarakat yaitu adanya posyandu lansia yang diselenggarakan oleh kader dengan bimbingan pukesmas (Zainuddin et al., 2024)

Posyandu lansia memiliki beberapa kegiatan yaitu promotif (peningkatan kesehatan), preventif (pencegahan penyakit), kuratif (mengobati penyakit), rehabilitative (mengembalikan kepercayaan diri pada lanjut usia) (Ramadhanti et al., 2024). Kegiatan posyandu lansia di adakan untuk memenuhi pendidikan dan kebutuhan, selain itu kegiatan tersebut digunakan untuk memonitor status kesehatan lansia (Eswanti et al., 2022). Salah satu upaya yang diberikan pemerintah yaitu dengan adanya posyandu lansia dengan menerapkan kegiatan-kegiatan tersebut (Haritsul Islam et al., n.d.). Posyandu lansia diadakan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, perilaku positif, dan meningkatkan kualitas kesehatan lansia (Widia Cahyani Hia et al., 2023)

2.4.2 Tujuan Posyandu Lansia

Menurut Depkes RI (2006) posyandu lansia memiliki dua tujuan yaitu untuk meningkatkan pelayanan kesehatan masyarakat, sehingga terwujudnya layanan

kesehatan lansia yang sesuai dengan pelayanan kesehatan yang diberikan mudah untuk dijangkau dalam pelayanannya (Made Vidya Pratiwi et al., n.d. 2021). Tujuan yang kedua yaitu untuk mendekatkan pelayanan serta meningkatkan peran masyarakat dalam komunikasi antara masyarakat lansia (Tuwu et al., 2023). Peran masyarakat dalam posyandu lansia sangat di perlukan untuk mewujudkan program posyandu lansia dengan mewujudkan kualitas hidup orang tua yang baik terhadap lansia yang rawan terhadap penyakit (Nurul Ilmi Harahap et al., 2021). Pada umumnya tujuan posyandu lansia di adakan untuk meningkatkan kualitas kesehatan lansia (Madidi et al., 2024)

2.4.3 Sasaran Posyandu Lansia

Sasaran posyandu lansia di bagi menjadi dua yaitu sasaran langsung dan sasaran tidak langsung (Wahid et al., 2023). Sasaran langsung pada posyandu lansia merupakan kelompok usia 46-59 (pra lansia) (Rianita Elfrida et al., n.d..2024). Pra lansia merupakan usia menengah yang beresiko terkena hipertensi. Kelompok lansia umur 60-69 tahun (lansia) merupakan usia lanjut yang mengalami proses perubahan pada fisik, sosial dan kognitif, dan umur >70 tahun (lansia beresiko tinggi) (Donatus leo et al., 2024). Lansia beresiko tinggi dapat diartikan lansia yang lebih rentan terkena penyakit. Pada sasaran tidak langsung dapat diartikan sasaran keluarga lansia, organisasi pembinaan lanjut usia dan komunitas masyarakat (Agustin Ardianti et al., 2023)

2.4.4 Mekanisme Pelaksanaan Posyandu Lansia

Konsep pelaksanaan posyandu lansia untuk mencapai tujuan dengan perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut. Menurut Ari Wiryansyah (2023) mekanisme pelaksanaan dapat di uraikan sebagai berikut :

- a. Tahap pertama (meja registrasi) merupakan tahap pendaftaran lansia sebelum pelaksanaan posyandu lansia dengan menunjukkan buku KSM lansia, menyebutkan nama dan alamat
- b. Tahap kedua (meja antropometri) merupakan tahap pencatatan kegiatan keseharian, penimbangan berat badan, tinggi badan dan lingkar perut
- c. Tahap ketiga (meja pemeriksaan) merupakan tahap dilakukan pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kesehatan dan status mental
- d. Tahap keempat (meja cek metabolik) merupakan tahap pemeriksaan metabolik atau pemeriksaan darah sederhana, dan pemeriksaan urin
- e. Tahap kelima (meja konsultasi) merupakan tahap pemberian konsultasi individu atau penyuluhan kesehatan dan konseling dengan lansia maupun keluarga

2.5 Konsep Lansia

2.5.1 Pengertian Lansia

Pra lansia menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merupakan golongan umur 45-59 tahun atau disebut usia pertengahan (middle age), dimana golongan usia tersebut memiliki penurunan pada struktur tubuh yaitu adanya perubahan perilaku, persepsi, penurunan peran dimasyarakat dan adanya perubahan spiritual (Vina Amelia Akmal et al., 2024). Pra lansia merupakan proses penuaan yang harus diberikan perhatian lebih dalam kualitas hidupnya karena perubahan pada penuaan menyebabkan penurunan kesehatan. Perubahan yang terjadi pada lansia menyebabkan dampak bagi sistem metabolisme pada tubuh yang mengakibatkan faktor resiko terkenan penyakit (Sekar Anastry Putri et al., 2023). Pra lansia dapat diartikan suatu proses penuaan yang

di alami semua orang dengan ditandai adanya penurunan daya ingat, pemahaman dan konsentrasi (Irhamna Arlansyah et al., 2023)

Menurut WHO lansia adalah seseorang yang memiliki umur 60 tahun ke atas (*elderly*) atau proses terakhir dalam perkembangan manusia yang dapat beresiko terkena penyakit seperti hipertensi karena lansia mengalami beberapa penurunan struktural dan fungsional (Wahyu Kindang et al., 2024). Lansia merupakan seseorang yang mengalami beberapa perubahan seperti kehilangan rasa semangat, rasa percaya diri, perubahan fisik yang semakin menurun (Meldawaty et al., 2023). Menurut (Kusumsawaty et al., 2023) lansia secara normal mengalami beberapa penurunan fisik tetapi pada lansia tidak menutup kemungkinan dapat melakukan aktivitas dan dapat memenuhi kebutuhan sehari-harinya secara mandiri.

Lansia merupakan seseorang yang mengalami penurunan biologis seperti menurunnya tulang dan masa otot yang menyebabkan terjadinya penurunan keseimbangan yang beresiko jatuh. Bertambahnya usia dapat ditandai dengan adanya perubahan biologis dan fisiologis yang dapat mengurangi kualitas hidup lansia (Puzzy Handayani et al., 2020). Lansia akan mengalami penurunan fungsi organ dimana, lansia sering beresiko terkena penyakit seperti gangguan pada sistem kardiovaskular, selain itu lansia sering mengalami tekanan darah tinggi yang disebabkan oleh penurunan elastisitas pembuluh darah dan pola hidup yang tidak baik (Maria Verawati et al., 2022). Lansia sering mengalami masalah kesehatan karena adanya penurunan sel-sel yang mengakibatkan adanya penurunan daya tubuh (Chriswinda et al., 2024)

Lansia adalah proses penuaan yang sering ditandai dengan adanya gangguan keseimbangan seperti kemampuan untuk mempertahankan kestabilan postur tubuh

(Chintya Damayanti et al., 2024). Lansia merupakan seseorang yang mengalami berbagai penyakit, pelupa atau pikun, seseorang yang tidak di perhatikan keluarga maupun lingkungan sekitar, oleh sebab itu lansia sering mengalami stres karena terjadi banyak penurunan (Wijiastutik et al., 2024). Lansia juga di sebut masa perkembangan terakhir karena sebagian orang menganggap bahwa perkembangan berakhir terjadi setelah dewasa (Sinta, 2024)

2.5.2 Perubahan Pada Lansia

Menurut (Noervadila et al., 2020) lansia memiliki berbagai perubahan yaitu :

a. Perubahan Fisik

Perubahan fisik yang terjadi pada lansia yaitu pada sistem indra, sistem saraf, sistem pernafasan, sistem reproduksi, sistem pencernaan dan sistem kardiovaskuler

b. Perubahan Psikosial

Perubahan psikosial meliputi ketergantungan pada orang, stres, dan kecemasan

c. Perubahan Kognitif

Perubahan yang terjadi pada perubahan kognitif yaitu perubahan daya ingatan atau mudah lupa