

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan Hipertensi Pada Lansia

2.1.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari pengetahuan dan ini terjadi setelah seseorang merasakan suatu objek. Pendeteksian hal tersebut terjadi melalui indera manusia, yaitu indera pendengaran, penglihatan, penciuman, dan perabaan. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Berdasarkan beberapa pendapat sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan adalah segala sesuatu yang dilihat, diketahui, dipahami tentang suatu objek tertentu yang ditangkap melalui indera, yaitu indera pendengaran, penglihatan, penciuman, dan perabaan (Notoadmodjo, 2014). Pengetahuan erat kaitannya dengan pendidikan, dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan yang tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Namun perlu ditegaskan bahwa seseorang yang berpendidikan rendah bukan berarti berpengetahuan rendah sepenuhnya (Sidik & Sari, 2023).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2014) secara umum tingkatan pengetahuan ada 6, yaitu:

2.1.2.1 Tahu (*know*)

Mengingat sesuatu yang telah dipelajari sebelumnya disebut "tahu". Termasuk dalam tingkat pengetahuan ini adalah mengingat kembali (*recall*) suatu hal tertentu serta seluruh materi atau stimulus yang telah dipelajari. Oleh karena itu, tingkat pengetahuan paling rendah adalah "tahu". kata kerja untuk mengukur pengetahuan orang tentang pelajaran, seperti menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, dan menyatakan, dan lainnya.

2.1.2.2 Memahami (*comprehension*)

Memahami adalah kemampuan untuk menjelaskan dan menginterpretasikan objek yang diketahui dengan benar. Orang yang memahami sesuatu dapat terus

menjelaskan, menggunakan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya tentang apa yang mereka pelajari.

2.1.2.3 Aplikasi (*application*)

Kemampuan untuk menerapkan pengetahuan yang telah dipelajari dalam situasi atau kondisi nyata disebut aplikasi. Aplikasi dalam konteks ini dapat mencakup penerapan atau penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang berbeda.

2.1.2.4 Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk membagi materi atau sesuatu ke dalam komponen-komponen yang tetap terhubung satu sama lain dan tetap berada di dalam struktur organisasi.

2.1.2.5 Sintesis (*synthesis*)

Kemampuan untuk menerapkan atau menghubungkan bagian-bagian ke dalam struktur yang baru disebut sintesis. Dengan kata lain, sintesis adalah kemampuan untuk membuat formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

2.1.2.6 Evaluasi (*evaluation*)

ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penelitian terhadap suatu materi atau objek.

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pengalaman, tingkat pendidikan, kepercayaan, ruang, pendapatan dan sosial budaya. Pertama, pengalaman: Pengalaman yang diterima seseorang bisa berasal dari pengalaman pribadi maupun pengalaman orang lain. Pengalaman terkadang sering dikaitkan dengan umur seseorang, meskipun demikian umur tidak sepenuhnya mempengaruhi pengalaman seseorang. Kedua, Pendidikan: Faktor pendidikan memberi seseorang pengetahuan baru, pada umumnya masyarakat yang berpendidikan mempunyai pengetahuan dan pemahaman yang lebih luas dibandingkan dengan masyarakat yang kurang berpendidikan. Ketiga, Keyakinan: Keyakinan dapat diwariskan, terkadang tanpa bukti sebelumnya, yang dapat mempengaruhi tingkat pendidikan seseorang, baik keyakinan positif maupun negatif. Keempat, ruang: ruang dapat menjadi sumber

informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Misalnya saja radio, buku, televisi, surat kabar dan sebagainya. Pendapatan seseorang tidak secara langsung mempengaruhi tingkat pengetahuannya. Kelima, Pendapatan/Ekonomi: Pendapatan yang diperoleh secara tidak langsung memungkinkan seseorang memperoleh peluang untuk menambah ilmu pengetahuan. Keenam, sosial budaya: budaya dan adat istiadat setempat dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, pemahaman dan sikap seseorang terhadap suatu hal (M. Siregar Hutagalung, 2019).

2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan

Ada 2 cara yang dapat dilakukan untuk mendapatkan pengetahuan yaitu:

2.1.4.1 Cara Tradisional

Suatu metode yang biasa digunakan orang sebelum ditemukannya metode ilmiah. Orang-orang menggunakan metode ini pada zaman dahulu untuk memecahkan masalah, termasuk menemukan teori atau pengetahuan baru. Metode-metode tersebut adalah: Cara coba salah (*trial and error*), kebetulan, kekuatan atau otoritas, pengalaman pribadi, akal sehat, kebenaran melalui wahyu, kebenaran intuitif, pemikiran, induksi dan penalaran.

2.1.4.2 Cara Modern

Metode ilmiah ini diterapkan melalui metode yang sistematis, logis dan ilmiah dalam bentuk metode penelitian. Penelitian terlebih dahulu dilakukan secara eksperimental untuk memastikan instrumen yang digunakan valid dan reliabel serta temuan penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi umum. Kebenaran atau ilmu yang didapat memang bisa dijelaskan karena telah melalui serangkaian proses ilmiah (Dr Wawan Kurniawan & Aat Agustini, n.d.).

2.1.5 Kriteria Tingkat Pengetahuan

Dalam penelitian pengetahuan terdapat kriteria tingkatan pengetahuan yang di bagi menjadi tiga (I Ketut Swarjana, 2022) yaitu:

2.1.5.1 Baik: Presentase Pengetahuan 80-100%

2.1.5.2 Cukup: Presentase Pengetahuan 60-79%

2.1.5.3 Kurang; Presentase Pengetahuan < 60%

2.1.6 Alat Ukur Pengetahuan

Salah satu cara untuk mengukur pengetahuan adalah melalui kuesioner atau wawancara. Peneliti ingin mengukur tingkat pengetahuan atau tingkat pengetahuan yang mereka ketahui dengan menggunakan indikator pengertian, tanda dan gejala, faktor yang mempengaruhi hipertensi dan komplikasi melalui kuesioner, dengan menyatakan terkait dengan isi pengetahuan yang akan diteliti oleh peneliti tentang hipertensi pada lansia. Kenapa peneliti hanya mengambil tingkatan tahu karena tingkatan paling rendah dan seseorang mungkin dapat lebih mudah untuk memahami tentang dasar-dasar yang di sampaikan. Pengukuran ini dilakukan menggunakan skala Guttman yang bersifat kuantitatif.

2.2 Sikap Hipertensi Terhadap Lansia

2.2.1 Definisi Sikap

Sikap adalah kemauan atau kesediaan untuk bertindak, bukan realisasi suatu motif. Sikap belum merupakan tindakan atau perbuatan, melainkan kecenderungan terhadap aktivitas dan perilaku manusia. Peran penting dalam menentukan sikap yang sempurna dapat dilihat pada pengetahuan, pikiran, keimanan dan perasaan seseorang (Sunandar wati et al., 2023). Suatu sikap mengungkapkan perasaan emosional seseorang, baik positif maupun negatif, dalam bentuk dukungan. Dalam penelitian ini, sikap dapat digambarkan sebagai kecenderungan subjek untuk memberikan tanggapan positif atau negatif terhadap subjek. (Pitoy et al., 2021). Sikap juga merupakan respon tertutup seseorang terhadap rangsangan atau objek tertentu, yang sudah mengandung pendapat dan faktor emosional yang relevan dengan senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik dan lainnya (Notoadmodjo, 2014).

2.2.2 Tingkat Sikap

Menurut Notoatmodjo (2014) sikap mempunyai tingkatan antara lain:

2.2.2.1 Menerima (*receiving*)

Menerima merupakan ketika orang (subjek) telah siap dan memperhatikan stimulus (objek) yang diberikan.

2.2.2.2 Menanggapi (*responding*)

Menanggapi dapat memberikan jawaban ketika ditanya, saat bekerja dan juga menjalankan tugas yang diberikan.

2.2.2.3 Menghargai (*valuing*)

Menghargai merupakan seseorang (subjek) yang memberikan nilai yang positif terhadap stimulus dan objek tertentu.

2.2.2.4 Bertanggung Jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab dapat di artikan segala sesuatu yang telah di pilih berdasarkan keyakinan dan harus berani mengambil resiko.

2.2.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Menurut Azwar (2022) ada beberapa faktor yang mempengaruhi sikap yaitu:

2.2.3.1 Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadi dapat meninggalkan bekas yang mendalam pada pembentukan sikap. Memiliki pengalaman pribadi ini dapat memudahkan dalam mengembangkan sikap dan beradaptasi dengan situasi dengan faktor emosional.

2.2.3.2 Pengaruh Orang Lain Yang Dianggap Penting

Pada umumnya individu mempunyai sikap tunduk atau sikap yang sesuai dengan sikap orang yang dianggapnya penting. Hal ini dilatarbelakangi oleh keinginan untuk menjadi bagian dari orang-orang penting dan menghindari konflik.

2.2.3.3 Pengaruh Kebudayaan

Kebudayaan secara tidak sadar telah mempengaruhi sikap kita terhadap berbagai hal. Budaya telah mempengaruhi sikap anggota masyarakat karena budaya memberikan model pengalaman individu kepada orang-orang yang dilayaninya.

2.2.3.4 Media Massa

Berbeda sumber berita, surat kabar, radio dan sarana komunikasi lainnya, berita yang dimaksudkan untuk mengubah kenyataan sebagian besar dipengaruhi oleh sikap individu.

2.2.3.5 Lembaga Pendidikan dan Keagamaan

Nilai dan ajaran lembaga pendidikan dan keagamaan mempengaruhi sikap, terutama yang ditentukan oleh sistem kepercayaan.

2.2.3.6 Faktor Emosional

Terkadang suatu sikap berbentuk ekspresi emosional yang bertindak sebagai saluran frustrasi dan gangguan bagi mekanisme pertahanan ego.

2.2.4 Sifat Sikap

Sifat sikap dibagi menjadi 2 bersikap positif dan bersifat negatif yaitu:

2.2.4.1 Sifat Positif

Sifat positif kecenderungan tindakan merupakan pendekatan, menyukai, menginginkan objek tertentu.

2.2.4.2 Sifat Negatif

Sifat negatif antara lain kecenderungan menjauh, menghindar, membenci, atau tidak menyukai objek tertentu (Mustayah, Kasiati, 2022).

2.2.5 Kriteria Tingkat Sikap

Menurut Sugiyono (2016) kategori pengukuran sikap pada 3 yaitu:

2.2.5.1 Baik : 80-100%

2.2.5.2 Cukup : 60-79%

2.2.5.3 Kurang : <60%

2.2.6 Alat Ukur Sikap

Menurut Sugiyono (2014), berbagai skala dapat digunakan dalam penelitian sikap, misalnya skala likert (Zulmiyetri, Nurhastuti, 2019). *Skala Likert* mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap fenomena sosial. Masing-masing instrumen berjenis *skala likert* mempunyai respon dalam skala

sangat positif hingga sangat negatif dalam bentuk kata-kata, antara lain: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Penelitian membuat kuesioner sikap berdasarkan tingkat sikap yaitu, menerima, menanggapi, menghargai, dan bertanggung jawab.

2.3 Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia

2.3.1 Definisi Perilaku

Menurut Notoatmodjo (2014) perilaku adalah reaksi atau respons seseorang terhadap suatu rangsangan (stimulus) dari luar. Perilaku itu berasal dari kata “peri” dan “laku”. Peri yang mempunyai arti cara. Tindakan dan tingkah laku berarti perbuatan, tingkah laku, cara bertindak. Belajar adalah sebagai proses dimana suatu organisasi dapat mengubah perilakunya sebagai hasil dari pengalaman. Skinner dapat membedakan perilaku menjadi dua bagian, yaitu tingkah laku alamiah (*innate behavior*), yaitu tingkah laku yang terjadi sejak organisme dilahirkan dalam bentuk refleks dan naluri. Perilaku operan (*operant behaviour*) adalah perilaku yang berkembang selama pembelajaran. Pada manusia, perilaku operan atau psikologis mendominasi. Sebagian besar perilaku ini merupakan perilaku yang dikembangkan, perilaku yang dapat diperoleh, perilaku yang dapat dikendalikan oleh pusat kesadaran (secara kognitif) (Irwan, 2018).

2.3.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku

Ada tiga faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan individu dan masyarakat, yaitu:

2.3.2.1 Faktor Pemudah (*predisposing factor*)

Faktor yang memudahkan seseorang berperilaku. Faktor sederhana dalam penelitian ini adalah: pengetahuan, sikap, pekerjaan, pendidikan, pendapatan, budaya.

2.3.2.2 Faktor Pemungkin (*enabling factor*)

Faktor yang mengaktifkan atau memfasilitasi perilaku atau kegiatan, yaitu sarana dan prasarana atau sarana perilaku kesehatan seperti puskesmas, posyandu, rumah sakit, tempat pembuangan sampah, tempat olahraga, makanan bergizi, uang dan sebagainya.

2.3.2.3 Faktor Penguat (*reinforcing factor*)

Faktor yang memperkuat terjadinya perilaku yang kadang-kadang seseorang tahu dan mampu berperilaku sehat tetapi tidak melakukannya, misalnya; ada anjuran dari orang tua, guru, sahabat dan sebagainya (Muslimin, 2019).

2.3.3 Menurut Notoadmodjo (2014), berdasarkan konsep teori S-O-R dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu:

2.3.3.1 Perilaku Tertutup (*convert behaviour*)

Terjadi ketika orang lain (di luar) tidak dapat melihat dengan jelas respons terhadap suatu stimulus. Respon manusia masih terbatas berupa perhatian, perasaan, persepsi dan sikap terhadap stimulus tersebut. Bentuk perilaku yang *unobservabel* atau perilaku *convert behaviour*; bila reaksinya terjadi pada diri sendiri dan sulit diperhatikan dari luar (orang lain), disebut pengetahuan dan sikap.

2.3.3.2 Perilaku Terbuka (*overt behaviour*)

Bila responnya berupa tindakan yang dapat diamati dari luar (orang lain), disebut praktik yang diamati secara eksternal oleh orang lain, atau perilaku yang dapat diamati.

2.3.4 Bentuk Perubahan Perilaku

Menurut Notoatmodjo (2017) dalam (Maklassa, 2023) bentuk perubahan perilaku ada 3 yaitu:

2.3.4.1 Perubahan Alamiah (*natural change*).

Perubahan tingkah laku manusia pasti terjadi dari waktu ke waktu dan perubahan tersebut disebabkan oleh peristiwa alamiah.

2.3.4.2 Perubahan Terencana (*planned change*)

Perubahan yang disengaja tersebut disebabkan oleh rancangan subjek itu sendiri, yang mengubah perilakunya sendiri.

2.3.4.3 Kesiapan Untuk Berubah (*Readiness to Change*)

Ketika ada inovasi atau program pembangunan di masyarakat, seringkali terjadi bahwa sasarannya menerima inovasi atau perubahan tersebut (*behavior change*) dan sebagian masyarakat sangat lambat dalam mengadopsi inovasi atau perubahan tersebut.

2.3.5 Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi

Penatalaksanaan hipertensi melibatkan serangkaian perilaku dan tindakan yang bertujuan untuk mengendalikan tekanan darah dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang. Hipertensi dapat dikontrol hingga mencapai nilai normal dan stabil. Penatalaksanaan hipertensi yang baik dapat membantu mencegah atau menunda gangguan kesehatan akibat hipertensi. Menjalani pola hidup sehat dapat menurunkan tekanan darah, dan umumnya dapat menurunkan risiko masalah kardiovaskular. Perilaku yang pertama yang harus dilakukan adalah tentang mengubah pola hidup (PERHI, 2021).

Ada beberapa penatalaksanaan hipertensi yaitu:

2.3.5.1 Mengurangi Asupan Garam

Mengonsumsi garam berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah dan prevalensi hipertensi. Terkadang banyak yang tidak menyadari kandungan garam terdapat pada makanan seperti cepat saji, makanan kaleng, olahan daging dan yang lainnya. Oleh karena itu penderita hipertensi dapat melakukan diet rendah garam sebaiknya tidak lebih dari 2 gram /hari.

2.3.5.2 Mengubah Pola Makan

Pada penderita hipertensi disarankan untuk mengonsumsi makanan yang seimbang seperti sayuran, buah-buahan, makanan yang mengandung rendah lemak seperti ikan yang di anjurkan yang dapat mengontrol tekanan darah.

2.3.5.3 Penurunan Berat Badan dan Menjaga Berat Badan Ideal

Pengendalian berat badan bertujuan untuk mencegah obesitas. Mengganti makanan yang tidak sehat dengan perbanyak asupan seperti buah-buahan, sayuran dapat memberikan manfaat lebih selain penurunan tekanan darah, seperti dapat menghindari diabetes dan dislipidemia.

2.3.5.4 Olahraga Teratur

Olahraga yang teratur dilakukan selama 30-60 menit/hari minimal 3 hari dalam 1 minggu dapat menurunkan tekanan darah. Penderita hipertensi dapat melakukan olahraga seperti senam aerobik, jalan kaki, mengendarai sepeda, atau dapat menaiki tangga dalam aktifitas rutin di tempat kerjanya.

2.3.6 Kriteria Tingkat Perilaku

Menurut Sugiyono (2016) kategori pengukuran perilaku ada 3 yaitu:

2.3.6.1 Baik: 80-100%

2.3.6.2 Cukup: 60-79%

2.3.6.3 Kurang: <60%

2.3.7 Alat Ukur Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi

Menurut Notoatmodjo (2012), instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dalam beberapa bentuk yang berbeda, seperti angket, formulir, observasi dan bentuk lain yang berkaitan dengan pencatatan data, dan lain-lain. Ada berbagai cara untuk mengukur variabel perilaku, seperti memberikan pertanyaan, *list* pertanyaan, atau kuesioner dengan pilihan jawaban seperti: selalu (S), sering (S), kadang-kadang (KD), tidak pernah (TP) (I Ketut Swarjana, 2022). Penelitian membuat kuesioner perilaku berdasarkan mengurangi asupan garam, mengubah pola makan, penurunan berat badan dan menjaga berat badan ideal, olahraga teratur, dan berhenti merokok.

2.4 Hipertensi

2.4.1 Pengertian Hipertensi

Hipertensi adalah penyakit yang sangat berbahaya yang harus diwaspadai oleh semua orang. Ini karena hipertensi dapat menyerang setiap orang tanpa gejala. Secara umum, hipertensi adalah ketika tekanan darah sistolik tubuh lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Penderita hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala apa pun. Namun, beberapa keluhan tidak spesifik termasuk sakit kepala dan pusing, jantung berdebar-debar, rasa sakit di dada, gelisah, penglihatan kabur, dan kelelahan (Kemenkes RI, 2021).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab kematian utama di seluruh dunia dan berisiko terhadap penyakit seperti serangan jantung, stroke, diabetes, dan penyakit ginjal. Oleh karena itu, tekanan

darah tinggi disebut sebagai “*silent killer*”. Hal ini dikarenakan hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala dan penderita hipertensi seringkali tidak menyadari bahwa dirinya mengidap penyakit darah tinggi dan baru menyadarinya setelah terjadi komplikasi (WHO, 2018) dalam (Destria, 2023).

2.4.2 Klasifikasi Hipertensi

2.4.2.1 Klasifikasi hipertensi berdasarkan *European Society of Hipertension* (ESH, 2013) dalam (Anggun Hari Kusuma, et.,al, 2021) di definisikan bila tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg dengan rincian

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan ESH

Kategori	TDS (mmHg)	TDD (mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	120-129	80-84
Normal Tinggi	130-139	85-89
Hipertensi Tingkat 1	140-159	90-99
Hipertensi Tingkat 2	160-179	100-109
Hioertensi Tingakat 3	≥ 180	≥ 110
Sub grub-perbatasan	≥ 140	≥ 90

2.4.2.2 Klasifikasi hipertensi berdasarkan *World Health Organization* atau *International Society of Hipertension* (WHO/ISH, 2003) dalam (Iskandar Junaidi, 2019) mirip dengan ESH namun terdapat tambahan kategori hipertensi perbatasan (*borderline*)

Tabel 2.2 Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan ISH

Kategori	TDS (mmHg)	TDD (mmHg)
Optimal	<120	< 80
Normal	<130	< 85
Normal Tinggi	130-159	85-89
Hipertensi Derajat 1	140-149	90-99
Sub group: perbatasan	140-149	90-94
Hipertensi Derajat 2	160-179	100-109
Hipertensi Derajat 3	≥ 180	≥ 110
Hipertensi Sistolik Isolasi	≥ 140	< 90
Subgoup: perbatasan	140-149	< 90

2.4.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi

Hipertensi disebabkan oleh berbagai faktor yang sangat mempengaruhi satu sama lain. Kondisi tiap orang tidak sama sehingga faktor penyebab tekanan darah pun berbeda-beda. Ada dua faktor risiko yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi yaitu faktor yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikendalikan. Faktor yang tidak dapat dikendalikan: Faktor genetik adanya faktor genetik pada keluarga tertentu dapat meningkatkan risiko suatu keluarga terkena hipertensi. Seseorang yang orang tuanya memiliki tekanan darah tinggi mempunyai kemungkinan dua kali lebih besar untuk terkena hipertensi dibandingkan seseorang yang tidak memiliki anggota keluarga yang menderita hipertensi. Umur kerentanan terhadap hipertensi akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur seseorang. Seseorang 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.

Faktor yang dapat dikendalikan. Kegemukan (obesitas) juga menjadi salah satu faktor penyebab beberapa penyakit serius, salah satunya adalah hipertensi. Studi epidemiologi menunjukkan adanya hubungan antara berat badan dan tekanan darah baik pada pasien hipertensi maupun normotensi. Yang sangat mempengaruhi tekanan darah adalah obesitas tubuh bagian atas dan peningkatan lemak perut atau obesitas bagian tengah tubuh. Pola Makan Salah satu hal yang dapat meningkatkan risiko hipertensi adalah asupan natrium. Asupan garam yang tinggi menyebabkan pelepasan hormon natriuretik secara berlebihan sehingga secara tidak langsung meningkatkan tekanan darah. Konsumsi garam dapat menyebabkan perubahan tekanan darah yang nyata, yaitu lebih dari 14 gram per hari atau lebih dari dua sendok makan. Merokok dan konsumsi alkohol, nikotin pada rokok sangat berbahaya bagi kesehatan. Nikotin dapat menyebabkan pengapuran dinding pembuluh darah. Menurut penelitian terbaru, merokok merupakan faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi. Dan konsumsi alkohol berlebihan juga bisa menyebabkan peningkatan tekanan darah. Stres hubungan antara stres dan hipertensi diperkirakan dimediasi oleh aktivitas saraf simpatis. Saraf simpatis

merupakan saraf yang bekerja pada saat beraktivitas. Peningkatan aktivitas saraf simpatis secara berkala (tidak teratur) dapat meningkatkan tekanan darah. Stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi terus-menerus. Kurang olah raga ketika jadwal sangat padat, seseorang merasa tidak punya waktu untuk olahraga. Akibatnya, kita menjadi tidak aktif dan kurang bergerak. Kondisi ini menyebabkan kolesterol tinggi dan tekanan darah terus meningkat sehingga menyebabkan hipertensi (Putri Dafriani, 2019).

2.4.4 Komplikasi Hipertensi

Menurut Muzahim (2014) dalam pada studi cross sectional terdapat 275 lansia hipertensi yang mendapatkan beberapa hasil kerusakan yang terjadi pada organ akibat penyakit hipertensi bahwa kesakitan pada organ tersebut yaitu: cerebrovascular (CVA), penyakit jantung koroner, hipertropi ventrikel kiri, aritmia, disfungsi sistolik ventrikel kiri, disfungsi diastolik ventrikel kiri, retinopati, nefropati, oklusi vena retinal pusat.

2.5 Konsep Lansia

2.5.1 Definisi Lansia

Lanjut Usia, adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih. Setiap makhluk hidup mengalami semua proses yang disebut penuaan atau penuaan. Penuaan bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu proses yang lambat laun menimbulkan perubahan kumulatif, dimana daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh menurun. Banyak seniornya yang masih produktif dan mampu bermain. berperan aktif dalam kehidupan bermasyarakat dan berbangsa. Peningkatan kesejahteraan sosial lanjut usia pada dasarnya adalah pelestarian nilai-nilai agama dan budaya bangsa. Menua atau menua merupakan suatu kondisi yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Penuaan merupakan proses seumur hidup yang tidak hanya dimulai pada waktu tertentu, melainkan dimulai pada awal tahun kehidupan. Penuaan merupakan suatu proses alamiah, artinya seseorang telah melewati tiga tahapan kehidupan yaitu masa kanak-kanak, masa dewasa dan masa tua (Nugroho, 2008).

2.5.2 Batasan Lanjut Usia

Menurut WHO Batasan lanjut usia ada empat tahap, yaitu: masa pertengahan (*middle age*) usia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) usia 60-74 tahun, lanjut usia (*old*) 75-90 tahun dan masa sangat tua (*very old*) > 90 (Mia Fatma Ekasari, Ni Made Riasmini, 2018).

2.5.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Lansia

Faktor-faktor yang mempengaruhi proses penuaan antara lain faktor keturunan, genetika, pola makan atau makanan, kesehatan fisik dan mental, lingkungan pengalaman hidup, stres, kepribadian, dan filosofi hidup seseorang. Faktor-faktor yang mempengaruhi penuaan manusia tidak sama pada setiap orang, sehingga status kesehatan dan penyakit pada lansia berbeda-beda. Hal ini dapat dibedakan berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan status sosial ekonomi lansia (Mia Fatma Ekasari, Ni Made Riasmini, 2018).

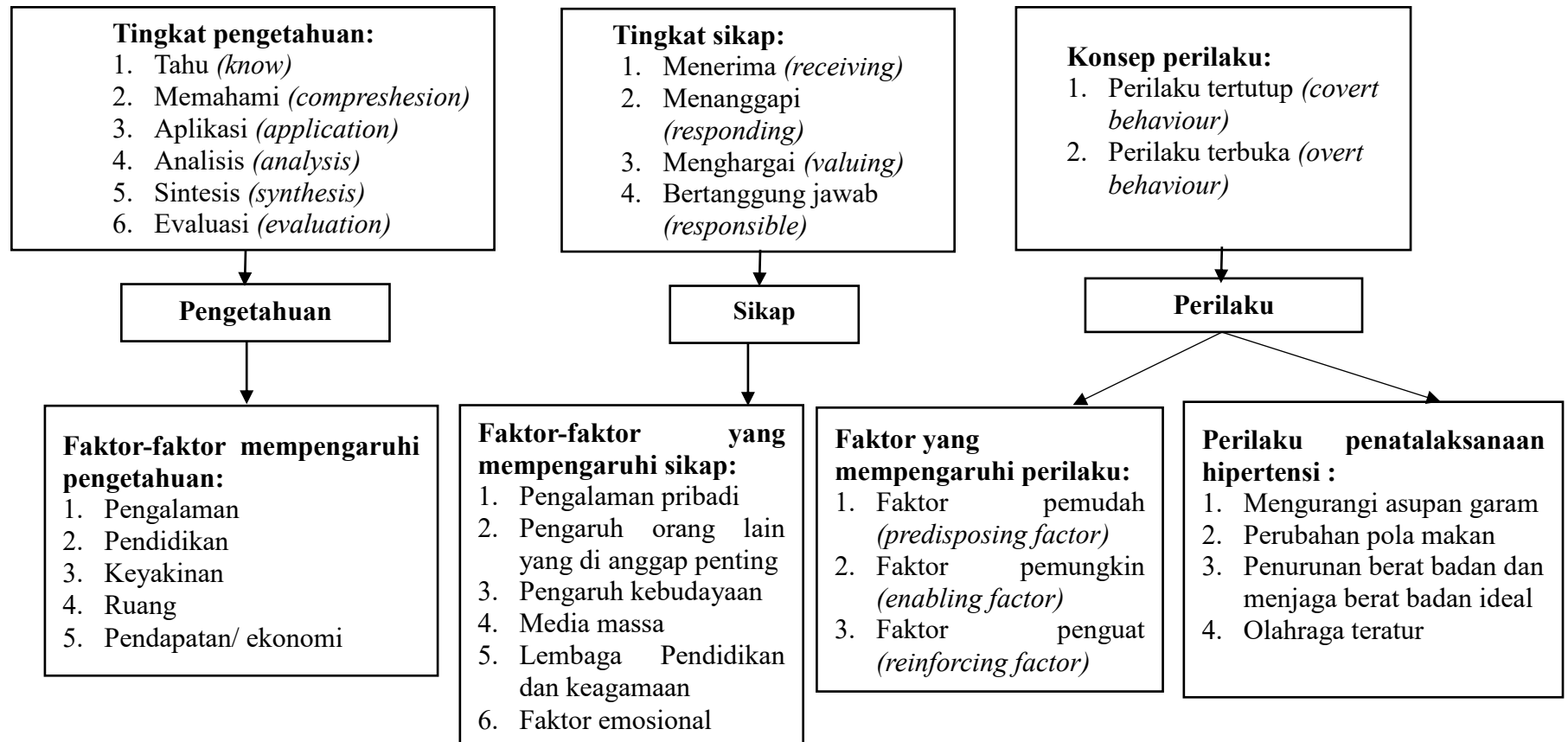
2.5.4 Ciri-ciri Lansia

Ciri-ciri lansia terbagi menjadi 4 menurut Kholifah (2016) dalam (Yuldensia Avelina, Whilemus Nong Baba, 2021) yaitu: lansia merupakan periode kemunduran, lansia memiliki status kelompok, Menua membutuhkan perubahan peran, penyesuaian yang buruk pada lansia

2.5.5 Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia

Masalah fisik, kognitif (intelektual), masalah emosional, dan masalah spiritual (Yuldensia Avelina, Whilemus Nong Baba, 2021).

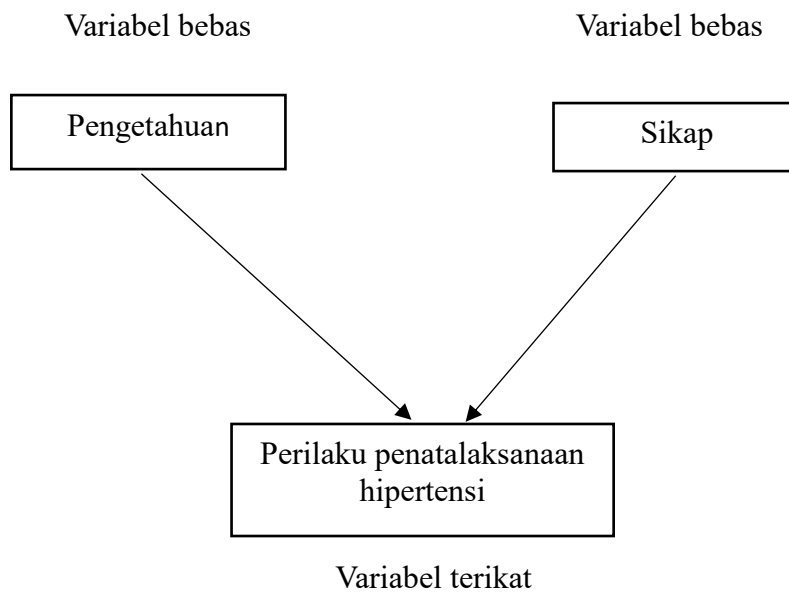
2.6 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : Notoatmodjo (2014), M. Siregar Hutagalung (2019), Azwar (2022), Muslimin (2019), Yunita Indah Prasetyaningrum (2014), (PERHI, 2021).

2.7 Kerangka Konsep



Keterangan :

→ : Yang berhubungan

□ : Variabel yang diteliti

Gambar 2.2 Kerangka Konsep

2.8 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban yang diharapkan atau diperkirakan terhadap suatu masalah penelitian dan jawaban itu harus di uji. Berasal dari hipotesis atau rangkuman dari kerangka teori atau pengertian dari suatu teori (Nursalam, 2017).

Ha : Ada hubungan pengetahuan, sikap dengan perilaku penatalaksanaan hipertensi pada lansia di desa dukuhjati wetan.

Ho : Tidak ada hubungan, sikap dengan perilaku penatalaksanaan hipertensi pada lansia di desa dukuhjati wetan