

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan Hipertensi

2.1.1 Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari suatu kegiatan yang melibatkan pemahaman sesuatu yang terkait dengan suatu obyek (bisa berupa konsep atau wawasan yang di alami subyek). Berdasarkan pemahaman manusia menyatakan bahwa latihan pemahaman menghasilkan kekayaan mental yang tercermin dalam pikiran dan hati manusia. Selanjutnya, pengetahuan yang dikumpulkan masing-masing individu dikumpulkan dan dikomunikasikan dalam kehidupan sosial, baik melalui kegiatan maupun bahasa. Dengan cara ini, orang-orang secara bertahap akan belajar lebih banyak tentang satu sama lain. Pengetahuan manusia dapat diungkapkan bukan hanya dalam benak dan hati setiap orang, tetapi juga dalam bentuk karya tulis seperti buku, kaset, disket, dan pengalaman hidup yang diwariskan dari generasi ke generasi (Nuryamin et al., 2021).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan Dipengaruhi Oleh Beberapa Faktor Yang Pertama Yaitu,

2.1.2.1 Usia

Usia merupakan faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang karena semakin bertambahnya usia, terutama usia lanjut (Lansia), akan mengalami penurunan kemampuan menerima dan mengingat, yang dapat menghambat Lansia dalam mengingat dan memahami informasi. Seiring bertambahnya usia, terjadi proses kemunduran kognitif dan intelegensi, yang menyebabkan penurunan kemampuan untuk menerima dan mengingat (Rusdianah, 2017).

2.1.2.2 Pendidikan

Tingkat pendidikan tertinggi di Desa ini adalah SD, dengan 61 orang lansia (89,7%). Tingkat pendidikan Lansia ini masih rendah, yang dapat disebabkan oleh faktor ekonomi dan lingkungan, serta fakta bahwa mayoritas lansia pada zaman

dahulu belum memprioritaskan pendidikan. Tingkat pendidikan Lansia juga berpengaruh terhadap pengetahuan Lansia itu sendiri, karena sebagian besar lansia dengan tingkat pendidikan yang rendah cenderung memiliki pengetahuan yang lebih rendah. Namun, hal ini bukan satu-satunya alasan mengapa

2.1.2.3 Pekerjaan

Dalam penelitian ini, pekerjaan Lansia terbanyak di Dusun Ngablak adalah sebagai petani, yang mencakup 34 orang, atau 50,0% dari populasi lansia. Ini dapat berdampak pada pengetahuan lansia karena mereka banyak menghabiskan waktu di sawah dan di rumah; lansia yang bekerja sebagai petani dan IRT hanya mendapatkan informasi dari puskesmas, bidan desa, dan kader melalui toa masjid. Menurut (Merani et al., 2021) Pekerjaan juga mempengaruhi pengetahuan, apabila Seseorang yang mempunyai banyak sumber informasi dari pekerjaannya seseorang tersebut akan memperoleh pengetahuan yang lebih banyak dan lebih luas. Notoatmodjo dalam (Rapa, 2019)

2.1.3 Hipertensi

Hipertensi adalah kemampuan individu untuk memahami ketika dirinya mengalami gejala hipertensi, yang meliputi pengertian tekanan darah tinggi persisten dengan tekanan sistolik 140 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg. Pada masyarakat lanjut (manula), hipertensi di artikan sebagai tekanan darah yang berada pada taraf normal, serta tekanan diastolik 90 mmHg dan tekanan sistolik 160 mmHg. Tidak normalnya kondisi ini dapat menyebabkan masalah pada beberapa organ. Pengetahuan tentang hipertensi akan memengaruhi tindakan yang dilakukan pasien, yang akan berdampak pada kebiasaan dan kesehatan terhadap lansia. Salah satu contohnya adalah ketika orang dengan hipertensi makan makanan yang tidak sehat atau daging-dagingan. Kedua makanan ini dapat meningkatkan tekanan darah dan menghambat pertumbuhan darah, yang mengganggu berbagai organ seperti jantung dan ginjal. Akibatnya, organ-organ ini tidak dapat mengalirkan darah ke seluruh tubuh, yang bahkan dapat menyebabkan kematian. Akibatnya, pengalaman ini digunakan sebagai sumber pengetahuan untuk membantu pengasuh memahaminya

dengan lebih baik sehingga hipertensi dan komplikasinya dapat dikurangi dan tidak berkembang menjadi komplikasi lainnya (Annida et al., 2023).

Faktor risiko hipertensi dapat dibagi menjadi dua kategori: yang dapat diatur dan tidak dapat diatur. Jenis kelamin, usia, dan riwayat keturunan adalah beberapa penyebab hipertensi yang tidak dapat diatur atau tidak dapat dikontrol. Faktor risiko hipertensi yang dapat dikontrol juga termasuk aktivitas fisik, merokok, alkohol, dan pola tidur yang tidak alami, serta faktor lain yang mencakup pola kebiasaan gaya hidup, seperti kelebihan berat badan atau obesitas. Hipertensi yang tidak terkontrol meningkatkan kematian dan menyebabkan masalah atau komplikasi pada beberapa organ vital, seperti jantung, yang menyebabkan jantung koroner, dan gagal jantung kongestif. Stroke dapat terjadi pada otak. Berpotensi menyebabkan gagal ginjal kronis pada ginjal. Kebiasaan dan gaya hidup seseorang sangat berpengaruh terhadap hipertensi mereka. Hipertensi juga sering dikaitkan dengan penyakit yang dapat fatal. Hal ini disebabkan oleh penderita yang seringkali tidak mengenali atau mengakui bahwa dirinya mengidap hipertensi (Fitria et al., 2022).

Faktor risiko komplikasi retinopati pada pasien hipertensi meliputi sejumlah penyakit, seperti kadar gula darah yang tidak terkontrol dengan baik, meningkatnya kadar diabetes, hipertensi, riwayat merokok dan kolesterol tinggi. Selain itu, faktor risiko tambahan seperti genetika, berat badan abnormal atau obesitas, dan kontrol tubuh yang buruk terhadap faktor risiko seperti diabetes meningkatkan kemungkinan seseorang dengan hipertensi mengalami retinopati terkait hipertensi, yang merupakan komplikasi serius yang dapat mengganggu penglihatan (May et al., 2023).

Hipertensi memiliki dua kategori tanda dan gejala: tanpa gejala atau tidak ada sama sekali. Kecuali dokter melakukan pemeriksaan tekanan darah arteri, hal ini tidak ada hubungannya dengan tekanan darah yang lebih tinggi. Ini menunjukkan bahwa tekanan darah yang tidak teratur tidak dapat didiagnosis sebagai hipertensi arteri. Jantung berdebar-debar, rasa sakit di dada, rasa tidak nyaman, penglihatan kabur

sesaat, dan kelelahan disertai nyeri kepala adalah gejala hipertensi yang paling umum. Selain itu, benar bahwa ini mencerminkan karakteristik pasien yang sedang mencari bantuan medis. Terkadang, tekanan darah tinggi dikombinasikan dengan gejala lain. Namun, tanda-tanda seperti pendarahan di mata dan subkonjungtiva biasanya akibat kerusakan saraf optik yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol, dan tidak selalu dikaitkan dengan tekanan darah tinggi (Maulana, 2022).

Penatalaksanaan hipertensi adalah upaya untuk mengurangi risiko naiknya tekanan darah dan pengobatannya. Ini mencakup diagnosis hipertensi, intervensi gaya hidup, upaya farmakologi, kepatuhan minum obat, dan sistem rujukan dan rujukan balik. Penatalaksanaan strategi juga mencakup sumber daya manusia, sarana dan prasarana, metode, dan sumber daya. Pemeriksaan fisik pasien harus lebih menyeluruh dari biasanya untuk mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) pasien dan menentukan apakah pasien sehat (Wardana et al., 2020).

Upaya pencegahan dan penanggulangan hipertensi dapat dilakukan melalui pendidikan karena pendidikan diperlukan untuk memperoleh informasi yang dapat meningkatkan kesehatan dan taraf hidup. Pasien yang mengetahui tentang hipertensi, termasuk gejalanya, perubahan, dan pengobatannya, dapat lebih mengendalikan diri dan lebih bersemangat untuk mengikuti pengobatan yang diberikan. Obat antihipertensi menurunkan tekanan darah dan meningkatkan daya tahan terhadap berbagai komplikasi yang mungkin timbul, yang membuat sepatuhan ini sangat penting dalam pengobatan penyakit kronis seperti hipertensi. Untuk memberikan pengendalian tekanan darah yang efektif pada pasien, penting untuk memahami hipertensi dan cara melakukan pengobatan yang tepat (Hernanda et al., 2024).

Beberapa organ tubuh, seperti arteri, ginjal, mata, jantung, dan otak, dapat terpengaruh oleh komplikasi hipertensi, termasuk stroke. Akibatnya, kualitas hidup penderitanya menurun, dan kemungkinan terburuk adalah kematian akibat

komplikasi hipertensinya. Hipertensi juga disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan, yang lebih penting lagi, stres, kemungkinan peningkatan tekanan darah karena gangguan neurologis. Kondisi ginjal kronik dapat disebabkan oleh kerusakan progresif akibat tekanan tinggi pada kapiler-kapiler ginjal dan glomerulus, yang menyebabkan darah bermigrasi ke unit ginjal fungsional. Akibatnya, nefron ginjal akan memburuk dan kerusakan tersebut akhirnya akan berubah menjadi hipoksia dan kematian ginjal. Kerusakan membran glomerulus akan mengakibatkan keluarnya protein melalui urin, yang sering menimbulkan edema akibat tekanan osmotik plasma koloid yang abnormal (Kutbi et al., 2023).

Apabila penderita tersebut melakukan pencegahan, pengendalian rutin, dan pengobatan, hipertensi tidak akan menjadi lebih rumit. Namun, salah satu komplikasi hipertensi yang mempengaruhi jantung, seperti peredaran darah, kegagalan pernafasan, dan gangguan metabolisme, adalah gangguan organ jantung. Penyakit jantung dapat diobati dengan mencegah autoimunitas, makan makanan yang sehat, berolahraga secara teratur, dan mengambil obat antihipertensi. Jantung mengalami kerusakan darah karena tekanan darah tinggi yang terus-menerus membuat jantung bekerja lebih keras (Pramono et al., 2024).

Arikunto mengatakan bahwa dengan menggunakan kuesioner, pengetahuan hipertensi seseorang dapat diukur, dinilai, dan ditafsirkan dengan skala kuantitatif (Cahyati, 2021). Pengetahuan tinggi dianggap sebagai hasil persentase 76% hingga 100%, sedang dianggap hasil persentase 56% hingga 75%, dan rendah dianggap hasil persentase di bawah 56%. Berdasarkan hasil penelitian Maryam et al (2019) menunjukkan bahwa 13 orang responden (41,9%) memiliki pengetahuan yang baik, di mana 11 orang (35,5%) menderita hipertensi terkontrol dan 2 orang (6,5%) menderita hipertensi tidak terkontrol. Sedangkan 18 orang responden (58,1%) memiliki pengetahuan yang kurang, di mana 4 orang (12,9%) menderita hipertensi terkontrol dan 14 orang (45,2%) menderita hipertensi tidak terkontrol.

2.2 Kecemasan Lansia

2.2.1 Definisi Kecemasan

Kecemasan adalah jenis gangguan mental yang paling umum. Secara global, prevalensi gangguan kecemasan adalah sekitar 7,3 persen, yang merupakan 3,3% dari semua penyakit (Craske et al., 2016). WHO mengidentifikasi gangguan kecemasan sebagai penyebab utama kesembilan karena prevalensinya, kronisitas, dan komorbiditas (Penninx et al., 2021). Tinggi Banyak penelitian telah menunjukkan korelasi positif antara hipertensi dan kecemasan. Komorbiditas, seperti hipertensi dan kecemasan, dikaitkan dengan kepatuhan pengobatan yang lebih parah, fungsi harian yang lebih parah, kualitas hidup yang lebih parah, dan biaya yang terkait dengan perawatan Kesehatan (Wallace, R. B. & Smith, 2018).

Kecemasan juga merupakan rasa takut yang tidak bisa dipengaruhi oleh keadaan. Penyebab kecemasan ini karena tidak adanya rangsangan yang jelas dan dapat diidentifikasi. Dengan cara ini, lansia akan efektif mengekspresikan dirinya dalam bentuk kebingungan dan rasa curiga berlebihan sebagai respons terhadap kecemasan. Kecemasan juga dapat mempengaruhi koordinasi dan gerak reflek, menarik diri, menurunkan keterlibatan dengan orang lain, dan kemampuan berpikir dan konsentrasi menurun, mudah lupa, lapangan persepsi menurun, dan bingung (Nurhidayati et al., 2022).

2.2.2 Tanda Gejala Kecemasan

Tanda gejala kecemasan secara umum pada lansia yaitu perubahan pada tingkah laku, gelisah, kemampuan menyimpan informasi berkurang, dan keluhan pada badan seperti kedinginan, telapak tangan lembab dan lain-lain. Dampak kecemasan pada lansia dapat menimbulkan masalah seperti *Irritable Bowel Syndrom* (IBS) atau sakit kepala migrain (Rindayati et al., 2020).

2.2.3 Tingkat Kecemasan

Kecemasan adalah suatu hal yang terjadi hampir pada setiap lansia dimana Menurut Carpenito, (2001) klasifikasi tingkat kecemasan dibagian menjadi 3 tingkatan yaitu (1) Kecemasan ringan, gejala kecemasan ringan meliputi, perasaan tegang atau gelisah, pikiran yang tak terkendali, kesulitan berkonsentrasi, mudah tersinggung dan pusing. (2) Kecemasan sedang, gejala kecemasan sedang meliputi, peningkatan denyut jantung, perasaan khawatir secara terus menerus, berkeringat dingin dan tegang otot dikepala atau leher. 3) Kecemasan berat, gejala kecemasan berat meliputi, kecemasan yang sulit dikontrol, rasa takut atau panik berlebihan, rasa gelisah atau tidak dapat duduk tenang, tangan dan kaki kesemutan serta berkeringat, jantung berdebar-debar, mudah marah dan tepancing emosi.

Kecemasan pada lansia mempunyai tiga jenis gejala, (1) gejala fisiologis adalah gejala fisik yang dapat muncul karena berbagai kondisi, seperti cemas, kelelahan, nyeri, dan mual. (2) gejala emosional dapat berupa perasaan, pikiran, atau perilaku yang berkaitan dengan emosi. (3) gejala kognitif adalah perubahan dalam kemampuan berfikir, mengingat dan berkomunikasi. Selain itu, kecemasan lansia juga berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, artinya meskipun kondisi fisik sudah membaik, namun tetap akan menimbulkan permasalahan fisik dan psikologis pada lansia. Kecemasan bagi lansia lebih cemas akan kematian, karena akan sangat mudah bagi mereka untuk memahaminya jika mereka tidak mampu menjelaskan semuanya. Kecemasan dapat diatasi dengan berbagai cara, termasuk melalui pengobatan medis.

Salah satu jenis obat yang dapat digunakan untuk membantu orang yang mengalami kecemasan adalah antidepresan namun, jika dikonsumsi dalam jangka waktu lama, obat ini akan memberikan efek negatif pada kesehatan fisik dan mental tubuh dan memerlukan pengobatan yang lebih serius. Disamping medis, kecemasan dapat dijelaskan dengan cara nonfarmakologis, dan relaksasi merupakan salah satu cara untuk mengatasinya. Teknik relaksasi sendiri memiliki beberapa jenis teknik dan metode, seperti regresi otot, meditasi, pijat/massage,

pernapasan diafragma, yoga terapi, visualisasi musik, dan teknik relaksasi. Teknik-teknik ini akan digunakan dalam penelitian ini untuk mengatasi kecemasan pada kelompok lansia.

2.2.4 Faktor Penyebab Kecemasan

Faktor yang menyebabkan Kecemasan menurut Dadang Hawari, 2006 dalam (Widati & Twstiandayani, 2019) yaitu :

2.2.4.1 Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi melalui proses belajar, baik secara formal maupun nformal, dan diperoleh dari pengalaman, Pendidikan maupun informasi yang diterima melalui pancaindra. Pengetahuan berperan penting dalam mengurangi kecemasan, karena semakin seseorang mengetahui dan memahami kondisi yang dihadapi, semakin besar kemampuannya untuk mengelola rasa cemas. Sementara itu, kecemasan dapat disebabkan oleh kombinasi faktor biologis, psikologis, sosial, dan lingkungan, serta keterbatasan pengetahuan.

2.2.4.2 Usia

Usia menunjukkan ukuran waktu pertumbuhan dan perkembangan seorang individu. Usia berkorelasi dengan pengalaman, pengalaman berkorelasi dengan pengetahuan, pemahaman dan pandangan terhadap suatu penyakit atau kejadian sehingga akan membentuk persepsi dan sikap. Kematangan dalam proses berpikir pada individu yang berumur dewasa lebih memungkinkannya untuk menggunakan mekanisme koping yang baik dibandingkan kelompok umur anak-anak, ditemukan sebagian besar kelompok umur anak yang mengalami insiden fraktur cenderung lebih mengalami respon cemas yang berat dibandingkan kelompok umur dewasa.

2.2.4.3 Jenis Kelamin

Perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Laki-laki lebih rileks dibanding perempuan Pada umumnya, laki-laki dewasa memiliki mental yang kuat terhadap hal-hal yang dianggap mengancam bagi mereka dibandingkan

dengan perempuan. Ini disebabkan oleh fakta bahwa laki-laki lebih banyak berinteraksi dengan dunia luar, sedangkan sebagian besar perempuan hanya tinggal di rumah dan bertanggung jawab atas tanggung jawab rumah tangga mereka.

2.2.4.4 Pengalaman

pengalaman masa lalu terhadap penyakit baik yang positif maupun negatif dapat mempengaruhi perkembangan keterampilan menggunakan coping. Keberhasilan seseorang dapat membantu individu untuk mengembangkan kekuatan coping, sebaliknya kegagalan atau reaksi emosional menyebabkan seseorang menggunakan coping yang maladaptif terhadap stressor tertentu.

2.2.5 Dampak Kecemasan

Kegelisahan, ketakutan, dan kekhawatiran yang tidak ada alasan menyebabkan kecemasan, kemudian berdampak pada perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit focus dalam beraktifitas, susah makan, mudah tersinggung, rendahnya pengendalian emosi amarah, sensitive, susah tidur (Lianasari & Purwati, 2021).

Kecemasan yang berlebih dan terus menerus dapat menyebabkan dampak buruk bagi Kesehatan seperti;

2.2.5.1 Mengganggu sistem saraf pusat

2.2.5.2 Kecemasan jangka panjang akan menyebabkan otak melepaskan hormon secara teratur, kondisi kecemasan meningkatkan frekuensi munculnya gejala seperti sakit kepala, dan pusing.

2.2.5.3 Meningkatnya resiko penyakit kardiovaskular

2.2.5.4 Gangguan kecemasan dapat menyebabkan detak jantung meningkat, jantung berdebar, dan nyeri dada.

2.2.5.5 Menyebabkan masalah pencernaan

2.2.5.6 Kecemasan dapat mempengaruhi sistem ekskresi dan pencernaan seperti, sakit perut, mual diare, dan nafsu makan menurun.

2.2.5.7 Melemahnya sistem imun tubuh

2.2.5.8 Kecemasan yang terus menerus dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh

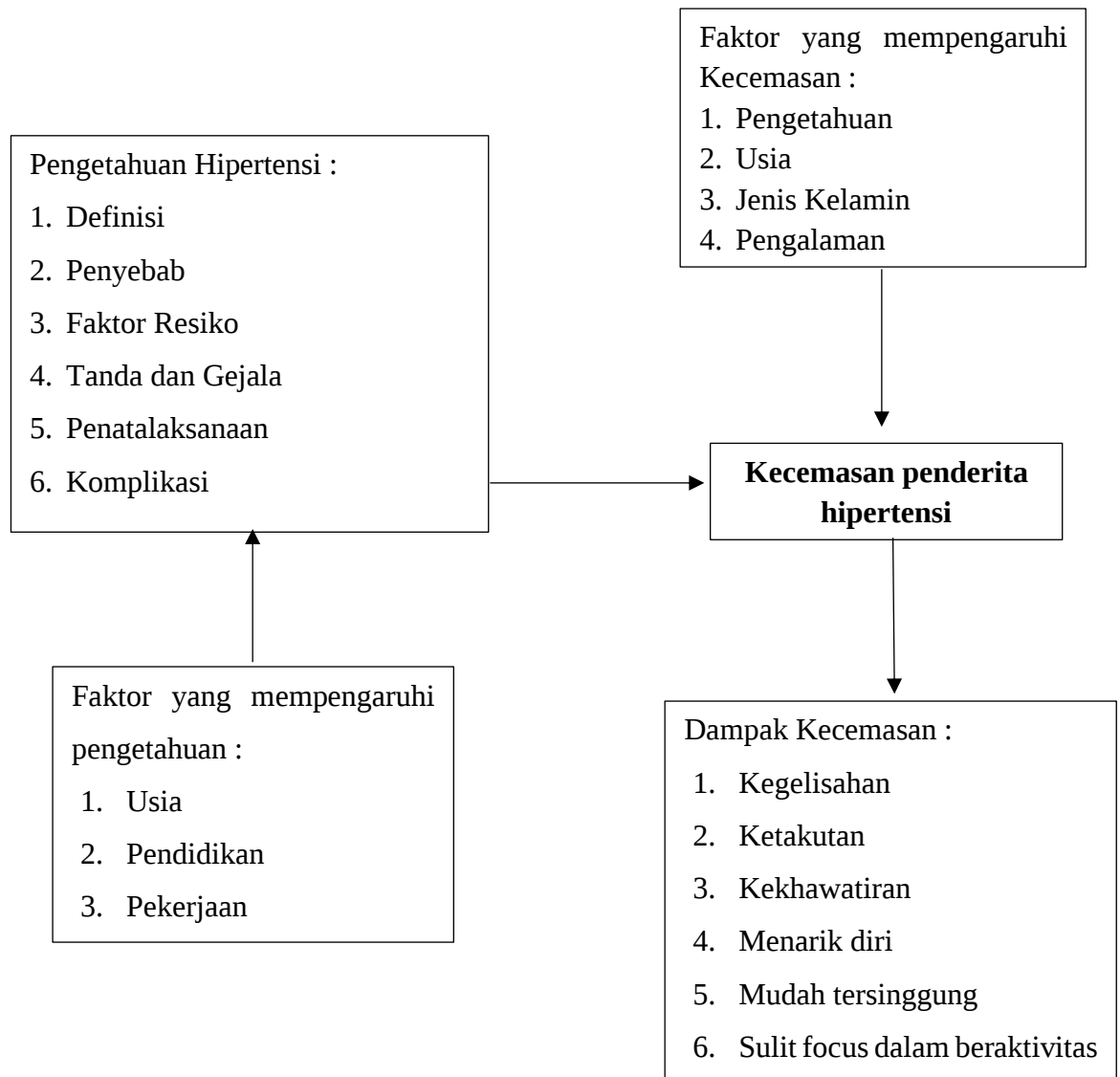
dan mengakibatkan mudah sakit dan rentan terinfeksi virus

2.2.5.9 Menyebabkan masalah pada pernapasan menjadi dangkal

2.2.6 Alat Ukur

Kuesioner untuk mengukur kecemasan pada lansia menggunakan Kuesioner *Geriatric Anxiety Inventory* (GAI) yang dirancang khusus untuk memeriksa kecemasan pada lansia, dinyatakan dengan skor 0 dari 20, cara mengisi kuesioner GAI adalah dengan menjawab 20 komponen pertanyaan kuesioner, masing-masing dengan skala nilai 0-5 = kecemasan ringan, 6-15 = kecemasan sedang, 16-20 = kecemasan berat (Pachana et al., 2007).

2.3 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber: (Trisna, 2022), (Saputro, 2022), (Wulandari, 2020)

2.4 Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

2.5 Hipotesis

Sesuai dengan judul penelitian yang diambil peneliti yaitu Hubungan Pengetahuan Lansia Penyandang Hipertensi Dengan Kecemasan Di Desa Talok Kec. Pangkah Kab. Tegal. Maka hipotesis dalam penelitian ini H_0 ditolak dan H_a diterima dengan nilai $p\text{ value } 0,048 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan lansia penyandang hipertensi terhadap kecemasan di Desa Talok Kec. Pangkah Kab. Tegal.