

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Jumlah lanjut usia (lansia) di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Indonesia tergolong Negara *aging structured population*, karena jumlah penduduk kelompok lansia di Indonesia tahun 2010 yaitu 7,6% dan pada tahun 2015 diprediksikan akan mengalami peningkatan sekitar 8,5%. Pada saat ini Indonesia memiliki 24 juta jiwa lansia, DIY Yogyakarta memiliki presentasi penduduk lansia tertinggi di Indonesia yaitu (14,7%), kemudian di ikuti dengan provinsi jawa tengah (11,8) dan jawa timur (11,5) (badan pusat statistik 2014). Dengan meningkatnya jumlah populasi pada lansia, maka presentasi peningkatan kesehatan lansia juga harus ditingkatkan.

Sesuai dengan penjabaran tersebut sesuai dengan penjelasan UUD 194, pasal 28H, ayat 1, yang berbunyi “Setiap orang berhak hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal, dan mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat serta berhak memperoleh pelayanan kesehatan “. Sehingga melalui kementerian Republik Indonesia membentuk suatu wadah pelayanan kesehatan yang diberi nama posyandu. Menurut Kementerian Republik Indonesia tahun 2013, Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) adalah suatu wadah pelayanan kesehatan bersumber daya masyarakat (UKBM) untuk melayani penduduk lansia, dengan proses pembentukan pelayanannya dilakukan oleh masyarakat bersama lembaga

swadaya masyarakat (LSM), lintas sektor pemerintah dan non pemerintah, swasta, organisasi sosial, dan lain-lain, yang menitikberatkan pelayanan kesehatan kepada promotif dan preventif. Upaya *promotif* dan *preventif* adalah salah satu cara untuk mengurangi permasalahan pada proses menua.

Menurut Constantindes dalam Nugroho (2008), proses menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang diderita. Pada lansia semakin bertambahnya usia akan mempengaruhi kondisi tubuh mereka, kondisi tersebut berawal dari lemah kemudian menjadi kuat dan pada akhirnya kembali lagi kelemah. Kondisi lansia yang dari lemah menjadi kuat kemudian kembali lagi ke lemah tersebut bukan hanya semata karena aktivitas fisik yang dilakukan dan nutrisi yang mereka konsumsi, hal tersebut semata karena Allah SWT. Sesuai yang di firman Allah SWT dalam surat Ar-Ruum 54 yang artinya:

*“Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah yang Maha mengetahui lagi Maha kuasa. (Qs.Ar-Ruum: 54).*

Sesuai dengan ayat diatas menjelaskan bahwa semakin bertambah usia seseorang maka semakin berkurang juga kemampuannya untuk melakukan kegiatan. Hal tersebut karena pada lansia mengalami perubahan fisik dan biologis. Menurut padila (2013) menua ditandai dengan terjadinya kemunduran biologis yang terlihat sebagai gejala-gejala kemunduran fisik, antara lain adalah sistem kardiovaskuler sistem pernafasa, sistem *musculoskeletal*, sistem *gastrointestinal*, sistem *integument*, sistem *neurologis*, sistem *endokrin*, sistem *sensori*.

Salah satu perubahan fisik dan biologis pada lansia adalah sistem kardiovaskuler, salah satu tolak ukur yang paling sering digunakan untuk mengetahui sistem kardiovaskuler adalah Volume Oksigen Maksimum (VO<sub>2</sub>max). Volume oksigen maximum (VO<sub>2</sub>max) menurun sesuai dengan pertambahan usia. Penyakit kardiovaskuler sering terjadi pada lebih dari 70% pria dan wanita yang berumur 75 tahun atau lebih (Karavidas 2010). Penelitian sebelumnya melaporkan terjadinya penurunan terkait usia dalam VO<sub>2</sub>max. Penurunan terkait dalam VO<sub>2</sub>max pada lansia sekitar 10% per dekade, sedangkan 5% per dekade pada lansia yang aktif (Oliveira et al, 2008). Penurunan Volume oksigen maximum (VO<sub>2</sub>max) tersebut mampu mempengaruhi kesehatan fisik pada lansia.

Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengetahui terjadinya penurunan pada kesehatan fisik lansia adalah dengan mengukur kualitas hidup lansia tersebut. Menurut WHO (*World Health Organisation*), kualitas hidup yaitu anggapan individu tentang posisi mereka dalam kehidupan, yang dapat dilihat

dari segi budaya dan sistem nilai dimana individu tinggal serta hubungannya dengan tujuan, harapan, dan hal-hal lain yang menjadi perhatian individu (Nofitri, 2009).

Lansia yang mengalami perubahan fisik dan biologi salah satunya adalah penurunan kapasitas kardiovaskuler, hal tersebut mampu menimbulkan terjadinya penurunan kesehatan fisik pada lansia. Sehingga permasalahan tersebut dapat dijadikan penelitian, untuk mengetahui pengaruh variabel, maka peneliti mengangkat judul tentang “Hubungan Volume Oksigen Maksimum Dengan Kualitas Hidup pada Lanjut Usia.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Apakah ada hubungan antara volume oksigen maksimum ( $VO_2max$ ) dengan kualitas hidup pada lanjut usia.

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara volume oksigen maksimum ( $VO_2max$ ) dengan kualitas hidup pada lansia lanjut usia.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Untuk mengetahui volume oksigen maksimum ( $VO_2max$ ) pada lansia
- b. Untuk mengetahui tingkat kualitas hidup pada lansia

## **D. MANFAAT PENELITIAN**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang hubungan antara volume oksigen maksimum  $VO_2\text{max}$  dengan kualitas hidup pada lansia.

### **2. Manfaat Praktis**

#### a. Bagi masyarakat

Menambah pengetahuan tentang hubungan antara volume oksigen maksimum ( $VO_2\text{max}$ ) dengan kualitas hidup pada lansia.

#### b. Bagi fisioterapi

Memperbanyak referensi sehingga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran fisioterapi khususnya kardiovaskuler.

#### c. Bagi peneliti

Dapat dijadikan bahan kajian lanjut bagi peneliti selanjutnya mengenai aspek yang sama secara mendalam.