

Masalah kesehatan lansia

Oleh

Nurul Tasya Rahmadewi Talalu



Sumber <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5015728/3-tips-sederhana-ini-bisa-bantu-jaga-daya-tahan-tubuh-lansia>

Mereka sangat berisiko, atau lebih mungkin memiliki, penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif berdampak signifikan terhadap kualitas hidup dan produktivitas seseorang. Salah satu penyakit degeneratif kronis yang paling banyak diderita oleh lansia adalah hipertensi.

Hipertensi, atau hipertensi, adalah peningkatan tekanan darah yang tidak normal di arteri yang berlanjut selama beberapa periode. Menurut WHO batas tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, namun tekanan darah yang menggambarkan penderita hipertensi adalah 160/95 mmHg Home, yang juga terjadi di negara berkembang seperti Indonesia. Tekanan darah tinggi kadang-kadang disebut "silent killer" karena dapat berkembang tanpa peringatan atau gejala, dan banyak orang tidak menyadarinya. Pada sebagian besar pasien, kondisi medis menjadi salah satu penyebab keterlambatan pengobatan ketika terjadi komplikasi akibat hipertensi. Selain itu, minimnya akses masyarakat terhadap layanan kesehatan juga turut menyebabkan kondisi penyakit yang tidak terkendali, terutama di kalangan lansia.

Lansia sering menderita hipertensi akibat arteriosklerosis, dan tekanan darahnya cenderung naik. Stres biasanya bersifat psikologis daripada fisik. Namun, efek stres dapat menyebabkan kondisi fisik yang buruk akibat melemahnya tubuh dan

penurunan daya tahan tubuh. Stres adalah respon atau reaksi non spesifik terhadap berbagai tuntutan dan beban, tetapi stres juga dapat menjadi faktor pemicu, penyebab, atau akibat dari kecacatan atau penyakit. Faktor psikososial sangat relevan karena kejadian stres dalam hidup tidak dapat dihindari. Penyebab stress, atau biasa kita sebut dengan stressor, dapat berubah seiring pertumbuhan seseorang, namun kondisi stress dapat terjadi kapan saja sepanjang hidup. Karena kesadaran kesehatan yang rendah di Indonesia, lebih banyak pasien cenderung tidak menyadari bahwa mereka memiliki tekanan darah tinggi dan tidak akan mematuhi pengobatan mereka.

Selama dekade terakhir, negara-negara berkembang juga mengalami peningkatan populasi lansia, namun awalnya hanya terjadi di negara maju. Demikian pula, Indonesia memiliki populasi lansia yang terus bertambah. Dengan bertambahnya jumlah lansia, masalah kesehatan yang dihadapi bangsa Indonesia, terutama yang berkaitan dengan gejala penuaan, menjadi semakin rumit. Keberadaan panti asuhan yang menampung lansia di Indonesia merupakan bentuk kepedulian pemerintah terhadap kelompok usia tersebut. Melihat fenomena di atas, sangat penting bagi lansia untuk mengontrol tekanan darah secara rutin. Mengingat pentingnya hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang 'faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada orang berusia 65 tahun ke atas'. Penelitian ini bertujuan untuk mengklarifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada orang berusia 65 tahun ke atas