

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan rentang usia yang secara terus menerus mengalami penuaan dalam hidupnya, dengan tanda seperti penurunan tingkat daya tahan tubuh sehingga mudah terserang penyakit (Pandji, 2012). Menurut *World Health Organization* (2019) rentang umur yang tergolong lansia adalah usia 60 tahun keatas. Menurut data dari Susenas (2022) sebanyak 10,48 persen dari populasi di Indonesia merupakan kaum lansia. Populasi penduduk lansia di Indonesia merupakan terbanyak ke empat di dunia (Badan Pusat Statistik, 2010).

Menurut Badan Pusat Statistik (2022) sebanyak sekitar 42,09 persen dari total populasi lansia mulai mengalami penurunan kesehatan dengan angka morbiditas sebesar 20,71 persen. Jenis penyakit yang sering menyerang lansia adalah hipertensi, artritis, dan stroke (kemenkes, 2013). Menurut *World Health Organization* (2021) penyakit kardiovaskular menyumbang sebesar 32 persen dari total kematian di dunia. Data dari kemenkes (2011) menyatakan bahwa kardiovaskular banyak terjadi pada usia dengan rentang 65-74 tahun. Penyakit kardiovaskular meliputi penyakit jantung koroner, penyakit cerebrovascular, hipertensi, penyakit jantung rematik, dll (*World Health Organization*, 2021).

Menurut Ariyanto, et al (2020) aktivitas fisik dan kualitas hidup pada lansia memiliki korelasi diantaranya. Arovah (2010) menyatakan bahwa rehabilitasi berupa aktivitas fisik bagi pengidap penyakit kronis seperti jantung dapat berguna untuk meminimalisir terjadinya pemburukan pada jantung dan membantu lansia untuk kembali beraktivitas fisik seperti sebelum mengidap gangguan jantung. Menurut Sarastuti dan Widiantoro (2018) aktivitas fisik dengan intensitas rendah namun konsisten seperti jalan kaki, bersepeda ringan, dan aerobik dapat memberikan manfaat kesehatan yang signifikan terlepas dari status kesehatan

seperti hipertensi, kardiovaskular, dll. Namun sebagian besar lansia yang memiliki penyakit/gejala penyakit kardiovaskular masih jarang dan memiliki pola pikir yang salah terhadap olahraga bagi pengidap penyakit kardiovaskular, hal ini terbukti dari hasil kuesioner dan wawancara penulis dengan dokter jantung yaitu Dr. Dara Ghassani Sp.JP.

Ernawati (2022) menyatakan bahwa adanya faktor sosial budaya seperti edukasi dengan motivasi lansia dalam melakukan aktivitas fisik. Melalui permasalahan yang terjadi, perlu adanya upaya kuratif bagi lansia pengidap penyakit kardiovaskular untuk menghindari adanya pemburukan gejala. Oleh karena itu, penulis melakukan perancangan kampanye pentingnya aktivitas fisik bagi lansia pengidap penyakit kardiovaskular, karena menurut hasil wawancara dengan Dr. Dara Ghassani, beliau menyatakan bahwa ajakan dan informasi mengenai aktivitas fisik bagi lansia pengidap penyakit kardiovaskular masih kurang. Menurut Landa (2010, hlm 2) Kampanye dapat menyampaikan pesan dengan tujuan tertentu yang dibangun untuk menginformasikan, memprovokasi, atau memotivasi orang dengan penggunaan nama dari sebuah organisasi. Maka dari itu, harapannya dengan perancangan kampanye pentingnya aktivitas fisik bagi lansia pengidap kardiovaskular ini dapat meningkatkan kesadaran para lansia ataupun keluarga/lingkungan sosial lansia untuk selalu aktif dalam keseharian dan beraktivitas fisik.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

- 1) Bagaimana Perancangan Kampanye Pentingnya Aktivitas Fisik bagi Lansia Pengidap Kardiovaskular?

## **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah dirumuskan, dapat ditentukan batasan masalah sebagai berikut:

### **1.3.1 Demografis**

1) Usia

Primer : 65-75 tahun

Sekunder : 20-50 tahun, keluarga dan lingkungan lansia.

2) Pendidikan : Minimal sekolah dasar

3) Status ekonomi : SES B

### **1.3.2 Geografis**

1) Negara : Indonesia

2) Kota

Primer : Jakarta

Sekunder : JABODETABEK

### **1.3.3 Psikografis**

1) Primer : Lansia pengidap penyakit kardiovaskular yang tidak mengetahui bagaimana cara beraktivitas fisik yang aman bagi pengidap penyakit kardiovaskular.

2) Sekunder : keluarga dan lingkungan dari lansia yang tinggal bersama lansia dan peduli dengan lansia.

### **1.3.4 Behavioural**

1) Primer : Lansia pengidap penyakit kardiovaskular yang jarang melakukan aktivitas fisik karena tidak mengetahui bagaimana caranya.

2) Sekunder : Keluarga dan lingkungan lansia yang belum membantu para lansia pengidap kardiovaskular untuk tetap aktif dalam beraktivitas.

#### **1.4 Tujuan Tugas Akhir**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk merancang kampanye yang dapat meningkatkan kesadaran para lansia pengidap penyakit kardiovaskular dan keluarga/lingkungan lansia pentingnya aktivitas fisik sebagai upaya kuratif penyakit kardiovaskular.

#### **1.5 Manfaat Tugas Akhir**

Berdasarkan latar belakang, masalah, dan tujuan perancangan, dapat ditentukan manfaat dari perancangan kampanye:

##### **1. Bagi penulis**

Melalui penelitian ini, penulis dapat mengetahui lebih dalam mengenai masalah yang terjadi pada lansia pengidap kardiovaskular seperti jenis penyakit kardiovaskular, rehabilitasi bagi pengidap jantung, dll.

##### **2. Bagi Masyarakat**

Melalui penelitian mengenai perancangan kampanye pentingnya aktivitas fisik bagi lansia pengidap penyakit kardiovaskular, masyarakat mendapatkan pengetahuan yang baru bahwa lansia dengan penyakit kardiovaskular tetap disarankan untuk tetap beraktivitas fisik guna meningkatkan tingkat daya tahan tubuh mereka.

##### **3. Bagi Universitas**

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat membantu mahasiswa/I Universitas Multimedia Nusantara dalam menggunakan referensi untuk penelitian atau perancangan kampanye selanjutnya.