

BAB II

TINJAUAN TOERI

A. Konsep Dasar Lansia

1. Pengertian lansia

Pertambahan usia adalah aspek biologis yang tidak terhindarkan. Penuaan adalah proses yang normal dan tidak dapat dihindari. Masalah psikologis, sosial, emosional, fisik, atau keuangan dapat diakibatkan oleh hal ini (Fauziah Nasution et al., 2025). Penuaan merupakan suatu proses normal yang terjadi pada manusia ketika siklus hidupnya berakhir. Seiring bertambahnya usia, tubuh kita mengalami banyak perubahan yang mempengaruhi kemampuan dan fungsinya. Ini adalah sesuatu yang terjadi setiap saat. Seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dianggap lanjut usia (Fauziah Nasution et al., 2025). Individu lanjut usia yang sehat adalah mereka yang dapat menjaga kesehatannya, mencegah penyakit, mengembangkan kemampuan fungsionalnya, sembuh dari penyakitnya, dan menjalani rehabilitasi. Kpasitas lansia untuk melakukan kegiatan sehari – hari perlu dipertahankan jika mereka ingin hidup sehat dan panjang umur (Khasanah, 2020).

Lansia merupakan tahapan terakhir proses perjalanan dalam kehidupan manusia sejak lahir sampai mencapai usia lebih dari 60 tahun. Lansia secara keseluruhan akan mengalami penurunan biologis, yaitu menurunnya masa tulang dan masa otot yang akan menyebabkan terjadinya penurunan keseimbangan yang sangat beresiko terhadap kejadian jatuh pada lansia, bertambahnya usia juga akan ditandai dengan adanya perubahan anatomis dan fisisologis pada tubuh yaitu merupakan proses menua dan akan menyebabkan penurunan kualitas hidup sehingga status lansia dalam sehat sakit (Sari, 2020).

2. Ciri – ciri lansia

Ciri-ciri orang tua salah satunya adalah berkurangnya produktivitas atau hilangnya fungsi fisik, sosial, dan psikologis. Ciri-ciri lansia lainnya antara lain (Mujiadi & Rachmah, 2022):

- a. Usia adalah masa kemunduran, yang mungkin diperburuk oleh masalah psikologis dan fisik. Pembalikan ini mungkin berdampak pada cara berpikir lansia. Jika orang lanjut usia tidak lagi termotivasi seperti dulu, maka penurunan ini akan terjadi lebih cepat; sebaliknya jika dia sangat termotivasi maka akan memakan waktu lebih lama.
- b. Karena prasangka negatif dan sikap masyarakat yang buruk, lansia dipandang sebagai kelompok minoritas. Ungkapan umum yang mengungkapkan sudut pandang antara lain.
- c. Peran lansia perlu diubah karena mereka mulai menghadapi kemunduran dalam setiap aspek kehidupan mereka. Tanggung jawab lansia harus berkembang sesuai dengan preferensi pribadi mereka, bukan preferensi orang lain atau tuntutan dari luar.
- d. Karena perawatannya yang sudah berlangsung lama dan tak tergoyahkan, para lansia selalu mempunyai opini negatif terhadap dirinya. Insiden negatif lebih banyak terjadi di komunitas Lansia. Pendekatan keras semacam ini mempersulit orang untuk menyesuaikan diri.

3. Klasifikasi lansia

- a. Menurut *World Health Organization (WHO)*:

- 1) Usia pertengahan (45-54 tahun).
- 2) Lansia (55-65 tahun).
- 3) Lansia muda (66-74 tahun).
- 4) Lansia tua (75-90 tahun).

- b. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia:

Klasifikasi lansia dibagi berdasarkan usia dan kondisi kesehatan, yang umumnya mencakup kategori berikut :

- 1) Pra lansia yaitu seorang yang berusia antara 45-59 tahun.

- 2) Lansia adalah seorang yang berusia 60 tahun bahkan lebih.
- 3) Lansia risiko tinggi yaitu seorang yang berusia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan.
- 4) Lansia potensial adalah lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan kegiatan yang menghasilkan barang atau jasa.
- 5) Lansia tidak potensial yaitu lansia yang tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada anak dan orang lain.

4. Masalah kesehatan lansia

Tubuh Anda lebih mudah terhadap masalah kesehatan seiring bertambahnya usia organ tidak berfungsi dengan baik. Masalah kesehatan yang menyerang lansia antara lain (Alpin, 2020):

- a. Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi): Kondisi umum yang dapat menyebabkan penyakit jantung dan stroke jika tidak dikelola dengan baik. Rata-rata tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg.
- b. Diabetes Tipe: Gangguan metabolisme glukosa yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi kesehatan. kadar gula darah > 200 mg/dl.
- c. Arthritis: Peradangan sendi yang dapat menyebabkan nyeri, kekakuan, dan pembengkakan. Dua jenis umum adalah osteoarthritis dan arthritis reumatoid.

B. Konsep Dasar Hipertensi

1. Pengertian hipertensi

Hipertensi terjadi saat aliran darah jantung sangat kuat sehingga menekan dinding arteri dengan kuat. Apabila tekanan darah seseorang $\geq 140/90$ mmHg dikatakan menderita hipertensi (Shabrina & Koesyanto, 2023).

Hipertensi degeneratif yaitu bertambahnya umur seseorang dapat meningkatkan risiko tertular hipertensi yang disebabkan oleh perubahan tekanan darah, dan senyawa kimia Menurut Asosiasi Kesehatan Dunia, hipertensi telah dinyatakan sebagai kondisi medis umum di seluruh dunia, mempengaruhi 1 miliar orang secara keseluruhan dan lebih dari 10 juta kematian setiap tahunnya, 22%

populasi dunia menderita tekanan darah tinggi (Sukendar & Iswati, 2021). Efek samping dari tekanan darah tinggi antara lain stroke, penyakit ginjal, dan penyakit jantung, hingga dapat menyebabkan kematian. Hipertensi adalah tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Hipertensi sendiri juga menjadi penyebab serangan jantung, stroke, dan bahkan dapat berdampak gagal ginjal jika tidak segera diatasi (Lestari, 2021).

2. Etiologi hipertensi

Penyebab hipertensi dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu: (Wirakhmi Ikit Netra, 2023)

a. Hipertensi primer atau esensial

Hipertensi primer artinya hipertensi yang belum diketahui penyebab dengan jelas. Berbagai faktor diduga turut berperan sebagai penyebab hipertensi primer seperti bertambahnya usia, stres psikologis, pola konsumsi yang tidak sehat dan hereditas (keturunan). Sekitar 90 pasien hipertensi diperkirakan termasuk dalam kategori ini.

b. Hipertensi sekunder

Hipertensi sekunder yang penyebabnya sudah diketahui, umumnya berupa penyakit atau kerusakan organ yang berhubungan dengan cairan tubuh, misalnya ginjal yang tidak berfungsi, pemakaian kontrasepsi oral, dan terganggunya keseimbangan hormon yang merupakan faktor pengukur tekanan darah. Dapat disebabkan oleh penyakit ginjal, penyakit endokrin, dan penyakit jantung.

3. Faktor risiko hipertensi

Hipertensi disebabkan oleh berbagai faktor yang sangat mempengaruhi satu sama lain. Kondisi masing-masing orang tidak sama sehingga faktor penyebab hipertensi pada setiap orang sangat berlainan (Collins et al., 2021).

Berikut ini faktor- faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi secara umum:

a. Toksin

Toksin adalah zat-zat sisa pembuangan yang seharusnya dibuang karena bersifat racun. Sisa- sisa pembuangan di dalam saluran darah akan menghambat kelancaran peredaran darah. Hal tersebut mengakibatkan jantung terpaksa bekerja lebih keras untuk membantu perjalanan darah melalui saluran yang tersumbat.

b. Faktor Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, dan penciuman. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan lansia terdiri dari usia, pengetahuan atau pendidikan, tingkat ekonomi, dukungan instrumental dan dukungan penghargaan (Widiyanto et al., 2020). Dukungan informasi dan pendidikan yang didapatkan lansia akan menambah pengetahuan lansia tentang penyakitnya terutama hipertensi, maka lansia akan dapat lebih waspada terhadap penyakitnya. (Mustari et al., 2022)

c. Faktor genetik

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

1) Umur

Kepekaan terhadap hipertensi akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur seseorang. Individu yang berumur di atas 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.

2) Jenis kelamin

Setiap jenis kelamin memiliki struktur organ dan hormon yang berbeda demikian jug pada perempuan atau laki-laki. Berkaitan dengan hipertensi laki- laki mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi lebih awal. Sedangkan perempuan biasanya lebih rentan terhadap hipertensi ketika mereka sudah berumur di atas 50 tahun.

3) Etnis

Hipertensi lebih banyak terjadi pada orang berkulit hitam daripada yang berkulit putih. Belum diketahui secara pasti penyebabnya, tetapi pada orang kulit hitam ditemukan kadar renin yang lebih tinggi dan sensitivitas terhadap vasopresin yang lebih besar.

4) Stress

Stress akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatetik. Stres yang dialami seseorang akan membangkitkan saraf simpatetis yang akan memicu kerja jantung dan menyebabkan tekanan darah meningkat.

5) Obesitas

Kegemukan atau obesitas juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya berbagai penyakit berat. Salah satunya hipertensi. sodium adalah penyebab penting terjadinya hipertensi primer. Asupan garam tinggi akan menyebabkan

pengeluaran berlebihan dari hormon natriouretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah.

6) Merokok

Merokok merupakan faktor resiko yang potensial untuk ditiadakan dalam upaya melawan arus peningkatan hipertensi khususnya. dan penyakit kardiovaskuler secara umum di Indonesia.

7) Narkoba

Mengonsumsi narkoba jelas tidak sehat. Komponen-komponen zat aktif dalam narkoba juga akan memicu peningkatan tekanan darah.

8) Alkohol

Penggunaan alkohol secara berlebihan juga akan memicu tekanan darah seseorang.

9) Kafein

Kandungan kafein selain tidak baik pada tekanan darah dalam jangka panjang. Pada orang-orang juga menimbulkan efek yang tidak baik seperti tidak bisa tidur, jantung berdebar-debar, sesak nafas, dll.

10) Kurang olahraga

Dengan adanya kesibukan yang luar biasa, manusia pun merasa tidak punya waktu lagi untuk berolahraga. Kondisi inilah yang memicu kolestrol tinggi dan juga adanya tekanan darah yang terus menguat. Sehingga memunculkan hipertensi.

11) Kolestrol tinggi

Kandungan lemak yang berlebihan dalam darah, dapat menyebabkan timbulnya kolestrol pada dinding pembuluh darah, hal ini dapat membuat pembuluh darah menyempit dan akibatnya tekanan darah akan meningkat.

4. Patofisiologi hipertensi

Meningkatnya tekanan darah dalam arteri bisa terjadi melalui beberapa cara yaitu jantung memompa lebih kuat sehingga mengalirkan lebih banyak cairan pada setiap detiknya, arteri- arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku sehingga mereka tidak dapat mengembang pada saat jantung memompa darah melalui arteri tersebut (Nuraini & Lestari, 2021). Darah pada setiap denyuy jantung di paksa untuk melauai pembuluh yang sempit dari pada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan, inilah yang terjadi pada usia lanjut, dimana dinding arterinya telah menebal dan kaku karena arteriosklerosis Dengan cara yang sama, tekanan darah juga meningkat pada saat terjadi vasokonstriksi, yaitu jika arteri kecil untuk sementara waktu mengkerut karena perangsangan saraf atau hormon di dalam darah. Hal ini terjadi jika terdapat kelainan fungsi ginjal sehingga tidak mampu membuang sejumlah garam dan air dari dalam tubuh. Volume darah dalam tubuh meningkat sehingga tekanan darah juga meningkat(Rizka, 2020) .Ginjal juga bisa meningkatkan tekanan darah dengan menghasilkan enzim yang disebut renin, yang memicu hormon angiotensi, yang selanjutnya akan memicu pelepasan hormon aldosteron. Ginjal merupakan organ penting dalam mengendalikan tekanan darah. Faktor stress merupakan suatu faktor penerus terjadinya peningkatan tekanan darah dengan proses pelepasan hormon epinefrin dan norepinefrin(Studi et al., 2025).

5. Manifestasi klinis

Hipertensi sulit disadari oleh seseorang karena hipertensi tidak memiliki gejala khusus, gejala- gejala yang mungkin diamati antara lain yaitu: (Ulfa, 2002).

- a. Gejala ringan seperti pusing atau sakit kepala
- b. Sering gelisah
- c. Wajah merah
- d. Tengukuk terasa pegah

- e. Mudah marah
- f. Telinga berdengung
- g. Suka tidur
- h. Sesak nafas
- i. Rasa berat di tengkuk
- j. Mudah lelah
- k. Mata berkunang- kunang
- l. Mimisan

6. Komplikasi hipertensi

Komplikasi penyakit hipertensi sangat beragam, apabila seseorang mengalami hipertensi maka dia juga akan mengalami komplikasi dengan penyakit lainnya. Apabila satu organ sakit maka organ yang lainnya juga akan ikut terganggu. Beberapa komplikasinya menurut sebagai berikut (Moonti et al., 2022):

a. Hipertensi merusak ginjal

Tekanan darah yang tidak terkontrol dapat merusak ginjal. Hipertensi membuat ginjal harus bekerja lebih keras, akibatnya sel-sel pada ginjal akan lebih cepat rusak.

b. Hipertensi merusak kinerja otak

Kinerja otak juga bisa terganggu dari adanya hipertensi yang di sebabkan oleh adanya pembentukan lepuh kecil pada pembuluh darah di otak (*neurisma*) yang selanjutnya akan menyebabkan terjadinya stroke dan gagal jantung karena terjadinya penyempitan pembuluh darah yang ada di jantung.

c. Hipertensi merusak kinerja jantung

Tekanan darah tinggi yang terus menerus menyebabkan jantung seseorang bekerja ekstra keras.

d. Hipertensi menyebabkan kerusakan mata

Adanya gangguan dalam tekanan darah akan menyebabkan perubahan-perubahan dalam retina belakang mata.

e. Hipertensi menyebabkan resistensi pembuluh darah

Orang yang terkena hipertensi akut biasanya mengalami suatu kekakuan atau resistensi pembuluh- pembuluh darah sekeliling di seluruh jaringanjaringan tubuhnya.

f. Hipertensi menyebabkan stroke

Stroke umumnya disebabkan oleh suatu hemorrhage (kebocoran darah atau *leaking blood*) atau suatu gumpalan darah dari pembuluh- pembuluh darah yang mensuplai darah ke otak.

7. Penatalaksanaan hipertensi

Prinsip penatalaksanaan pengobatan hipertensi adalah menjadikan tekanan darah seseorang mencapai nilai kurang dari 140/90 mmHg atau nilai kurang dari 130/80 mmHg. Sebagian besar penderita hipertensi membutuhkan proses pengobatan dalam jangka waktu lama, tatalaksana pengobatan hipertensi yang baik dapat membantu proses pencegahan atau penundaan terjadinya masalah kesehatan akibat hipertensi(Adawiyah et al., 2022).Secara garis besar pengobatan hipertensi dibagi menjadi dua jenis, yaitu pengobatan dengan obat (farmakologi) dan pengobatan non obat (non farmakologi) (Sukendar & Iswati, 2021).

C. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Harahap, 2023).

Setiap kegiatan yang dilakukan umumnya memberi manfaat. Pengetahuan merupakan upaya manusia yang secara khusus dengan objek tertentu, ter tekstur, ter sistematis, menggunakan seluruh potensi kemanusiaan dan dengan menggunakan metode tertentu. Pengetahuan

merupakan sublimasi atau intisari yang berfungsi sebagai pengendali moral dari pada pluralitas keberadaan ilmu pengetahuan (Ardyanii, 2021).

2. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan di dalam domain kognitif mencakup 6 tingkatan, yaitu (Pengetahuan et al., 2023) :

- a. Tahu (*know*) Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.
- b. Memahami (*comprehension*) Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi tersebut harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang di pelajari.
- c. Aplikasi (*application*) Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi sebenarnya aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.
- d. Analisis (*analysis*) Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti dapat menggambarkan

(membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

- e. Sintesis (*synthetic*) Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain, sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada. Contohnya, dapat menyusun, merencanakan, meringkaskan, menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.
- f. Evaluasi (*evaluation*) Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penelitian - penelitian tersebut didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau penggunaan kriteria-kriteria yang telah ada.

3. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Ada 7 faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan (Pepadu et al., 2023):

- a. Tingkat pendidikan Pendidikan merupakan suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan seseorang agar dapat memahami suatu hal. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pengetahuannya.
- b. Pekerjaan Pekerjaan adalah suatu kegiatan yang harus dilakukan terutama untuk memenuhi kebutuhan setiap hari. Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Misalnya, seseorang yang bekerja sebagai tenaga medis akan lebih

mengerti mengenai penyakit dan pengelolaannya daripada non tenaga medis.

- c. Umur Umur mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Dengan bertambahnya umur individu, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.
- d. Minat Minat merupakan suatu keinginan yang tinggi terhadap sesuatu hal. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni, sehingga seseorang memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.
- e. Pengalaman Pengalaman merupakan suatu kejadian yang dialami seseorang pada masa lalu. Pada umumnya semakin banyak pengalaman seseorang, semakin bertambah pengetahuan yang didapatkan. Dalam hal ini, pengetahuan ibu dari anak yang pernah atau bahkan sering mengalami diare seharusnya lebih tinggi daripada pengetahuan ibu dari anak yang belum pernah mengalami diare sebelumnya.
- f. Lingkungan Lingkungan merupakan segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada didalam lingkungan tersebut. Contohnya, apabila suatu wilayah mempunyai sikap menjaga kebersihan lingkungan, maka sangat mungkin masyarakat sekitarnya mempunyai sikap menjaga kebersihan lingkungan.
- g. Informasi Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Pada umumnya semakin mudah memperoleh informasi semakin cepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru

4. Sumber pengetahuan

Banyak upaya dapat dilakukan oleh masyarakat dalam memperoleh pengetahuan. Menurut (Pengetahuan et al., 2023) upaya

serta cara yang dapat dipergunakan dalam memperoleh pengetahuan yaitu:

- a. Orang yang Memiliki Otoritas Salah satu upaya seseorang mendapatkan pengetahuan yaitu dengan cara bertanya pada orang yang memiliki otoritas atau yang dianggapnya lebih tahu. Pada zaman modern ini, orang yang ditempatkan memiliki otoritas, misalnya dengan pengakuan melalui gelar, termasuk juga dalam hal ini misalnya, hasil publikasi resmi mengenai kesaksian otoritas tersebut, seperti buku-buku atau publikasi resmi pengetahuan lainnya.
- b. Indera Indera merupakan peralatan pada diri manusia sebagai salah satu sumber internal pengetahuan. Filsafat science modern menyatakan pengetahuan pada dasarnya hanyalah pengalamapengalaman konkret kita yang terbentuk karena persepsi indera, seperti persepsi penglihatan, pendengaran, perabaan, penciuman, dan pencicipan dengan lidah.
- c. Akal Ada pengetahuan tertentu yang biasa dibangun oleh manusia tanpa harus atau tidak bisa mempersepsikannya dengan indera terlebih dahulu. Pengetahuan dapat diketahui dengan pasti dan dengan sendirinya karena potensi akal.
- d. Intuisi Salah satu sumber pengetahuan yang mungkin adalah intuisi atau pemahaman yang langsung tentang pengetahuan yang tidak merupakan hasil pemikiran yang sadar atau persepsi rasa yang langsung. Intuisi dapat berarti kesadaran tentang data-data yang langsung dirasakan.

5. Pengukuran pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang berisi pertanyaan sesuai materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden yang disesuaikan dengan tingkat pengetahuan yang diukur (Harahap, 2023).

pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu (Ardyanii, 2021)

1. Baik : hasil presentase 76%-100%
2. Cukup : hasil presentase 56%-75%
3. Kurang : hasil presentase < 56%

D. Konsep Pendidikan Kesehatan

1. Pengertian pendidikan kesehatan

Pendidikan secara umum adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Yang tersirat dalam pendidikan kesehatan adalah : input adalah sasaran pendidikan (individu, kelompok, dan masyarakat), pendidik adalah (pelaku pendidikan), proses adalah (upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain), output adalah (melakukan apa yang diharapkan atau perilaku) (Hastuty, 2023).

Pendidikan kesehatan adalah aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Widiyanto et al., 2020)

Kesehatan menurut Undang- Undang Kesehatan No 36 Tahun 2009 adalah keadaan sehat baik fisik, mental, spritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi, dan menurut World Health Organization (WHO) kesehatan adalah keadaan sempurna, baikm fisik maupun mental dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat(Notoatmodjo, 2012) (Menurut Lawrence Green, 1980).

Promosi kesehatan sebagai bagian atau cabang dari ilmu kesehatan yang mempunyai dua sisi, yakni sisi ilmu dan seni. Di Indonesia sering disebut penyuluhan kesehatan. Promosi kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Menurut Lawrence Green, 1980). Promosi kesehatan adalah program kesehatan yang dirancang untuk membawa perubahan (perbaikan) baik didalam negara sendiri, maupun dalam organisasi dan lingkungannya (lingkungan fisik, sosial budaya, politik dan sebagainya), *Victoria Health Foundation*, 1996 dikutip oleh Notoatmodjo, 2012). Berdasarkan definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan atau promosi kesehatan adalah suatu bentuk intervensi, atau suatu upaya yang ditujukan kepada perilaku, agar perilaku tersebut kondusif untuk kesehatan. Dengan perkataan lain, promosi kesehatan mengupayakan agar perilaku individu, kelompok atau masyarakat mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

2. Konsep pendidikan kesehatan

Konsep pendidikan kesehatan adalah konsep pendidikan yang diaplikasikan pada bidang kesehatan. Pendidikan adalah proses belajar yang berarti didalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan, atau perubahan yang lebih dewasa, lebih baik, dan lebih matang pada diri individu, kelompok atau masyarakat. Berangkat dari suatu asumsi bahwa manusia sebagai makhluk sosial dalam kehidupannya untuk mencapai nilai-nilai hidup didalam masyarakat selalu memerlukan bantuan orang lain yang mempunyai kelebihan (lebih dewasa, lebih pandai, lebih mampu, lebih tahu dan sebagainya) (Adawiyah et al., 2022).

Seseorang dapat dikatakan belajar apabila didalam dirinya terjadi perubahan dari tidak tahu menjadi tahu, dan tidak dapat

mengerjakan menjadi dapat mengerjakan sesuatu. Kegiatan belajar itu mempunyai ciri- ciri:

- a. Belajar adalah kegiatan yang menghasilkan perubahan diri pada individu, kelompok atau masyarakat yang sedang belajar, baik aktual maupun potensial.
- b. Hasil belajar adalah bahwa perubahan tersebut didapatkan karena kemampuan baru yang berlaku untuk waktu yang relative lama
- c. Perubahan itu terjadi karena usaha dan disadari bukan karena kebetulan(Nonasri, 2020).

Pemberian pendidikan kesehatan khususnya pada lansia merupakan hal yang penting agar dapat mengetahui dan lebih memperhatikan perilaku dalam pencegahan komplikasi penyakit lain. Pencegahan melalui pelayanan kesehatan seperti kegiatan seminar penyuluhan atau pendidikan kesehatan dengan media leaflet, lembar balik, PPT, komik, video edukasi maupu video animasi mungkin akan lebih efektif dan mudah untuk diterima lansia. Dengan pebndidikan kesehatan ini dapat mendeteksi dini faktor resiko yang mungkin juga telah dilakukan untuk menyadarkan masyarakat tentang pencegahan penyakitnya.

3. Faktor – faktor yang mempengaruhi pendidikan kesehatan

Beberapa faktor yang perlu diperhatikan agar pendidikan kesehatatan dapat mencapai sasaran (Saragih,2020), yaitu:

1. Tingkat pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi cara pandang seseorang terhadap informasi baru yang diterimanya. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikannya, semakin mudah seseorang menerima informasi yang didapatnya.

2. Tingkat Sosial Ekonomi

Semakin tinggi tingkat sosial ekonomi seseorang, semkain mudah pula dalam menerima informasi baru.

3. Adat Istiadat

Masyarakat kita masih sangat menghargai dan menganggap adat istiadat sebagai sesuatu yang tidak boleh diabaikan.

4. Kepercayaan Masyarakat

Masyarakat lebih memperhatikan informasi yang disampaikan oleh orang-orang yang sudah mereka kenal, karena sudah ada kepercayaan masyarakat dengan penyampai informasi.

5. Ketersediaan waktu di masyarakat

Waktu penyampaian informasi harus memperhatikan tingkat aktifitas masyarakat untuk menjamin tingkat kehadiran masyarakat dalam penyuluhan

4. Ruang lingkup pendidikan kesehatan

Ruang lingkup pendidikan kesehatan dapat dilihat dari berbagai dimensi, antara lain (Khasanah, 2020):

1. Ruang lingkup berdasarkan aspek kesehatan

- a) Promosi kesehatan pada aspek promotif- preventif
- b) Promosi kesehatan pada aspek kuratif- rehabilitative
- c) Pencegahan tingkat pertama (*primary prevention*)
sasarannya kelompok resiko tinggi (*high risk*) misal kelompok ibu hamil, menyusui para perokok, obesitas, pekerja seks dan lainnya.
- d) Pencegahan tingkat kedua (*secondery prevention*),
sasarannya penderita penyakit kronis, misalnya diabetes melitus, tuberculosis, rematik, tekanan darah tinggi. Sasarannya kelompok pasien yang baru sembuh (*recovery*) dari suatu penyakit.

2. Ruang lingkup berdasarkan tatanan pelaksanaannya

- a) Pendidikan kesehatan di sekolah
- b) Pendidikan kesehatan pada tatanan keluarga (rumah tangga)
- c) Pendidikan kesehatan ditempat kerja
- d) Pendidikan kesehatan di tempat- tempat umum

- e) Pendidikan kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan
- 3. Ruang lingkup berdasarkan tingkat pelayanan
 - a) Promosi kesehatan (*Health promotion*)
 - b) Perlindungan khusus (*Specific protection*).

5. **Teori pendidikan kesehatan menurut Lawrence Green**

Teori pendidikan kesehatan disebut pula dengan model perubahan perilaku *Precede-Proceed* dari *Lawrence Green* dan M. Krueter (2005), bahwa bila perilaku kesehatan dapat ditentukan dengan faktor individual ataupun lingkungannya dan sebab itulah yang mempunyai 2 inti utama yang sangat tidak sinkron. Inti utama adalah PRECEDE terdapat *Presdisposing, Reinforcing, Enabling, Constructs in, Educational/Ecological, Diagnosis dan Evalution*. Inti kedua adalah PROCEED yang terdapat *Policy, Regulatory, Organizational, Constructs in, Educational, Environment, dan Develompment* (Hastuty, 2023).

Berdasarkan teori Green Lawrence bahwa kesehatan seorang dipengaruhi dengan 2 faktor yaitu faktor perilaku serta faktor diluar perilaku. Faktor perilaku dipengaruhi oleh 3 hal yaitu (Menurut Lawrence Green, 1980).

1. Faktor presdiposisi, ialah yang memudahkan timbulnya perilaku individual. Komponen ini tercipta dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, norma sosial, budaya dan faktor sosiodemografi.
2. Faktor pendukung, ialah aspek yang mendukung fasilitas suatu perilaku. Yang tercantum dalam pendukung ialah sarana facilities and infrastructure kesehatan.
3. Faktor pendorong, ialah yang mendorong atau memperkuat terdapatnya sebuah perilaku. Faktor tersebut tercipta dalam sikap dan perilaku pegawai kesehatan ataupun petugas lain yang artinya golongan rujukan perilaku pada warga.

Berdasarkan pembagian faktor perilaku kesehatan atau teori promosi kesehatan, maka penjelasannya adalah sebagai berikut (Lestari, 2021):

1. Faktor Presposisi

Presdisposing factors yaitu aspek yang mudah, melandasi agar melaksanakan suatu kegiatan, keperluan yang dialami, ataupun dengan hal ini faktor berkaitan dengan dorongan seseorang atau grup agar berbuat atas perilaku tertentu. Menurut global, bisa dikatakan faktor presposisi untuk diimbangi seseorang dari suatu individu/ kelompok yang mempengaruhi kejadian suatu perilaku. Pertimbangan tersebut bisa mendorong atau mencegah terjadinya perilaku. Yang termasuk dalam kelompok faktor presdiposisi adalah persepsi, nilai, budaya, beberapa karakter individual, misalnya usia, jenis kelamin, tingkatan pendidikan, pekerjaan. Dapat disimpulkan bahwa perilaku seseorang atau masyarakat tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan serta sikap.

2. Faktor Pemungkin

Enabling factors ialah aspek yang kemungkinan agar timbulnya perilaku tertentu suatu dukungan direalisasikan. Yang terdapat didalam kelompok faktor pemungkin, ialah :

- a. *Availability* dalam layanan kesehatan
- b. *Accessibility* serta kepraktisan pelayanan kesehatan praktis dilihat dari jangkauan maupun sosial dan biaya
- c. Adanya aturan dan kepercayaan masyarakat dalam menjamin perilaku tertentu.

Aspek pemungkin ialah keadaan dari area, fasilitas dilaksanakannya tindakan dari seseorang atau kelompok. Dan pula terdapat keadaan yang menghambat dari aktivitas itu, misalnya ketidakadaan alat transportasi yang menghalangi peran individu dalam rencana kesehatan. Faktor pemungkin

juga meliputi kepandaian baru yang dibutuhkan individu, kelompok atau masyarakat agar dapat membuat suatu perubahan perilaku atau lingkungan. Faktor pemungkin menjadi sasaran antara dari perencanaan program pada masyarakat/kelompok. Tersusun dari asal dan keterampilan baru agar melakukan suatu perbuatan kesehatan dan perbuatan kelompok yang diperlukan untuk mengubah area. Sumber daya berupa kelompok dan aksesibilitas fasilitas petugas, sekolah, pelayanan kesehatan, sumber daya atau semacam klinik.

3. Faktor Penguat/ pendorong

Reinforcing factors ialah faktor yang menguatkan kejadian ada karakter tertentu. Faktor pendorong yaitu dampak dari perbuatan yang dapat memastikan bagaimana pelaksana mendapat feedback baik dan menerima dukungan sosial. Grup faktor pendorong meliputi support sosial, pengaruhnya teman sebaya, pendapat kritikan dari teman sekitar ataupun feedback dari pelayanan kesehatan. Faktor tersebut juga meliputi akibat fisik dari perilaku, yang kemungkinan terpisah dari konteks sosial. Adapun contohnya adalah perasaan nyaman/ sakit yang disebabkan dari aktivitas fisik. Manfaat sosial (contoh: pengakuan dari orang lain), manfaat fisik (contoh: kenyamanan), penghargaan yang bisa diukur (contoh: keuntungan ekonomi, bebas biaya), dan penghargaan imajinatif (contoh: penghormatan dari orang, hubungan pada orang terhormat yang memiliki perilaku yang sama) semuanya mendorong perilaku faktor pendorong juga terdapat akibat yang berbeda atau hukuman, yang bisa membawa kepada perilaku positif.

Beberapa faktor pendorong yang memberi dorongan social bisa menjadi faktor pemungkin bila berubah menjadi dukungan sosial, seperti bantuan keuangan atau bantuan

transportasi. Penguatan/ pendorong dapat bersifat imajinatif, seperti mencontoh suatu perilaku sesudah terpikat dengan individual dalam suatu sponsor televisi yang terlihat sangat menikmati perilaku tersebut. Penguatan bersifat positif atau sebaliknya tergantung pada sikap dan perilaku orang-orang yang tersebut, dan dari beberapa di antaranya mempunyai pengaruh yang lebih sangat besar terhadap perilaku. Dukungan sosial atau komunitas dapat menguatkan perbuatan seseorang agar bergabung dengan kelompok yang membuat perubahan perilaku (Mustari et al., 2022).

Dari teori Precede dan Proceed diketahui jika salah satu cara agar dapat mengubah perilaku ialah dengan melakukan perencanaan terhadap factor predisposisi yaitu merubah pengetahuan, sikap dan persepsi terhadap problem kesehatan dari kegiatan pendidikan kesehatan (Siahaan, 2022).

E. Kerangka teori

Berdasarkan tinjauan teori yang disusun maka, dapat disusun kerangka teori pada penelitian ini sebagai berikut :

Gambar 2.1 : kerangka teori



