

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN PASANGAN DENGAN AKTIVITAS FISIK, MENTAL, DAN SOSIAL LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS MOROKREMBANGAN

Penelitian *Cross-Sectional*

Oleh : Farah Dwita Angelina

Pendahuluan: Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang banyak diderita lansia. Tekanan darah pada lansia hipertensi dapat dikendalikan dengan berbagai cara, yaitu beraktivitas fisik secara rutin, melakukan aktivitas yang berhubungan dengan fungsi kognitif, dan mengendalikan tingkat stress agar tidak mempengaruhi kontraksi atau denyutan pada jantung dan sistem saraf yang dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan pasangan dengan aktivitas fisik, mental, dan sosial lansia dengan hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *non eksperimen* yang bersifat korelasional dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Jumlah sampel sebanyak 102 responden di wilayah Morokrembangan, dimana pengambilan sampel menggunakan metode *Nonprobability Sampling* yaitu *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dukungan pasangan, *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), praktek sehat mental, dan aktivitas sosial serta karakteristik demografis. Analisis menggunakan uji *Spearman Rho*. **Hasil:** Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan antara dukungan pasangan dengan aktivitas fisik ($p = 0,000$; $r = 0,589$), aktivitas mental ($p = 0,000$; $r = 0,778$), dan aktivitas sosial ($p = 0,000$; $r = 0,671$) dengan korelasi bernilai positif dan searah. **Kesimpulan:** Seiring dengan bertambahnya usia, aktivitas harian yang dilakukan akan menjadi berkurang. Semakin baik dukungan yang diberikan pasangan maka semakin tinggi pula tingkat aktivitas harian yang dilakukan oleh lansia. Oleh karena itu, pasangan lansia diharapkan saling memberikan dukungan dalam melakukan aktivitas fisik, mental, dan sosial.

Kata Kunci: Lansia, hipertensi, Dukungan Pasangan, Aktivitas Fisik, Aktivitas Mental, Aktivitas Sosial

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF ELDERLY COUPLE SUPPORT WITH PHYSICAL ACTIVITY, MENTAL, AND SOCIAL WITH HYPERTENSION IN THE MOROKREMBANGAN HEALTH CENTER

Cross-Sectional Study

By: Farah Dwita Angelina

Introduction: Hypertension is a health problem that many elderly suffer from. Blood pressure in the elderly with hypertension can be controlled in various ways, namely doing physical activity regularly, performing activities related to cognitive function, and controlling stress levels so as not to affect contractions or pulsations of the heart and nervous system that can cause blood pressure to increase. The purpose of this study was to determine the relationship of partner support with physical, mental, and social activities of the elderly with hypertension. **Methods:** This study used a correlational non-experimental design with a cross-sectional approach. The number of samples were 102 respondents in the Morokrembangan area, where the sampling used Nonprobability Sampling method, namely Purposive Sampling. The research instrument used partner support questionnaires, Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), mental health practices, social activities and demographic characteristics. The analysis used Spearman Rho test. **Results:** The results of this study were there was a relationship between partner support with physical activity ($p = 0.000$; $r = 0.589$), mental activity ($p = 0.000$; $r = 0.778$), and social activity ($p = 0.000$; $r = 0.671$) with positive and unidirectional correlation. **Conclusion:** As you get older, daily activities will too decrease. The better the support provided by the closest person, such as a partner, the higher the level of daily activity carried out by the elderly. Therefore, elderly couples are expected to provide support to each other in performing physical, mental, and social activities.

Keywords: Elderly, Hypertension, Partner Support, Activity, Physical, Mental, Social