

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A Hipertensi

1. Definisi Hipertensi

Kondisi medis yang dikenal sebagai hipertensi didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai tekanan darah tinggi, dengan tekanan sistolik 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan diastolik 90 mmHg atau lebih tinggi. Secara spesifik, hipertensi ditandai dengan tekanan darah sistolik yang terus-menerus lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, yang keduanya menimbulkan bahaya besar bagi kesehatan.

Tekanan darah tinggi di dalam arteri merupakan ciri khas hipertensi, suatu penyakit medis jangka panjang. Agar darah tetap mengalir dan menyediakan oksigen serta nutrisi bagi tubuh, jantung harus bekerja lebih keras dalam kondisi ini. Jika tidak ditangani, hipertensi dapat membahayakan beberapa sistem tubuh, termasuk ginjal dan jantung (Dewi Winni & Mulyani, 2022)

Tergantung pada tekanan diastoliknya, hipertensi dapat dikelompokkan menjadi beberapa jenis. Pada manusia, tekanan diastolik 95–104 mmHg dianggap hipertensi ringan, 105–114 mmHg dianggap hipertensi sedang, dan 115 mmHg atau lebih dianggap hipertensi berat. (Randa & Slamet, 2024). Tekanan darah diastolik yang meningkat lebih mengindikasikan potensi masalah kesehatan daripada tekanan darah sistolik yang meningkat, dan begitulah klasifikasi kondisi tersebut. Jika tekanan darah Anda secara konsisten berada di luar rentang normal misalnya, 140/90 mmHg kemungkinan besar Anda menderita hipertensi. (Dewi Winni & Mulyani, 2022)

2. Klasifikasi Hipertensi

Sesuai dengan rekomendasi yang dibuat oleh P2PTM, ada dua bentuk utama hipertensi:

a. Hipertensi Primer (Esensial)

Pada orang dewasa, hipertensi jenis ini umumnya muncul tanpa gejala yang jelas. Kondisi ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang persisten dan

jangka panjang. Meskipun penyebab pasti hipertensi primer belum sepenuhnya dipahami, tekanan darah tinggi tetap dikategorikan sebagai hipertensi.

b. Hipertensi Sekunder

Pada beberapa individu, tekanan darah tinggi dapat dipicu oleh berbagai faktor yang tidak terkontrol, yang seringkali berkaitan dengan kondisi medis yang mendasarinya. Kondisi ini dapat mencakup gangguan ginjal, ketidakseimbangan hormon, atau penggunaan obat-obatan tertentu. Jenis hipertensi ini disebut hipertensi sekunder. Pada kondisi tersebut, peningkatan tekanan darah dapat melebihi kadar yang biasanya ditemukan pada kasus hipertensi primer.

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut *Joint National Committee (JNC)-VIII* 2014

Kategori	Sistolik (mmHg)	Diastolik (mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	<130	<85
Normal Tinggi	130-139	85-89
Hipertensi Stadium I	140-159	90-99
Hipertensi Stadium II	160-179	100-109
Hipertensi Stadium III	≥180	≥110

3. Faktor Penyebab Hipertensi

a. Faktor Genetik

Hipertensi lebih umum terjadi pada individu yang memiliki riwayat keluarga dengan kondisi tersebut. Studi menunjukkan bahwa individu yang memiliki anggota keluarga yang menderita hipertensi meningkatkan risiko seseorang hingga dua kali lipat untuk mengalami kondisi serupa dibandingkan dengan individu tanpa riwayat tersebut. Dengan demikian, riwayat keluarga hipertensi menjadi salah satu faktor risiko penting yang perlu diperhatikan. (Rahmadhani, 2021)

b. Obesitas

Obesitas, yang ditandai dengan kelebihan berat badan, menjadi salah satu faktor risiko utama terjadinya hipertensi. Akumulasi lemak tubuh yang berlebihan

dapat menambah beban kerja jantung serta mempersempit atau mengeraskan pembuluh darah, sehingga memicu peningkatan tekanan darah

c. Stres

Sekresi adrenalin dan kortisol, dua hormon stres, dapat menyebabkan hipertensi dalam jangka panjang. Kedua hormon tersebut berkontribusi terhadap hipertensi dengan menyempitkan arteri dan membuat jantung bekerja lebih keras.

d. Gaya Hidup yang Tidak Sehat

Risiko hipertensi dapat meningkat akibat pola makan yang tidak sehat, kurang olahraga, terlalu banyak minum alkohol, dan merokok. Contoh: jika Anda mengonsumsi banyak garam (natrium) tetapi kurang kalium, Anda dapat mengalami hipertensi.

e. Umur

Seiring dengan bertambahnya umur, risiko terjadinya hipertensi semakin meningkat. Kondisi ini berkaitan dengan perubahan fisiologis pada pembuluh darah yang secara bertahap menjadi lebih kaku dan kehilangan elastisitasnya seiring berjalannya waktu.

f. Faktor Lingkungan dan Sosial

Faktor lingkungan, seperti polusi udara, selain itu faktor sosial-ekonomi, termasuk tingkat pendidikan dan tingkat pendapatan, juga dapat memengaruhi risiko seseorang terhadap hipertensi. Orang dengan stres sosial dan ekonomi yang tinggi, serta akses terbatas ke perawatan kesehatan, mungkin lebih rentan mengalami hipertensi.

4. Gejala Hipertensi

Tidak semua penderita hipertensi menunjukkan gejala yang nyata. Dalam banyak kasus, kondisi ini baru teridentifikasi ketika seseorang menjalani pemeriksaan medis di fasilitas kesehatan primer atau sekunder. Sifat asimtomatik inilah yang menyebabkan hipertensi sering disebut sebagai "pembunuh diam-diam". (Hasanah, 2019)

Namun demikian, beberapa orang mungkin menunjukkan gejala spesifik, antara lain:

- a. Sakit kepala
- b. Kecemasan
- c. Palpitasi atau berdebar-debar pada jantung
- d. Pusing dan rasa lelah
- e. Gangguan atau penglihatan kabur
- f. Sesak pada dada

5. Pengobatan Hipertensi

Secara umum, ada dua pendekatan untuk pengobatan hipertensi:

a. Pengobatan non farmakologis yang meliputi:

- 1) Mengonsumsi pola makan rendah garam, kolesterol, dan lemak jenuh.
- 2) Mempraktikkan teknik relaksasi—seperti yoga—untuk membantu mengatur sistem saraf dan menurunkan tekanan darah.
- 3) Melakukan aktivitas fisik secara rutin.
- 4) Membatasi atau menghindari konsumsi alkohol sama sekali.
- 5) Mengurangi atau berhenti merokok.

b. Pengobatan farmakologi

1) ACE Inhibitor

Angiotensin II adalah komponen yang berkontribusi terhadap hipertensi, dan kelompok obat ini bekerja dengan menghambat produksinya. Kaptopril adalah contoh obat yang termasuk dalam kategori ini. Anda mungkin mengalami batuk kering, vertigo, dan lemas sebagai efek samping.

2) Antagonis Kalsium (*Calcium Channel Blocker*)

Penurunan kapasitas pompa jantung merupakan akibat dari kemampuan antagonis kalsium untuk menghambat kontraksi miokardium. Amlodipin, nifedipin, verapamil, dan diltiazem termasuk dalam golongan ini. Beberapa efek samping yang mungkin terjadi akibat penggunaan obat-obatan ini antara lain konstipasi, vertigo, mual, dan muntah.

3) Beta Blocker

Beta blocker berfungsi menurunkan kekuatan kontraksi serta mengurangi beban kerja jantung. Namun, obat ini tidak dianjurkan pada pasien dengan riwayat asma karena dapat menimbulkan gangguan pernapasan. Beberapa contoh beta blocker meliputi propranolol, metoprolol, dan atenolol.

4) Diuretik

Diuretik mengurangi retensi cairan dan tekanan jantung dengan meningkatkan ekskresi kelebihan cairan melalui urin. Hidroklorotiazid adalah salah satu diuretik paling populer di pasaran..

5) Vasodilator

Obat golongan vasodilator bekerja dengan cara langsung merelaksasi otot polos pada dinding pembuluh darah, sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan memperlancar aliran darah. Contoh vasodilator antara lain prazosin dan hidralazin.

6) Penghambat Simpatetik

Obat penghambat simpatis berfungsi menekan aktivitas sistem saraf simpatis, yang berperan dalam mengatur respons tubuh terhadap stres dan aktivitas fisik. Contoh obat dalam golongan ini meliputi klonidin dan reserpine.

6. Pengendalian Hipertensi

a. Rutin periksa tekanan darah

Disarankan bagi penderita hipertensi atau yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga untuk memantau tekanan darahnya secara teratur. Lakukan ini setidaknya sebulan sekali, atau lebih sering jika timbul gejala seperti vertigo.

b. Berhenti merokok

Asap rokok mengandung karbon monoksida dan nikotin, yang keduanya menyebabkan hipertensi. Jaringan dalam tubuh mendapatkan lebih sedikit oksigen ketika karbon monoksida mengikat hemoglobin dan mengambil oksigen dari darah. Akibatnya, jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa cukup oksigen ke seluruh tubuh, yang dapat meningkatkan tekanan darah.

c. Pengendalian stres

Kecemasan dan bentuk stres lainnya dapat menyerang kapan saja dan karena berbagai alasan. Oleh karena itu, untuk menjaga tekanan darah dan kesehatan mental serta emosional mereka tetap terkendali, penderita hipertensi memerlukan teknik manajemen stres yang efektif.

d. Makan gizi seimbang

Mengurangi asupan gula dan garam sambil meningkatkan konsumsi buah, sayur, kacang-kacangan, dan biji-bijian serta mengganti daging merah dengan sumber protein sehat seperti ikan dan ayam dapat membantu penderita hipertensi menurunkan tekanan darah mereka.

e. Mengatasi obesitas

Disarankan untuk menurunkan berat badan hingga indeks massa tubuh (BMI) Anda berada antara 18,5-22,9 kg/m² dan lingkar pinggang Anda kurang dari atau sama dengan 90 cm untuk pria dan 80 cm untuk wanita, karena obesitas dikaitkan dengan perkembangan hipertensi.

f. Melakukan aktivitas fisik secara rutin

Penelitian telah menunjukkan bahwa melakukan aerobik atau jalan cepat selama 30–45 menit, atau sekitar 3 kilometer selama 30–45 menit, lima kali seminggu, dapat membantu mengurangi tekanan darah.

B. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Panca indera, yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, peraba, dan perasa, merupakan fondasi pengetahuan manusia. Penglihatan dan pendengaran merupakan cara utama untuk memperoleh informasi. Penelitian telah menunjukkan bahwa tindakan yang didasarkan pada pengetahuan lebih mungkin berkelanjutan seiring waktu, yang menyoroti pentingnya informasi dalam membentuk perilaku. (Darsini et al., 2019)

Rasa ingin tahu terhadap dunia di sekitar kita mendorong perolehan pengetahuan melalui berbagai cara dan alat. Pengetahuan langsung dan tidak langsung, pengetahuan subjektif dan khusus, pengetahuan yang permanen dan objektif, serta pengetahuan generik merupakan berbagai jenis pengetahuan. Ada juga jenis pengetahuan lain yang dinamis dan tidak stabil. Asal usulnya, serta prosedur dan alat yang digunakan untuk memperolehnya, membentuk karakter dan kategori pengetahuan. Pengetahuan sejati jelas lebih disukai, tetapi informasi apa pun dapat digunakan dalam situasi ini (Darsini et al., 2019).

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut (Ganda, 2022), pemahaman seseorang terhadap suatu objek dapat bervariasi kedalamannya, dan telah dijelaskan bahwa pengetahuan dapat dikategorikan ke dalam enam tingkat yang berbeda, antara lain:

- a. Pengetahuan (*Knowledge*) Pengetahuan pada tahap ini diartikan sebagai kemampuan untuk mengingat kembali (*recall*) informasi atau fakta yang telah dipelajari.
- b. Pemahaman (*Comprehension*) melibatkan lebih dari sekadar mengenali atau menamai suatu objek; pemahaman ini memerlukan pemahaman yang benar dan bermakna tentang sifat atau konsep objek.
- c. Penerapan (*Application*) Aplikasi merujuk pada kemampuan seseorang yang telah memahami suatu objek atau konsep untuk menggunakan serta menerapkan prinsip yang dikuasainya dalam situasi atau konteks yang berbeda.
- d. Analisis (*Analysis*) Analisis merupakan kemampuan seseorang untuk membagi suatu objek atau konsep menjadi bagian-bagian penyusunnya, kemudian mengidentifikasi hubungan maupun keterkaitan antar komponen tersebut.
- e. Sintesis (*Synthesis*) Sintesis adalah keterampilan dalam mengembangkan ide atau merumuskan konsep baru dengan cara menggabungkan berbagai unsur atau komponen yang telah ada sebelumnya. Sintesis adalah kemampuan untuk mengembangkan ide atau formulasi baru dengan menggabungkan unsur-unsur yang sudah ada.
- f. Penilaian (*Evaluation*) Evaluasi merujuk pada kemampuan individu untuk menilai atau mengambil keputusan terkait suatu objek berdasarkan kriteria yang telah ditentukan atau norma sosial yang berlaku.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Notoatmadjo, 2018) Jumlah pengetahuan dapat dipengaruhi oleh sejumlah hal, termasuk:

a. Pendidikan

Keterampilan seseorang dapat diasah dan dikembangkan melalui proses pendidikan.

b. Umur

Seiring pertambahan usia, kemampuan daya ingat seseorang cenderung meningkat, yang berkontribusi pada perluasan pengetahuan. Namun, usia juga memengaruhi laju perkembangan kognitif. Pada titik tertentu, perkembangan ini mulai melambat, dan akhirnya mencapai kecepatan yang serupa dengan yang dialami selama masa remaja.

c. Pekerjaan

Jenis pekerjaan seseorang dapat memengaruhi kemampuannya dalam mencari informasi terkait suatu masalah. Semakin mudah akses dan proses pencarian informasi, semakin besar kemungkinan individu tersebut memperoleh informasi yang lebih banyak, sehingga pengetahuan yang dimilikinya menjadi lebih luas.

d. Pengalaman

Pengetahuan seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalamannya. Memanfaatkan pengalaman sebelumnya dapat membantu mengatasi berbagai masalah.

e. Kepercayaan

Kepercayaan individu sering kali diturunkan dari generasi ke generasi dan cenderung diterima tanpa bukti empiris sebelumnya.

f. Sosial budaya

Konteks sosiokultural seseorang secara signifikan membentuk pengetahuan, persepsi, dan sikapnya terhadap suatu objek tertentu. Lebih lanjut, faktor lingkungan berperan penting dalam memengaruhi kognisi seseorang; lingkungan yang mendukung maupun yang merugikan dapat memengaruhi cara berpikir seseorang..

C. Kepatuhan

1. Pengertian Kepatuhan

Menurut (Notoatmadjo, 2018) Kepatuhan adalah perubahan perilaku dari tidak taat menjadi patuh terhadap aturan. Secara umum, kepatuhan mengacu pada

sejauh mana seseorang mengikuti pengobatan, pola makan, dan Gaya hidup yang mengikuti anjuran tenaga kesehatan sering digunakan untuk menggambarkan tingkat kepatuhan pasien dalam melaksanakan terapi sesuai rekomendasi medis.

2. Tingkat Kepatuhan

Menurut Osterberg, kepatuhan pengobatan diukur dalam persentase berdasarkan jumlah dosis yang dikonsumsi dalam periode tertentu. Pasien dengan penyakit akut cenderung lebih patuh dibandingkan penderita penyakit kronis, yang sering mengalami penurunan kepatuhan setelah enam bulan terapi. Faktor intrapersonal dan lingkungan turut memengaruhi konsistensi penggunaan obat. (Faradilla, 2020)

Faktor interpersonal mencakup hubungan pasien dengan tenaga medis dan keluarga, di mana komunikasi yang baik dapat meningkatkan kepatuhan. Sementara itu, faktor intrapersonal meliputi usia, jenis kelamin, motivasi, dan disiplin diri. Pemahaman yang baik tentang penyakit kronis membantu pasien lebih sadar dan terlibat dalam pengobatan jangka Panjang. (Mirnawati, 2020)

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diantaranya:

a. Pengetahuan

Kelima indra, terutama penglihatan dan pendengaran, bertanggung jawab untuk mengumpulkan informasi tentang dunia di sekitar kita. Kedua indra ini merupakan cara utama manusia menyerap informasi..

b. Motivasi

Motivasi adalah kekuatan pendorong yang berasal dari dalam diri individu, yang berperan dalam memengaruhi serta mengarahkan perilaku seseorang untuk mengambil suatu tindakan. Dalam pengelolaan hipertensi, seperti minum obat dan menjaga pola hidup sehat, motivasi yang kuat—terutama dari anjuran tenaga medis dapat meningkatkan kepatuhan terhadap saran medis. (Rahmi, 2021)

c. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga berperan penting dalam membantu pasien hipertensi, terutama melalui keterlibatan pasangan atau anggota keluarga lainnya.

Dukungan ini mendorong penerapan pola hidup sehat dan kepatuhan minum obat, serta memengaruhi pola pikir dan kebiasaan pasien dalam mengelola tekanan darah. (Primasari *et al.*, 2022)

D. Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas)

Pelayanan kesehatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif diselenggarakan oleh pusat kesehatan masyarakat, yang juga dikenal sebagai puskesmas. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 19 Tahun 2024, peran Puskesmas dalam sistem kesehatan adalah menetapkan kebijakan yang mendorong pembangunan kesehatan di wilayahnya.

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 19 Tahun 2024, Puskesmas memiliki peran ganda dalam pelayanan kesehatan primer, yaitu menyediakan Pelayanan Kesehatan Masyarakat (UKM) dan Pelayanan Kesehatan Perorangan (UKP), serta berperan sebagai tempat pendidikan bagi tenaga kesehatan profesional. Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat, serta mencegah dan menangani masalah kesehatan. UKP dalam pelayanan kesehatan perseorangan adalah promosi kesehatan, pencegahan, pengobatan, dan pemulihan.

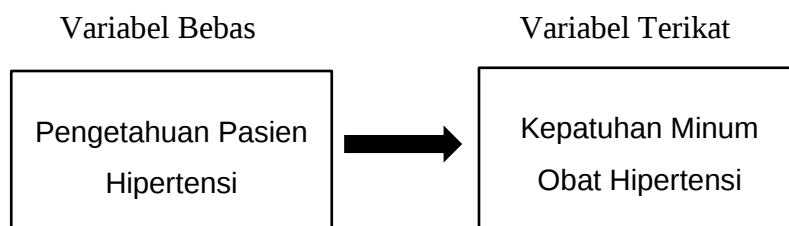
Kewenangan berikut diberikan kepada Puskesmas untuk melaksanakan Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) No. 19 Tahun 2024:

- a. Memantau wilayah kerja dan menelaah permasalahan kesehatan masyarakat yang ditemukan.
- b. Menyusun rencana kegiatan berdasarkan kajian permasalahan kesehatan yang ditemukan di masyarakat, agar program lebih terarah dan bermanfaat.
- c. Membangun sistem peringatan dini dan reaksi cepat sebagai bagian dari upaya pengendalian penyakit.
- d. Menghimpun upaya-upaya di masyarakat untuk meningkatkan, mencegah, menyembuhkan, merehabilitasi, dan meringankan penderitaan.
- e. Memberikan saran dan pengawasan kepada unit pelayanan kesehatan di tingkat desa atau kecamatan dan posyandu di wilayah kerja, termasuk pelayanan kesehatan tradisional.

- f. Memberikan informasi, komunikasi, dan edukasi terkait kesehatan kepada masyarakat.
- g. Melibatkan masyarakat dalam inisiatif peningkatan kesehatan.
- h. Berupaya menciptakan kelompok masyarakat yang hidup sehat.
- i. Memastikan bahwa kelompok masyarakat, mitra pembangunan, dunia usaha, institusi kesehatan primer, dan jejaring lain di wilayah kerja bekerja sama untuk menjadikan wilayah tersebut sebagai tempat tinggal yang sehat.
- j. Bekerja sama dengan para pemimpin daerah dan sektor-sektor lain untuk mengajak masyarakat menemukan dan mengatasi masalah kesehatan, seperti meningkatkan aspek sosial, ekonomi, komersial, dan lingkungan yang memengaruhi kesehatan.
- k. Memberikan saran tentang masalah kesehatan masyarakat, mendukung dan menyebarluaskan kebijakan kesehatan, serta mendorong pembangunan yang baik untuk kesehatan.
- l. Menggunakan pendekatan siklus hidup untuk menyediakan layanan kesehatan bagi keluarga, kelompok, dan masyarakat, dengan mempertimbangkan komponen biologis, psikologis, sosial, budaya, dan spiritual.

E. Kerangka Konsep

Kerangka konseptual untuk penelitian ini disusun berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan:



Gambar 1 Kerangka Konsep

F. Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Bebas a. Pengetahuan Hipertensi	Pengetahuan hipertensi adalah sesuatu yang diketahui oleh responden mengenai hipertensi.	Kuisisioner	Baik: 76-100% Cukup Baik: 56-75% Kurang Baik: <55%	Ordinal
Variabel Terikat b. Kepatuhan	Kepatuhan responden dalam mengonsumsi obat hipertensi.	Kuisisioner	Patuh: 76-100%% Cukup Patuh: 56-75% Tidak Patuh: <55%	Ordinal

G. Hipotesis

Adanya keterkaitan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan dalam mengonsumsi obat pada pasien hipertensi yang berobat di UPTD Puskesmas Pangkalan Budiman Sei Rampah.