



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KUALITAS HIDUP LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN CIKOLE KOTA SUKABUMI

Johan Budhiana, Wildan Suheri, Ghulam Ahmad, Rosliana Dewi, Nisa Fajriah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi

johanbudhiana@dosen.stikesmi.ac.id

Abstrak

Salah satu permasalahan kesehatan yang umumnya diderita oleh lansia adalah hipertensi. Pada lansia yang menderita hipertensi, beberapa gangguan yang akan dialami yaitu seperti gangguan fungsi sosial dan psikologi. Hal tersebut mengakibatkan terjadinya penurunan kualitas hidup lansia. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Jenis penelitian korelasional. Populasi adalah lansia penderita hipertensi di Kelurahan Cikole dengan sampel 73 responden dengan menggunakan *cluster random sampling*. Analisis bivariat dan multivariat menggunakan analisis regresi linier. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh dukungan keluarga terhadap kualitas hidup (p-value 0,024), adanya pengaruh motivasi dengan kualitas hidup (p-value 0,000), adanya pengaruh aktivitas fisik terhadap kualitas hidup didapatkan (p-value 0,002) dan adanya pengaruh secara simultan ketiga variabel terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Diharapkan pihak puskesmas melaksanakan program home care yang berkesinambungan.

Kata Kunci: Kualitas Hidup, Keluarga, Motivasi, Aktivitas Fisik

Pendahuluan

Salah satu penyakit yang banyak diderita oleh lansia adalah hipertensi. Noerinta, (2018) mengatakan bahwa hipertensi disebut sebagai penyakit degeneratif karena umumnya diderita oleh lansia. Pada tahun 2015, *World Health Organization* (WHO) mencatat sebesar

26,4% orang di seluruh dunia mengalami hipertensi atau sekitar 972 juta orang dan kemungkinan akan terus meningkat setiap tahunnya. Adapun kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.620 orang, dengan angka kematiannya sebanyak 427.218 kasus.



Pada lansia, kondisi pembuluh darah mulai melemah dan dindingnya sudah menebal. Semakin usia bertambah maka kondisi sistem kardiovaskuler akan semakin berkurang, Kondisi tersebut menyebabkan lansia rentan terhadap hipertensi (Kumala 2017). Lansia penderita hipertensi akan mengalami beberapa gangguan, diantaranya gangguan fungsi sosial dan psikologi, hal tersebut mengakibatkan terjadinya penurunan kualitas hidup lansia (Manik 2020).

Kualitas hidup dalam penelitian Dewi et al., (2022) didefinisikan sebagai status kesehatan yang dirasakan, fungsi fisik, persepsi kesehatan, gejala, kepuasan akan kebutuhan, dan kesejahteraan yang signifikan. Kualitas hidup dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Lansia dengan kualitas hidup yang menurun pada umumnya disebabkan oleh kemampuan fisik ataupun psikisnya yang juga menurun.

Dukungan keluarga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. Fadilah et al dalam Khorni, (2017) dukungan keluarga ialah bentuk perilaku melayani yang dilakukan oleh keluarga baik dalam bentuk informasi, penilaian/ penghargaan, instrumental dan emosional. Faktor penting lainnya yaitu aktivitas fisik. Individu yang kurang

melakukan aktivitas, pengontrolan nafsu makan yang labil akan meningkatkan nafsu makan bertambah sehingga menyebabkan berat badan naik dan beban jantung dalam memompa darah ke seluruh tubuh akan semakin berat, sehingga akan menimbulkan hipertensi (Hasanudin, Vita, and Perwiraningtyas 2018).

Faktor selanjutnya adalah motivasi. Motivasi adalah dorongan yang timbul disebabkan adanya rangsangan dari dalam ataupun luar sehingga individu memiliki keinginan untuk melakukan perubahan tingkah laku ataupun aktivitas (Handayani et al. 2015).

Puskesmas Selabatu merupakan puskesmas dengan kasus hipertensi kedua tertinggi dari 15 Puskesmas di Kota Sukabumi dengan jumlah 884 lansia hipertensi dari total 2.402 lansia pada tahun 2020. Kelurahan Selabatu merupakan kelurahan yang memiliki kasus hipertensi terbanyak. Tujuan penelitian adalah mengetahui faktor yang mempengaruhi terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi.

Metode

Jenis penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Kelurahan Cikole Wilayah



Kerja Puskesmas Selabatu Kota Sukabumi. Populasi yaitu seluruh lansia penderita hipertensi dengan sampel sebanyak 73 responden. Teknik sampling menggunakan *cluster random sampling*. Instrumen dukungan keluarga dan motivasi menggunakan skala likert, instrumen

aktivitas fisik menggunakan instrumen GPAQ (*Global Physical Activity Questionnaire*). Instrumen kualitas hidup menggunakan *Older People's Quality Of Life* atau OPQOL-Brief. Analisis bivariat dan multivariat menggunakan analisis regresi linier.

Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	%
1	Usia (Tahun)		
	60 – 69	46	63,0
	70 – 79	22	30,2
	80 – 89	5	6,8
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	32	43,8
	Perempuan	41	56,2
3	Pendidikan		
	SD	36	49,3
	SMP	28	38,4
	SMA	9	12,3
4	Status Pekerjaan		
	Bekerja	32	43,8
	Tidak Bekerja	41	56,2
5	Lama Menderita (Tahun)		
	< 1	14	19,2
	1-3	36	49,3
	>3	23	31,5

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden yang menderita hipertensi berusia 60-69 tahun (63,0%). Sebagian besar berjenis kelamin perempuan (56,2%).

Sebagian besar berpendidikan SD (49,3%). Sebagian besar tidak bekerja (56,2%). Sebagian besar menderita hipertensi selama 1-3 tahun (49,3%).



Analisis Univariat Variabel Penelitian

Tabel 2. Analisis Univariat Variabel Penelitian

No	Variabel	Frekuensi	%
1	Dukungan Keluarga Mendukung	41	56,2
	Tidak Mendukung	32	43,8
2	Motivasi Tinggi	19	27,4
	Sedang	25	32,9
	Rendah	29	39,7
3	Aktivitas Fisik Tinggi	3	4,1
	Sedang	62	84,9
	Rendah	8	11,0
4	Kualitas Hidup Baik	33	45,2
	Buruk	40	54,8

Tabel 2 memperlihatkan sebagian besar responden mendapatkan dukungan keluarga (56,2%). Sebagian besar memiliki motivasi rendah (39,7%). Sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik sedang (84,9%). Sebagian besar responden memiliki kualitas hidup buruk (54,8%).

Uji Normalitas

Hasil pengujian *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* didapatkan nilai Sig 0,654 yang menunjukkan data mengikuti aturan distribusi normal.

Uji Linieritas

Hasil pengujian menunjukkan semua variabel independen memiliki nilai sig $<0,05$. Sehingga variabel dukungan keluarga, motivasi dan aktivitas fisik terhadap kualitas hidup lansia berpola linier.

Uji Multikolinieritas

Hasil pengujian menunjukkan nilai VIF untuk semua variabel <10 . Sehingga tidak terjadi multikolinieritas.

Uji Heteroskedastis

Hasil uji *Scatter Plot* memperlihatkan tidak ada pola yang jelas, serta titik-titik menyebar di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y. Maka disimpulkan tidak mengalami heteroskedastisitas.

Uji Autokorelasi

Hasil pengujian nilai *Durbin-Watson* sebesar 1,984. Didapatkan nilai *Durbin Watson* berada diantara nilai d_u dan $(4-d_u)$ ($1,7067 < 1,984 < 2,2933$). Sehingga tidak terjadi autokorelasi.

Pengaruh Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi



Tabel 3. Uji Hipotesis Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Model	Unstandardized Coefficients		Sig.
	B		
1 (Constant)	26,776		0,000
Dukungan Keluarga	0,345		0,000

Tabel 3 menunjukkan nilai *sig* 0,000 yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia. Untuk menggambarkan pengaruh variabel X_1 terhadap Y maka dibuatkan model persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut :

$$Y = 26,776 + 0,345X_1$$

Disimpulkan bahwa setiap dukungan keluarga (X_1) naik satu satuan maka kualitas hidup lansia (Y) naik sebesar 0,345. Kekuatan dan besarnya pengaruh variabel dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. Koefisien Korelasi dan Determinasi

Model	R	R Square
1	0,618 ^a	0,381

Tabel 4 menunjukkan nilai korelasi (R) 0,618. Sehingga pengaruh dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia adalah kuat dan searah. Artinya ketika dukungan keluarga mengalami kenaikan maka kualitas hidup lansia akan naik dan

juga sebaliknya. Dapat dilihat besarnya kontribusi dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia yaitu sebesar 0,381. Dengan kata lain dukungan keluarga menggambarkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi sebesar 38,1%.

Pengaruh Motivasi terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Tabel 5. Uji Hipotesis Motivasi terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi



Model	Unstandardized Coefficients		Sig.
	B		
1 (Constant)	33,524	0,000	
Motivasi	0,986	0,000	

Tabel 5 memperlihatkan nilai sig 0,000. Hal tersebut menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan motivasi dengan kualitas hidup lansia. Untuk menggambarkan pengaruh variabel X2 terhadap Y maka dibuatkan model persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut :

$$Y = 33,524 + 0,986X_2$$

Dapat disimpulkan bahwa setiap motivasi (X2) naik satu satuan akan meningkatkan kualitas hidup (Y) sebesar 0,986. Untuk melihat kekuatan dan besarnya pengaruh variabel motivasi terhadap kualitas hidup lansia, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 6 Koefisien Korelasi dan Determinasi

Model	R	R Square
1	0,714 ^a	0,510

Berdasarkan Tabel 6 nilai korelasi (R) adalah 0,714. Sehingga hubungan motivasi dengan kualitas hidup lansia adalah kuat dan bersifat positif (searah) artinya ketika variabel motivasi mengalami kenaikan maka variabel kualitas hidup lansia

akan naik begitupun sebaliknya. Selanjutnya dapat dilihat besarnya kontribusi variabel motivasi terhadap kualitas hidup lansia yaitu 0,510. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel motivasi dapat menggambarkan kualitas hidup lansia sebesar 51%.

Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Tabel 7 Uji Hipotesis Aktivitas Fisik terhadap Kualitas Hidup Lansia

Model	Unstandardized Coefficients		Sig.
	B		
1 (Constant)	38,622	0,000	
Aktivitas Fisik	0,001	0,002	

Tabel 7 memperlihatkan nilai sig adalah 0,002. Sehingga terdapat pengaruh yang signifikan aktivitas fisik dengan

kualitas hidup lansia. Untuk menggambarkan pengaruh variabel X₃ terhadap Y maka dibuatkan model



persamaan regresi linier sederhana sebagai berikut :

$$Y = 38,622 + 0,001X_3$$

Dapat disimpulkan bahwa Ketika aktivitas Fisik (X_3) naik satu satuan akan

meningkatkan kualitas hidup Lansia (Y) sebesar 0,001. Kekuatan dan besarnya pengaruh variabel aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 8 Koefisien Korelasi dan Determinasi

Model	R	R Square
1	0,352 ^a	0,124

Berdasarkan Tabel 8 diperoleh nilai korelasi (R) 0,352. Sehingga hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia adalah lemah dan bersifat positif (searah) artinya ketika variabel aktivitas fisik mengalami kenaikan maka variabel kualitas hidup lansia akan naik dan juga sebaliknya.

Selanjutnya, dapat dilihat besarnya kontribusi variabel aktivitas fisik dengan kualitas hidup lansia yaitu 0,124. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel aktivitas fisik dapat menggambarkan kualitas hidup lansia sebesar 12,4%.

Analisis Multivariat

Table 9 Uji Hipotesis Dukungan Keluarga, Motivasi dan Aktivitas Fisik terhadap Kualitas Hidup Lansia

Model	Unstandardized Coefficients		Sig.
		B	
1 (Constant)		28,902	0,000
Dukungan Keluarga		0,137	
Motivasi		0,734	
Aktivitas Fisik		0,001	

Berdasarkan Tabel 9 menunjukkan nilai sig 0,000. Dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan keluarga, motivasi dan aktivitas fisik secara simultan berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Untuk menggambarkan pengaruh

variabel X_1 , X_2 dan X_3 terhadap Y maka dibuatkan model persamaan regresi linier berganda sebagai berikut :

$$Y = 28,902 + 0,137X_1 + 0,734X_2 + 0,001X_3$$

Setiap kenaikan satu satuan dukungan keluarga akan mengakibatkan



kualitas hidup naik sebesar 0,137. Setiap kenaikan satu satuan motivasi akan mengakibatkan kualitas hidup naik sebesar 0,734. Setiap kenaikan satu satuan aktivitas fisik akan mengakibatkan kualitas hidup

naik sebesar 0,001. Kekuatan dan besarnya pengaruh semua variabel independen terhadap variabel dependen, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 10 Koefisien Korelasi dan Determinasi Pengaruh Variabel Independen Terhadap Variabel Dependen

Model	R	R Square
1	0,776 ^a	0,603

Tabel 10 menunjukkan nilai korelasi (R) 0,776. Sehingga pengaruh semua variabel independen terhadap kualitas hidup adalah kuat. Besarnya kontribusi semua variabel independen terhadap variabel dependen yaitu 0,603. Artinya dukungan keluarga, motivasi dan aktivitas fisik secara simultan dapat menggambarkan kualitas hidup lansia penderita hipertensi sebesar 60,3%.

Pembahasan

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan nilai korelasi kuat. Ketika dukungan keluarga mengalami kenaikan maka kualitas hidup akan naik begitupun

sebaliknya. Lansia yang diberikan dukungan oleh keluarga, maka anggota keluarga tersebut telah memberikan rasa nyaman dan aman kepada lansia dalam upaya proses penyembuhan penyakit yang diderita lansia untuk meningkatkan derajat kesehatan (Wafroh, Herawati, and Lestari 2017).

Dukungan keluarga dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia penderita hipertensi. Dengan adanya dukungan dari keluarga, lansia akan merasa puas dengan apa yang dicapai dalam kehidupannya dan mendapatkan kesempatan untuk dicintai dan mencintai. Serta lansia akan merasa terus diperhatikan oleh keluarga dan terpenuhi kebutuhan sehari-harinya sehingga tercapai kualitas hidup lansia yang baik (Panjaitan and Agustina 2020). Dukungan yang diberikan oleh keluarga menambah rasa percaya diri dan



motivasi dalam menghadapi masalah serta meningkatkan kualitas hidup (Radiani 2018).

Pengaruh Motivasi terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh motivasi terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan nilai korelasi kuat. Apabila motivasi naik maka kualitas hidup lansia juga akan naik, begitupun sebaliknya. Motivasi yang timbul dalam diri seseorang dapat mengubah aspek dalam kehidupan orang tersebut terutama pada lansia yang mengalami hipertensi.

Menurut Seftiani et al., (2018) mengatakan bahwa motivasi dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Seseorang yang memiliki motivasi tinggi cenderung sangat bersemangat dalam melakukan perubahan positif dalam hidupnya. Dibandingkan dengan seseorang yang motivasinya rendah cenderung acuh tak acuh terhadap kondisi yang dialaminya.

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.

Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh aktivitas fisik terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan nilai korelasi lemah namun bersifat positif (searah) artinya ketika aktivitas fisik mengalami kenaikan maka kualitas hidup lansia akan naik begitupun sebaliknya. Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh yang dihasilkan oleh kerja otot rangka dan dapat meningkatkan pengeluaran tenaga serta energi (P2PTM 2019).

Aktivitas fisik yang dilakukan oleh lansia penderita hipertensi dapat mempercepat proses penyembuhan penyakit yang dideritanya dan akan meningkatkan derajat kesehatannya. Menurut Nugroho dalam Munawwaroh & Supratman, (2017) dengan beraktivitas fisik maka dapat memperlancar peredaran darah, namun tentunya disertai juga dengan istirahat yang cukup. Sehingga tercapai kualitas hidup lansia yang baik.



Pengaruh Dukungan Keluarga, Motivasi dan Aktivitas Fisik Secara Simultan terhadap Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan variabel dukungan keluarga, motivasi dan aktivitas fisik secara simultan berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan nilai korelasi kuat. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup. Menurut Yulia, (2021) terdapat sembilan faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia yaitu usia, kondisi penyakit kronis, interaksi sosial, tingkat depresi, dukungan keluarga, status ekonomi (pekerjaan/ penghasilan), tingkat pendidikan, tingkat aktivitas sehari-hari (ADL), dan jenis kelamin.

Lansia memandang keluarga sebagai orang yang selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan saat memerlukan. Selain itu, dengan adanya motivasi dari luar maupun dari dalam diri lansia akan sangat membantu lansia dalam melakukan aktivitas yang dapat meningkatkan kesehatan dan kualitas hidupnya. Dan juga lansia yang rutin beraktivitas memiliki tekanan darah yang stabil dan memiliki kualitas kesehatan yang baik.

Ketiga faktor tersebut diketahui secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita

hipertensi. Hal tersebut dapat berarti ketika lansia memiliki dukungan keluarga, motivasi dan aktivitas fisik yang semakin baik maka akan menghasilkan kualitas hidup yang semakin baik juga.

Kesimpulan

Terdapat pengaruh dukungan keluarga, motivasi dan aktivitas fisik secara parsial dan secara simultan terhadap kualitas hidup lansia penderita hipertensi.

Saran

Diharapkan pihak puskesmas melaksanakan program *home care* yang berkesinambungan.

Daftar Pustaka

- Dewi, Rosliana, Santhna Letchmi Pandurangan, Nur Syazana Umar, Fera Melinda, And Johan Budhiana. 2022. "The Effect Of Religion , Self-Care , And Coping Mechanisms On Quality Of Life In Diabetes Mellitus Patients." *Jurnal Keperawatan Padjadjaran (Jkp)* 10(1):58–65.
- Handayani, Sri Ayu Wulandhani, Sofiana Nurchayati, And Widia Lestari. 2015. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Motivasi Lansia Hipertensi Dalam Memeriksa Tekanan Darahnya." *Jurnal Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau* 1(2):223–33.
- Hasanudin, Ardiyani., Mariah Vita, And



- Pertiwi Perwiraningtyas. 2018. "No Title." *Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang* 3(1).
- Khorni, Soif Al. 2017. "Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Gonilan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo."
- Kumala, D. .. 2017. "Efektivitas Pelatihan Dzikir Dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa Pada Lansia Penderita Hipertensi." *Ilmiah Psikologi* 4(1).
- Manik, Rangsang Dirgo. 2020. "Gambaran Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban."
- Munawwaroh, Aisyah Muslimatun, And Supratman. 2017. "Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kelurahan Joyosuran Kecamatan Pasar Kliwon Surakarta."
- Noerinta, Ridhasta Dewi. 2018. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Manisrejo Kota Madiun."
- P2ptm. 2019. *P2ptm Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.*
- Panjaitan, B. P., And M. Agustina. 2020. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia." *Klabat Journal Of Nursing.*
- Radiani, Zakia Fitri. 2018. "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandalle Kabupaten Pangkep."
- Seftiani, L., Hendra, And M. A. Maulana. 2018. "Hubungan Kualitas Hidup Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas Ii Kelurahan Sungai Beliong Kecamatan Pontianak Barat."
- Setiyaningsih, Ratna. 2019. "Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi." *Indonesian Journal On Medical Science.*
- Wafroh, S., H. Herawati, And D. R. Lestari. 2017. "Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Pstw Budi Sejahtera Banjarbaru." *Dunia Keperawatan.*
- Yulia, Frisca. 2021. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia."