

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengetahuan

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) kata tahu memiliki arti antara lain mengerti sesudah melihat (menyaksikan, mengalami, dan sebagainya), mengenal dan mengerti. Mubarak (2011), pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman manusia itu sendiri dan pengetahuan akan bertambah sesuai dengan proses pengalaman yang dialaminya.

Sedangkan menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia yakni, indera pendengaran, penglihatan, penciuman, perasaan.. Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif menurut Notoatmodjo (2012) mempunyai 6 tingkatan, yaitu

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat kembali (*recall*) suatu materi yang telah dipelajari dan diterima dari sebelumnya. Tahu merupakan tingkatan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang telah dipelajari antara lain mampu menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan suatu materi secara benar.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami merupakan suatu kemampuan untuk menjelaskan dan menginterpretasikan materi yang diketahui secara benar. Orang yang telah paham terhadap suatu materi atau objek harus dapat menyebutkan, menjelaskan, menyimpulkan, dan sebagainya.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi merupakan kemampuan seseorang yang telah memahami suatu materi atau objek dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis merupakan suatu kemampuan seseorang untuk menjabarkan materi atau objek tertentu ke dalam komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah dan berkaitan satu sama lain. Pengetahuan seseorang sudah sampai.

pada tingkat analisis, apabila orang tersebut telah dapat membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan membuat diagram (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tertentu.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis merupakan suatu kemampuan seseorang untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian suatu objek suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang tertentu ke dalam bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah telah ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi merupakan suatu kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek tertentu. Penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

2.1.1. Kriteria Pengetahuan

Menurut Suharsimi (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

1. Baik, bila subyek menjawab benar 76%-100% seluruh pertanyaan.
2. Cukup, bila subyek menjawab benar 56%-75% seluruh pertanyaan.
3. Kurang, bila subyek menjawab benar <56% seluruh pertanyaan .

2.2 Tindakan

Tindakan adalah aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan arti yang sangat luas antara lain : berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian tersebut bisa disimpulkan bahwa perilaku manusia adalah semua kegiatan atau

aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2003).

Sedangkan dalam pengertian umum perilaku adalah segala perbuatan atau tindakan yang dilakukan oleh makhluk hidup. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud tindakan manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Kholid, 2015).

2.2.1. Pembentukan Tindakan

Tindakan perilaku manusia sebagian besar ialah tindakan yang dibentuk dan dapat dipelajari. Berikut adalah cara terbentuknya tindakan perilaku seseorang (Priyoto, 2014):

Kebiasaan, terbentuknya perilaku karena kebiasaan yang dilakukan.

Contoh menggosok gigi sebelum tidur, bangun pagi dan sarapan pagi.

1. Pengertian (*insight*), terbentuknya perilaku ditempuh dengan pengertian
2. Penggunaan Model, pembentukan perilaku melalui contoh atau model.

Model yang dimaksud adalah pemimpin, orangtua dan tokoh panutan lainnya.

2.2.2 Klasifikasi Tindakan

Berdasarkan bentuk respons terhadap stimulus ini, maka tindakan perilaku dibedakan menjadi dua (Kholid, 2015) :

1. Tindakan Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Perilaku tertutup adalah respons seseorang terhadap stimulus alam bentuk terselubung atau tertutup (*covert*). Respon atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

2. Tindakan Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktek, yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain .

2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tindakan

Tindakan perilaku sehat dapat terbentuk karena berbagai pengaruh atau rangsang yang berupa pengetahuan, sikap, pengalaman, keyakinan, sosial, budaya, sarana fisik, pengaruh atau rangsangan yang bersifat internal. Kemudian menurut Greendalam (Notoatmodjo, 2014) mengklasifikasikan menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan, yaitu :

1. Faktor Predisposisi (*predisposing factor*)

Merupakan faktor internal yang ada pada diri individu, kelompok, dan masyarakat yang mempermudah pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai dan budaya. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku salah satunya adalah pengetahuan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang atau *over behavior*.

2. Faktor pendukung (*enabling factor*)

Yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas atau sarana-sarana kesehatan, misalnya puskesmas, obat-obatan, alat-alat steril dan sebagainya

3. Faktor pendorong (*reinforcing factor*)

Yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat.

2.3 Hipertensi

Penyakit darah tinggi atau hipertensi (*hypertension*) adalah suatu keadaan di mana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang ditunjukkan oleh angka *systolic* (bagian atas) dan angka *diastolic* (bagian bawah) pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa *cuff* air raksa (*sphygmomanometer*) ataupun alat digital lainnya.

Nilai normal tekanan darah seseorang dengan ukuran tinggi badan, berat badan, tingkat aktivitas normal dan kesehatan secara umum adalah 120/80 mmHg. Dalam aktivitas sehari-hari, tekanan darah normalnya adalah dengan nilai angka kisaran stabil. Tetapi secara umum, angka pemeriksaan tekanan darah menurun saat tidur dan meningkat di waktu beraktivitas atau berolahraga.

Hipertensi juga dikenal sebagai heterogeneous group of disease karena dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok ,sosial dan ekonomi kecenderungan berubahnya gaya hidup akibat urbanisasi,modernisasi dan globalisasi memunculkan sejumlah faktor resiko yang dapat meningkatkan angka kesakitan hipertensi (DEPKES RI 2012).

Stress dapat memicu timbul nya hipertensi melalui aktifitas sistem saraf simpatis yang mengakibatkan naik nya tekanan darah secara intermitten (tidak menentu) (Andria2013). Pada saat seseorang mangalami stress,hormon adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung apabila stress berlanjut tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang itu akan mengalami hipertensi (South 2014).

Berikut klasifikasi tekanan darah berdasarkan *The Joint National Committee (JNC) on prevention, detection, evalution and treatment of high blood pressure* atau JNC VII Tahun 2003 (Nafrialdi, 2016) dan tekanan darah menurut Triyanto (2014)

Tabel 2.3 Klasifikasi tekanan darah untuk usia 18 tahun atau lebih berdasarkan JNC VII

Klasifikasi Tekanan Darah Tinggi	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
Normal	< 120	< 80
Prehipertensi	120 – 139	80 - 89
Hipertensi tingkat 1	140 – 159	90 - 99
Hipertensi tingkat 2	>160	> 100

Tabel 2.4 Klasifikasi Tekanan Darah Pada Orang Dewasa

Kategori	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mHg)
Normal	< 130	< 85
Normal tinggi	130 – 139	85 – 89
Stadium 1 (Ringan)	140 – 159	90 – 99
Stadium 2 (Sedang)	160 – 179	10 – 109
Stadium 3 (Berat)	180- 209	110 -119
Stadium 4 (Maligna)	>210	>120

2.3.1 Tanda dan Gejala Hipertensi

Pada pemeriksaan fisik, tidak dijumpai kelainan apapun selain tekanan darah tinggi, tetapi dapat pula ditemukan perubahan pada retina, seperti pendarahan eksudat, penyempitan pembuluh darah, dan pada kasus berat dapat ditemukan edema pupil (edema pada diskus optikus). menurut prience, gejala hipertensi antara lain sakit kepala bagian belakang, kaku kuduk, sulit tidur, gelisah. Kepala pusing dada berdebar debar lemas sesak nafas berkerengat dan pusing (Prience 2015).

Gejala penyakit pada yang biasa terjadi baik pada penderita hipertensi maupun pada seseorang dengan tekanan darah normal hipertensi yaitu sakit kepala, gelisah, jantung berdebar debar, pendarahan hidung dan sulit tidur, sesak nafas telinga berdenging, tekuk terasa berat. gejala akibat komplikasi hipertensi yang pernah dijumpai meliputi gangguan penglihatan saraf, jantung, dan fungsi ginjal dan gangguan selebral (otak) yang mengakibatkan kejang dan pendarahan pembuluh darah otak yang mengakibatkan kelumpuhan dan gangguan kesadaran hingga koma (Cahyono, 2014).

Tekanan darah tinggi sering kali tidak menunjukkan ciri, tanda, atau gejala tertentu. Adapun satu-satunya cara untuk mengetahui darah tinggi adalah melalui tes tekanan darah. Bila tekanan darah anda berada di bawah 120/80 mmHg, maka Anda memiliki tekanan darah normal, tetapi bila tekanan darah Anda mencapai 140/90 mmHg atau lebih, maka anda sudah tergolong hipertensi.

Meskipun tidak memiliki tanda atau gejala yang jelas, beberapa orang dengan riwayat hipertensi kerap mengeluhkan beberapa gejala. Umumnya,

gejala ini bisa dirasakan bila Anda memiliki kondisi kesehatan lain yang mungkin menjadi penyebab hipertensi atau yang juga dikenal dengan jenis hipertensi sekunder. Selain itu, gejala juga bisa dirasakan bila anda memiliki tekanan darah yang sangat tinggi atau disebut dengan krisis hipertensi.

2.3.2 Hipertensi Primer

Hipertensi primer adalah hipertensi esensi yang belum diketahui penyebabnya dan terdapat pada kurang lebih 90 % dari seluruh penderita hipertensi (Adib, 2011).

2.3.3 Hipertensi sekunder

Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang diakibatkan oleh penyakit lain. Sekitar 5-10% penderita hipertensi sekunder disebabkan karena penyakit ginjal, 1-2 % kelainan hormonal atau pemakaian obat tertentu (misalnya pil KB). Penyebab lain yang jarang diketahui adalah *feokromositoma*, yaitu tumor pada kelenjar adrenal yang menghasilkan hormon epinefrin (adrenalin) dan norepinefrin (noradrenalin) (Adib, 2011).

Pola penyakit di Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari peenyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. kecenderungan ini meningkat dan mulai mengancam sejak usia muda .penyakit yang tidak menular di antara nya hipertensi dan diabetes melitus dan penyakit paru (Kemenkes RI 2015).

Penyakit hipertensi pada dasarnya mengurangi harapan hidup para penderita nya. selain mengakibatkan angka kematian yang tinggi, hipertensi juga berdampak pada mahal nya pengobatan dan perawatan yang harus ditanggung para penderita nya, bahkan berdampak pada kualitas hidup. hipertensi dapat diturunkan dari orangtua kepada anaknya. sekitar 40% kematian dibawah 65 tahun bermula dari tekanan darah tinggi penyakit ini sudah menjadi epidemi di zaman modern (Saraswati, 2012).

Komplikasi Hipertensi yang dapat ditimbulkan di antaranya kerusakan pada organ jantung, pembuluh darah otak, pembuluh darah parifer, ginjal dan retina pengendalian tekanan darah pada hipertensi sangat penting dalam mengurangi

resiko komplikasi. hipertensi merupakan tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik diatas 140 mmHg sedangkan diastoliknya diatas 90 mmHg. Usia lanjut dikatakan hipertensi apabila tekanan sistolik 160 mmHg dan diastolik 90 mmHg (jamaludin, 2015).

Ada beberapa factor yang mempengaruhi hipertensi :

a. Faktor Genetik

Adanya faktor genetik pada keluarga tertentu akan menyebabkan keluarga tersebut mempunyai faktor resiko menderita hipertensi. Individu dengan orang tua hipertensi mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada individu yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi.

b. Umur

Kepekaan terhadap hipertensi akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur seseorang. Individu yang berumur diatas 60 tahun, 50-60% mempunyai tekanan darah lebih besar atau sama dengan 140/90 mmHg. hal itu merupakan pengaruh degenerasi yang terjadi pada orang yang bertambah usianya.

c. Jenis kelamin

Setiap jenis kelamin memiliki struktur organ dan hormon yang berbeda. Demikian juga pada perempuan dan laki-laki.

Berkaitan dengan hipertensi, laki-laki mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi lebih awal.

d. Stres

Stres akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatetik. Adapun stres ini dapat berhubungan dengan pekerjaan, kelas sosial, ekonomi, dan karakteristik personal.

e. Kegemukan (obesitas)

Pada populasi yang tidak ada peningkatan berat badan seiring umur, tidak dijumpai peningkatan darah seiring umur. Yang sangat mempengaruhi tekanan darah adalah kegemukan pada tubuh bagian atas dengan peningkatan jumlah lemak pada bagian perut atau kegemukan terpusat (*obesitas sentral*).

f. Kurang olahraga

Dengan adanya kesibukan yang laur biasa, manusia pun merasa tidak punya waktu lagi untuk berolahraga. Akibatnya, kita menjadi kurang gerak dan kurang olahraga. Kondisi inilah yang memicu koleterol tinggi dan juga adanya tekanan darah yang menguat sehingga memunculkan hipertensi.

g. Kolesterol tinggi

Kandungan lemak yang berlebihan dalam darah dapat menyebabkan timbunan kolesterol pada dinding pembuluh darah. Hal ini dapat membuat pembuluh darah menyempit dan akibatnya tekanan darah akan meningkat. Sudah sangat layak kita harus mengendalikan kolesterol kita sedini mungkin. (Susilo dan Wulanda, 2011).

2.3.4 Pengobatan Hipertensi Secara Tradisional

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Penggunaan obat tradisional sebagai bagian dari pengobatan hipertensi semakin meningkat dalam dekade terakhir.

Hal ini disebabkan adanya beberapa faktor, terutama harga obat tradisional yang dianggap lebih murah dengan efek samping yang dianggap lebih sedikit.

Menurut Wijayakesuma, H. (1995) terdapat beberapa pengobatan tradisional untuk mengatasi hipertensi yang dapat dengan mudah dilakukan oleh masyarakat yaitu :

Cara 1

Bahan : Bawang putih 2 butir

Cara pemakaian : Dikunyah sampai halus, lalu Minum air hangat.

Lakukan 3x sehari

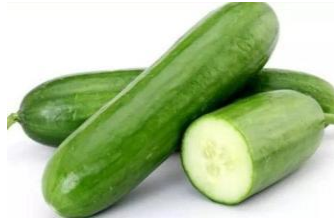


Gambar 1 Bawang Putih (*Allium sativum*)
Sumber : <https://www.car.co.id>

Cara 2

Bahan : Buah mentimun 2 buah.

Cara pemakaian : Mentimun diparut, lalu diperas, kemudian disaring lalu airnya diminum. Lakukan 2-3 kali/hari



Gambar 2 Mentimun (*Cucumis sativus*)
Sumber : www.jawapos.com

Cara 3

Bahan : Daun seledri utuh sebanyak 16 batang,

Cara pemakaian : Daun seledri dipotong kasar

lalu direbus dengan 2 gelas air sampai tersisa 1,5 gelas, lalu air dibagi untuk 2x minum dan seledrinya dimakan.



Gambar 3 Seledri (*Avium graveolens*)
Sumber : <https://manado.tribunnews.com/>

Menurut Pudiastuti, (2013) berikut ini terdapat beberapa terapi jus buah dan sayuran untuk Hipertensi yaitu :

Cara 4

Jus belimbing dan madu

Bahan : Belimbing 250 gr

Jeruk lemon yang sudah tua 2 buah

Sari jahe 300 ml

Dua sendok madu

Cara pembuatan : Belimbing di jus / diblender dan jeruk lemon diambil airnya atau diperas, kemudian sari jahe dan madu dicampurkan lalu diaduk hingga merata.

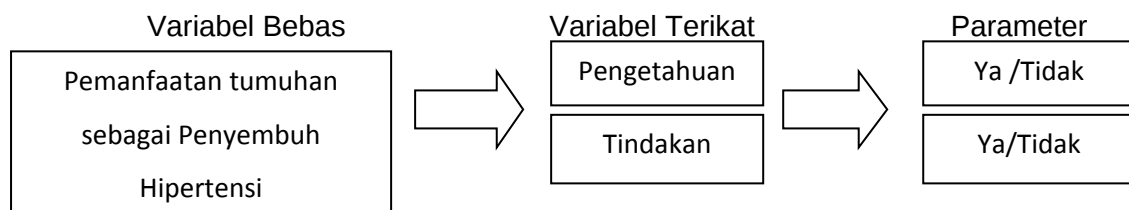
Cara pemakaian : Diminum setiap malam hari sebanyak 1 gelas



Gambar 4 Belimbing Manis (*Averrhoa carambola*)
Sumber : www.vemmedaily.com

2.2 Kerangka Konsep

Gambar Kerangka Konsep



2.3. Definisi Operasional

Untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini penulis ingin menentukan definisi operasional sebagai berikut :

1. Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui masyarakat gereja GKPS Nagaraja Kab.Serdang Bedagai dalam menanggulangi hipertensi.
2. Tindakan adalah perbuatan Masyarakat gereja GKPS Nagaraja Kab.Serdang Bedagai dalam menanggulangi hipertensi