

BAB II

TINJAUAN PUSKTAKA

2.1 Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoadmodjo, 2012). Sedangkan menurut Astinah (2013) pengetahuan ialah pembentukan pemikiran assosiatif yang menghubungkan sebuah pemikiran yang nyata atau pikiran lain sesuai pengalaman yang berulang-ulang tanpa pengalaman tentang kausalitas (sebab-akibat) yang universal.

Pengetahuan adalah tingkat perilaku penderita untuk melaksanakan pengobatan serta perilaku yang disarankan dokter atau orang lain. Pengetahuan yang harus dimiliki pasien hipertensi mencakup arti penyakit hipertensi, penyebab hipertensi, gejala hipertensi dan pentingnya melakukan pengobatan secara teratur pada jangka panjang (Pramestutie, 2016).

2.2 Hipertensi

2.1.1 Definisi Hipertensi

Hipertensi atau lebih dikenal tekanan darah tinggi yaitu suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang mencapai lebih dari 140/90 mmHg. Menurut WHO (*World Health Organization*) batas tekanan darah yang normal ialah kurang dari 130/85 mmHg.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu jenis penyakit yang mematikan di dunia, faktor risiko paling utama terjadinya hipertensi yaitu faktor usia sebagai akibatnya tidak heran penyakit hipertensi tak jarang dijumpai di usia senja atau lanjut usia (lansia) (Fauzi, 2014).

2.1.2 Klasifikasi

Hipertensi diklasifikasikan sesuai dengan tingginya TD (Tekanan Darah) serta sesuai etiologinya. Sesuai tingginya TD (Tekanan Darah) seseorang dikatakan hipertensi jika TD-nya $> 140/90$ mmHg. Menurut Joint National Committee on

Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment on High Blood Pressure (JNC VII) hipertensi diklasifikasikan seperti berikut.

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan JNC VII, 2003

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

2.1.3 Batasan Hipertensi

Batasan yang digunakan oleh WHO yaitu TDS (Tekanan Darah Sistolik) > 160 mmHg atau TTD (Tekanan Darah Diastolik) > 95 mmHg. Berdasarkan tingginya nilai tekanan darah, maka hipertensi dapat dibedakan menjadi :

1. Hipertensi ringan : TDD 90-110 mmHg
2. Hipertensi sedang : TDD 110-130 mmHg
3. Hipertensi berat : > 130 mmHg.

Pada awalnya diperkirakan kenaikan dari tekanan darah diastolik ialah suatu faktor yang penting daripada peningkatan sistolik, tetapi sekarang sudah diketahui bahwa seseorang yang berusia < 50 tahun hipertensi sistolik mewakili suatu risiko yang besar (Pudiastuti, 2011).

2.1.4 Etiologi

Penyebab terjadinya hipertensi ada dua jenis, yaitu :

1. Hipertensi Primer

Jenis hipertensi primer seringkali terjadi pada populasi dewasa antara 90% - 95%. Hipertensi primer, tidak mempunyai penyebab klinis yang bisa diidentifikasi, serta kemungkinan kondisi ini bersifat multifaktor (Smeltzer,

2013; Lewis, Dirksen, Heitkemper, & Bucher, 2014). Hipertensi primer tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikontrol dengan pengobatan yang tepat. Pada hal ini, faktor genetik mungkin berperan penting pada pengembangan hipertensi primer serta bentuk tekanan darah tinggi yang cenderung berkembang sedikit demi sedikit selama bertahun-tahun (Bell, Twiggs, & Olin, 2015).

2. Hipertensi Sekunder

Hipertensi sekunder mempunyai karakteristik dengan meningkatnya tekanan darah juga disertai penyebab yang khusus, seperti penyempitan arteri renalis, kehamilan, medikasi tertentu, serta penyebab lainnya. Hipertensi sekunder juga dapat bersifat akut, yang menandakan adanya perubahan di curah jantung (Ignatavicius, Workman, & Rebar, 2017).

2.1.5 Faktor Risiko

Beberapa faktor risiko hipertensi, diantaranya yaitu :

a. Tidak bisa diubah :

- 1) Keturunan, bila di dalam keluarga memiliki tekanan darah tinggi kemungkinan besar adanya dugaan hipertensi
- 2) Usia, semakin bertambahnya usia semakin besar juga risiko seseorang menderita tekanan darah tinggi

b. Bisa diubah :

- 1) Konsumsi garam berlebih bisa mengakibatkan tubuh menunda cairan yang meningkatkan tekanan darah
- 2) Kolesterol, kandungan lemak berlebih pada darah akan mengakibatkan timbunan kolesterol pada dinding pembuluh darah, sehingga pembuluh darah menyempit serta menyebabkan tekanan darah meningkat
- 3) Kafein pada kopi terbukti meningkatkan tekanan darah 5-10 mmHg, di setiap cangkir nya mengandung 75-200 mg kafein
- 4) Alkohol bisa merusak jantung dan pembuluh darah, serta dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat
- 5) Obesitas, pada seseorang yang berat badannya diatas 30% berat badan ideal mempunyai peluang besar terkena hipertensi

- 6) Jarang berolahraga bisa mengakibatkan tekanan darah meningkat. Olahraga teratur bisa menurunkan tekanan darah tapi tidak dianjurkan olahraga berat
- 7) Stress atau tertekan, dimana kondisi emosi tidak stabil cenderung meningkatkan tekanan darah. Bila kondisi sudah stabil maka tekanan darah akan kembali normal
- 8) Kebiasaan merokok, nikotin pada rokok dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan frekuensi denyut jantung.

2.1.6 Manifestasi Klinis

Hipertensi tidak dapat di deteksi oleh seseorang, karena hipertensi tidak mempunyai gejala khusus. Gejala yang mudah di temukan yaitu gejala ringan seperti pusing atau sakit kepala, cemas, tengkuk terasa pegal, mudah lelah, mata berkunang-kunang, sulit tidur, sesak napas (Fauzi, 2014; Ignatavicius, Workman & Rebar, 2017).

2.1.7 Pencegahan

Pencegahan hipertensi dapat dibedakan menjadi dua bagian, yaitu (Riyadi, 2011) :

1. Pencegahan Primer

Tekanan darah di atas rata-rata, adanya riwayat hipertensi pada keluarga, ras, takikardia, obesitas, dan konsumsi garam berlebihan dianjurkan untuk :

- a. Melakukan diet yang teratur agar berat badan tetap ideal untuk menjaga tubuh agar tidak terjadi hiperkolesterolemia, diabetis mellitus dan sebagainya.
- b. Berhenti merokok.
- c. Merubah pola makan dengan mengkonsumsi rendah garam
- d. Berolahraga untuk mengendalikan berat badan.

2. Pencegahan Sekunder

Dikerjakan jika penderita mempunyai riwayat hipertensi karena faktor tertentu, tindakan yang dapat dilakukan yaitu :

- a. Pengelolaan yang menyeluruh untuk penderita hipertensi baik menggunakan obat ataupun tindakan seperti pencegahan primer.
- b. Harus dijaga agar tekanan darah tetap terkontrol secara normal.
- c. Membatasi aktivitas.