

ABSTRAK

Penelitian ini berfokus pada Performa fisik pada lansia dengan hipertensi pada lanjut usia, ada salah satu masalah yang sering dihadapi lansia yaitu rentannya kondisi fisik lansia, antara lain : ketergantungan obat yang menyebabkan kelelahan, gangguan aktivitas fisik, kelelahan, kurang istirahat dan menurunkan kemampuan kerja, yang dapat menimbulkan gejala persisten seperti stroke dan penyakit arteri koroner. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Gangguan Keseimbangan dan Resiko Jatuh pada lansia penderita hipertensi yang tergabung dalam prolanis di Puskesmas karanggeneng Lamongan, dengan Metode yang digunakan adalah *Total Sampling* dengan Desain Penelitian Deskriptif. Metode pengumpulan data dilakukan dengan penilaian observasi atau secara langsung. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tergabung dalam prolanis Puskesmas Karanggeneng Lamongan sebanyak 40 responden, dengan rentan usia diatas 60-74 tahun. dengan cara dilakukan pemeriksaan TUG "*Timed Up and Go*" dan 6MWT "*6 Minute Walking Test*". Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden lansia hipertensi mayoritas mengalami gangguan keseimbangan dengan prosentase (10,0%) berjenis kelamin Laki-laki dan prosentase (30,0%) berjenis kelamin perempuan, dibuktikan dengan pemeriksaan 6MWT dengan kategori Kurang Sekali, serta sebagian besar lansia beresiko untuk jatuh dengan prosentase (40,0%), dibuktikan dengan Pemeriksaan TUG dengan kategori tinggi jatuh. Kesimpulan dari hasil penelitian ini, lansia memiliki tingkat Resiko jatuh yang tinggi dan mengalami gangguan Keseimbangan disebabkan karena proses penuaan / usia yang menyebabkan terjadinya penurunan fungsi tubuh secara umum.

Kata Kunci : Performa Fisik, Lansia dan Hipertensi.

ABSTRACT

This study focuses on physical performance in the elderly with hypertension in the elderly, there is one of the problems that are often faced by the elderly, namely the susceptibility of the physical condition of the elderly, among others: drug dependence that causes fatigue, impaired physical activity, fatigue, lack of rest and decreased work ability, which can cause persistent symptoms such as stroke and coronary artery disease. This study aims to identify Balance Disorders and Risk of Falls in elderly people with hypertension who are members of the prolanis at the Lamongan Karanggeneng Health Center, with the Medote used is *Total Sampling* with Descriptive Research Design. The method of data collection is carried out by observation assessment or directly. The population in this study is all the elderly who are members of the Karanggeneng Lamongan Health Center program as many as 40 respondents, with vulnerable age over 60 years. TUG "*Timed Up and Go*" and 6MWT "*6 Minute Walking Test*" are performed. The results showed that all respondents to the majority of hypertension experienced balance disorders with a percentage (10.0%) male and percentage (30.0%) female, evidenced by a 6MWT examination with a less than once category, and most of the elderly were at risk of falling with a percentage (40.0%), evidenced by a TUG Examination with a high category of falls. In conclusion from the results of this study, the elderly have a high level of risk of falling and experiencing balance disorders caused by the aging process / age which causes a decrease in body function in general.

Keywords: Physical Performance, Elderly and Hypertensi