

BAB II

TUNJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Persepsi Manfaat

a. Definisi persepsi Manfaat

Persepsi manfaat (*perceived benefits*) merujuk pada kepercayaan seseorang terhadap keuntungan atau hasil positif yang diperoleh dari suatu tindakan kesehatan. Dalam kerangka perilaku kesehatan, persepsi manfaat menggambarkan sejauh mana seseorang meyakini bahwa tindakan tertentu mampu mengurangi risiko penyakit, mencegah komplikasi, atau meningkatkan kualitas hidupnya (Talango & Kusdhiarningsih, 2024).

Persepsi merupakan hasil pengolahan kognitif terhadap stimulus yang diterima, sehingga keyakinan terhadap manfaat suatu tindakan sangat dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, dan lingkungan sosial. Pada kondisi hipertensi, persepsi manfaat merupakan keyakinan bahwa konsumsi obat antihipertensi secara rutin dapat membantu mengontrol tekanan darah, mencegah stroke, serta mengurangi komplikasi terjadinya penyakit jantung (Wibrata et al., 2023).

Notoatmodjo (2020) menjelaskan bahwa persepsi merupakan bagian dari determinan perilaku kesehatan yang terbentuk setelah individu memperoleh pengetahuan dan melakukan evaluasi terhadap

suatu tindakan. Apabila individu menilai bahwa tindakan tersebut membawa keuntungan yang signifikan, maka kecenderungan untuk melakukan tindakan tersebut akan meningkat.

b. Proses Terjadinya Persepsi Manfaat

Persepsi manfaat terbentuk melalui beberapa tahapan proses kognitif individu dalam menilai keuntungan suatu tindakan kesehatan, yaitu:

1) Stimulus

Stimulus merupakan rangsangan yang diterima individu berupa informasi mengenai penyakit hipertensi dan manfaat pengobatan, baik melalui edukasi tenaga kesehatan, media informasi, maupun pengalaman pribadi selama menjalani terapi.

2) Proses Pengolahan Informasi (*Organism*)

Informasi yang diterima kemudian diproses dalam diri individu melalui perhatian, pemahaman, serta interpretasi berdasarkan pengetahuan dan pengalaman sebelumnya. Pada tahap ini individu mulai menilai efektivitas pengobatan terhadap kondisi kesehatannya.

3) Evaluasi pengalaman

Individu membandingkan kondisi kesehatan sebelum dan sesudah menjalani pengobatan. Pengalaman positif, seperti tekanan darah yang lebih stabil atau berkurangnya keluhan, akan memperkuat keyakinan bahwa tindakan pengobatan memberikan

manfaat.

4) Terbentuknya persepsi manfaat

Hasil evaluasi tersebut membentuk keyakinan bahwa pengobatan hipertensi memberikan keuntungan bagi kesehatan. Persepsi manfaat yang terbentuk selanjutnya mendorong individu untuk mempertahankan perilaku pengobatan secara konsisten (Wibrata et al., 2023).

c. Faktor yang Memengaruhi Persepsi Manfaat

Berbagai faktor yang bisa memengaruhi persepsi manfaat sebagai berikut:

1) Pengetahuan tentang hipertensi dan komplikasinya

Individu yang memahami risiko stroke, gangguan ginjal, serta penyakit jantung umumnya memiliki persepsi manfaat yang lebih tinggi terhadap pengobatan.

2) Pengalaman pribadi atau keluarga

Pengalaman melihat komplikasi hipertensi pada orang lain dapat memperkuat keyakinan terhadap pentingnya terapi.

3) Peran keluarga

Perhatian emosional serta pengingat keluarga dapat meningkatkan keyakinan bahwa pengobatan membawa manfaat.

4) Informasi dari tenaga kesehatan

Edukasi yang jelas dan berulang dapat memperkuat persepsi manfaat pasien terhadap terapi.

5) Kondisi psikologis individu

Motivasi dan kepercayaan diri mempengaruhi bagaimana seseorang menilai manfaat suatu tindakan.

Notoatmodjo (2020) menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap berperan penting pada pembentukan persepsi yang pada akhirnya memengaruhi perilaku kesehatan.

d. Teori-Teori Persepsi

Persepsi manfaat berkaitan dengan keyakinan individu terhadap keuntungan yang diperoleh dari suatu tindakan kesehatan. Pembentukan persepsi manfaat dapat dijelaskan melalui beberapa teori perilaku kesehatan yang menekankan proses kognitif serta keyakinan individu dalam pengambilan keputusan kesehatan.

1) Teori kognitif

Teori kognitif menjelaskan bahwa individu memproses informasi kesehatan melalui proses berpikir, pemahaman, dan penilaian terhadap informasi yang diterima. Informasi mengenai efektivitas pengobatan hipertensi akan diinterpretasikan oleh individu sehingga membentuk keyakinan mengenai manfaat tindakan tersebut. Persepsi manfaat yang positif akan meningkatkan kecenderungan individu untuk melakukan

perilaku pengobatan secara konsisten (Wibrata et al., 2023).

2) Teori perilaku Kesehatan

Menurut Notoatmodjo (2020), perilaku kesehatan dapat dipengaruhi faktor predisposisi, seperti pengetahuan, sikap, serta persepsi individu. Keyakinan mengenai manfaat dari suatu tindakan kesehatan menjadi pendorong utama terbentuknya perilaku sehat. Individu yang meyakini bahwa pengobatan mampu mencegah komplikasi hipertensi akan lebih termotivasi untuk menjalankan terapi secara berkelanjutan.

3) Health Belief Model

HBM menerangkan bahwa penentu seseorang dalam mengambil keputusan kesehatan dipengaruhi oleh persepsi mengenai manfaat yang diperoleh dari tindakan tersebut. Persepsi manfaat (*perceived benefits*) berperan dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan karena individu percaya bahwa tindakan yang dilakukan efektif dalam menurunkan risiko penyakit dan meningkatkan kondisi Kesehatan (Talango & Kusdhiarningsih, 2024).

e. Persepsi Manfaat dalam Health Belief Model

Dalam (HBM), persepsi manfaat merupakan salah satu konstruk utama yang berperan penting dalam memengaruhi keputusan individu untuk melakukan tindakan kesehatan. Persepsi manfaat menggambarkan keyakinan individu mengenai sejauh mana suatu

tindakan kesehatan mampu memberikan keuntungan, seperti mencegah komplikasi, mengurangi tingkat keparahan penyakit, serta meningkatkan kualitas hidup. Individu akan cenderung melakukan perilaku kesehatan apabila mereka meyakini bahwa tindakan yang dilakukan efektif dalam mengendalikan atau menurunkan risiko penyakit yang dialami.

Pada pasien hipertensi, persepsi manfaat dapat terbentuk melalui pemahaman bahwa kepatuhan dalam menjalani pengobatan, mengukur tekanan darah secara berkala serta menerapkan pola hidup yang sehat mampu menjaga kestabilan tekanan darah serta mengurangi risiko terjadinya komplikasi kardiovaskular. Keyakinan terhadap manfaat tersebut dapat meningkatkan motivasi individu dalam mempertahankan perilaku pengobatan secara berkelanjutan.

Sebaliknya, apabila individu tidak merasakan atau tidak memahami manfaat nyata dari tindakan kesehatan yang dilakukan, maka kecenderungan untuk menjalankan pengobatan akan menurun. Oleh karena itu, persepsi manfaat menjadi faktor pendorong internal yang memperkuat terbentuknya perilaku kesehatan positif, karena individu menilai bahwa usaha yang dilakukan sebanding dengan hasil kesehatan yang diperoleh (Marheta et al., 2024).

2. Persepsi Hambatan

a. Definisi Persepsi Hambatan

Persepsi hambatan (*perceived barriers*) merupakan keyakinan individu mengenai berbagai kendala atau kesulitan yang

dirasakan dalam melakukan suatu tindakan kesehatan. Persepsi hambatan menggambarkan pandangan individu terhadap berbagai faktor yang dianggap bisa menghambat keberhasilan pelaksanaan perilaku kesehatan, baik berupa faktor fisik, psikologis, sosial, maupun ekonomi (Talango & Kusdhiarningsih, 2024).

Persepsi terbentuk melalui proses interpretasi individu terhadap pengalaman dan informasi yang diterima, sehingga hambatan yang dirasakan setiap individu dapat berbeda walaupun memiliki kondisi kesehatan yang sama. Dalam pengobatan hipertensi, hambatan yang sering dirasakan meliputi efek samping dari obat, rasa jenuh dalam menjalani terapi jangka panjang, keterbatasan biaya pengobatan, serta kurangnya dukungan lingkungan (Wibrata et al., 2023).

b. Proses terjadinya persepsi hambatan

Persepsi hambatan juga terbentuk melalui tahapan proses penilaian individu terhadap kesulitan dalam melakukan tindakan kesehatan, yaitu:

1) Stimulus

Stimulus berupa pengalaman atau informasi mengenai kesulitan selama menjalani pengobatan hipertensi, seperti efek samping obat, biaya pengobatan, lamanya terapi, maupun keterbatasan akses pelayanan kesehatan.

2) Proses Pengolahan Informasi

Individu mengolah pengalaman tersebut melalui proses berpikir dan penilaian berdasarkan kemampuan fisik, kondisi ekonomi, serta dukungan sosial yang dimiliki.

3) Evaluasi kesulitan yang dirasakan

Pada tahap ini individu menimbang tingkat usaha, ketidaknyamanan, atau beban yang harus ditanggung selama menjalani pengobatan. Apabila tindakan dianggap sulit atau melelahkan, maka individu mulai memandang pengobatan sebagai hambatan.

4) Terbentuknya persepsi hambatan

Hasil evaluasi tersebut membentuk keyakinan bahwa pengobatan sulit dilakukan atau menimbulkan beban tertentu. Persepsi hambatan yang tinggi dapat menurunkan motivasi individu dalam menjalankan perilaku pengobatan hipertensi (Talango & Kusdhiarningsih, 2024).

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi Hambatan

Persepsi hambatan berkaitan dengan berbagai faktor yang memengaruhi pada kondisi seseorang ataupun lingkungan sosial yang dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam menjalankan pengobatan. Hambatan yang dirasakan individu dapat berbeda meskipun memiliki kondisi penyakit yang sama karena dipengaruhi oleh pengalaman dan situasi personal masing-masing individu. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi persepsi hambatan :

1) Faktor ekonomi

Keterbatasan biaya pengobatan, pembelian obat, serta biaya transportasi menuju fasilitas pelayanan kesehatan dapat meningkatkan persepsi hambatan pasien dalam menjalani terapi hipertensi secara rutin.

2) Faktor psikologis

Perasaan jenuh, kurang motivasi, serta kelelahan dalam menjalani pengobatan jangka panjang dapat menyebabkan pasien memandang terapi sebagai beban sehingga meningkatkan persepsi hambatan.

3) Efek samping pengobatan

Pengalaman terhadap efek samping obat antihipertensi sering kali menjadi alasan pasien menghentikan atau tidak patuh terhadap pengobatan karena tindakan tersebut dianggap menimbulkan ketidaknyamanan.

4) Dukungan keluarga dan lingkungan hidup

Kurangnya dukungan emosional maupun pengingat dari keluarga dapat memperbesar hambatan yang dirasakan pasien dalam mempertahankan perilaku pengobatan.

5) Akses pelayanan Kesehatan

Jarak fasilitas kesehatan, waktu pelayanan, serta kemudahan memperoleh layanan kesehatan turut memengaruhi persepsi pasien terhadap kesulitan menjalani pengobatan

(Marheta et al.,2024).

d. Teori yang Mendukung Persepsi Hambatan

Persepsi hambatan berhubungan dengan pandangan seseorang kepada kesulitan atau kendala yang dirasakan dalam melakukan tindakan kesehatan. Persepsi ini berperan dalam menentukan keberlanjutan perilaku pengobatan yang dilakukan individu. Berikut teori yang mendukung persepsi hambatan:

1) Teori kognitif

Dalam teori kognitif, individu akan mengevaluasi pengalaman dan informasi sebelum mengambil keputusan kesehatan. Apabila tindakan pengobatan dipersepsikan sebagai sulit, tidak nyaman, atau menimbulkan efek negatif, maka persepsi hambatan akan terbentuk dan dapat menurunkan motivasi individu dalam menjalankan pengobatan (Wibrata et al., 2023).

2) Teori Perilaku Kesehatan

Persepsi negatif terhadap suatu tindakan kesehatan dapat menjadi faktor penghambat terbentuknya perilaku sehat. Hambatan yang dirasakan individu, seperti efek samping obat atau keterbatasan akses pelayanan kesehatan, dapat menyebabkan rendahnya kepatuhan terhadap terapi (Notoatmodjo, 2020).

3) Teori Health Belief Model

Dalam (HBM), persepsi hambatan (*perceived barriers*) menjadi faktor yang paling besar pengaruhnya terhadap keputusan seseorang untuk tidak melakukan perilaku pengobatan. Individu cenderung menghindari tindakan kesehatan apabila hambatan yang dirasakan lebih besar dibandingkan manfaat yang diperoleh (Marheta et al., 2024).

e. Persepsi Hambatan dalam Health Belief Model

Pada *Health Belief Model*, persepsi hambatan (*perceived barriers*) menjadi salah satu konstruk yang memiliki pengaruh paling kuat terhadap keputusan individu dalam melakukan tindakan kesehatan. Persepsi hambatan menggambarkan penilaian individu terhadap berbagai kesulitan, ketidaknyamanan, maupun konsekuensi negatif yang mungkin timbul ketika menjalankan suatu perilaku kesehatan. Individu akan mempertimbangkan hambatan yang dirasakan, seperti keterbatasan biaya, efek samping dari pengobatan, rasa jenuh dalam menjalani terapi jangka panjang, serta keterbatasan akses pelayanan kesehatan sebelum memutuskan untuk melakukan atau mempertahankan tindakan pengobatan.

Menurut Marheta et al. (2024), individu cenderung tidak melakukan perilaku kesehatan apabila hambatan yang dirasakan dianggap lebih besar dibandingkan manfaat yang diperoleh dari tindakan tersebut. Dalam konteks pengobatan hipertensi, persepsi

hambatan yang tinggi dapat mengurangi motivasi pasien dalam menjalani terapi dan melakukan kontrol secara rutin, maupun mempertahankan perubahan gaya hidup sehat. Sebaliknya, apabila hambatan yang dirasakan dapat diminimalkan melalui dukungan keluarga, edukasi kesehatan, dan kemudahan akses pelayanan kesehatan, maka kemungkinan individu untuk menjalankan perilaku pengobatan secara konsisten akan meningkat. Oleh karena itu, persepsi hambatan menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan dalam upaya untuk meningkatkan keberhasilan pengelolaan hipertensi jangka panjang.

3. Pelilaku Pengobatan Hipertens

a. Definisi perilaku pengobatan

Perilaku pengobatan mencakup berbagai tindakan atau upaya yang dilakukan individu untuk memperoleh pengobatan yang sesuai ketika merasa atau menganggap dirinya mengalami masalah kesehatan (Febriani, 2019). Perilaku pengobatan adalah manifestasi dari kesadaran individu terhadap penyakit yang mendorongnya untuk melakukan tindakan tertentu, seperti meminum obat, kontrol rutin, atau mencari alternatif terapi lain. Perilaku tersebut menjadi indikator penting dari sejauh mana seseorang memahami dan menanggapi kondisi kesehatannya (Riani et al., 2025).

Selain itu, perilaku pengobatan juga didefinisikan sebagai bagian dari perilaku kesehatan yang dipengaruhi oleh pengetahuan,

sikap, serta keyakinan individu mengenai penyakit tersebut. Pengobatannya, yang tercermin dalam kepatuhan menjalani terapi dan pemanfaatan layanan kesehatan secara tepat (Notoatmodjo, 2020).

Menurut peneliti, perilaku pengobatan tidak hanya terbatas pada tindakan minum obat sesuai resep, tetapi juga mencakup konsistensi individu dalam menjalani kontrol kesehatan, kemampuan mengambil keputusan terkait pengobatan, serta kesiapan menghadapi hambatan selama proses terapi. Dalam konteks penyakit kronis seperti hipertensi, perilaku pengobatan menjadi aspek kunci karena keberhasilan pengendalian penyakit sangat bergantung pada keterlibatan aktif individu dalam menjalankan pengobatan secara berkelanjutan.

b. Pengertian Perilaku Pengobatan Menurut Para Ahli

- 1) Notoatmodjo (2014) menyebut perilaku kesehatan, termasuk perilaku pengobatan, sebagai semua bentuk tanggapan individu terhadap rangsangan dari luar yang berkaitan dengan penyakit, pelayanan kesehatan, maupun lingkungan yang mempengaruhi kesehatannya.
- 2) Perilaku pengobatan merupakan bentuk aktualisasi diri pasien dalam proses penyembuhan. Faktor pada diri sendiri, seperti pengetahuan, serta faktor dari luar, seperti dukungan keluarga, berperan penting dalam menentukan kepatuhan pasien terhadap

pengobatan (Leppan & Hartati, 2025).

- 3) perilaku pengobatan bukan hanya sebatas tindakan mengonsumsi obat, tetapi juga meliputi keteraturan dalam melakukan kontrol medis, kepatuhan terhadap instruksi tenaga kesehatan, serta pengelolaan gaya hidup yang menunjang proses kesembuhan (Erwanindyasari, 2025).

c. Bentuk Perilaku Pengobatan Hipertensi

Perilaku pengobatan hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi beberapa bentuk utama, yaitu:

1) Kepatuhan minum obat

Kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi secara rutin sesuai dengan petunjuk dokter adalah elemen paling penting. Ketidakepatuhan dapat mengakibatkan tekanan darah menjadi tidak terkontrol serta meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi, seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner. Tingkat kepatuhan yang tinggi sering kali dihubungkan dengan edukasi kesehatan dan dukungan keluarga (Patricia et al., 2025).

2) Kontrol Rutin ke Fasilitas Kesehatan

Pemeriksaan tekanan darah secara berkala memungkinkan tenaga medis menyesuaikan dosis obat dan memantau efektivitas terapi. kontrol rutin berperan dalam meningkatkan kesadaran pasien terhadap pentingnya manajemen hipertensi jangka Panjang

(Roesardhyati & Pitaloka, 2025).

3) Manajemen Pengobatan di Rumah (Self-Management Homecare)

Manajemen mandiri merupakan bentuk perilaku aktif pasien dalam mengelola penyakitnya di rumah. Aktivitas ini meliputi pengukuran tekanan darah secara mandiri, pencatatan hasil pengukuran, serta kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam dan tinggi serat. penerapan *self-management* terbukti meningkatkan kemandirian pasien, menurunkan tekanan darah, dan mengurangi risiko komplikasi (Roesardhyati & Pitaloka, 2025).

4) Penggunaan Obat Tradisional atau Komplementer

Penggunaan obat tradisional adalah pemanfaatan bahan atau ramuan yang berasal dari tumbuhan, hewan, mineral, galenik, atau gabungan di antaranya dan telah dimanfaatkan secara turun-temurun sebagai pengobatan berdasarkan pengalaman, serta kepercayaan masyarakat. Sebagian masyarakat Indonesia masih memadukan pengobatan medis dengan pengobatan tradisional seperti ramuan herbal. kombinasi ini sering dilakukan karena faktor budaya dan kepercayaan turun-temurun. Namun, penting untuk memperhatikan potensi interaksi antara obat herbal dan obat medis (Apriliyani, 2025).

5) Kepatuhan terhadap Pola Hidup Sehat

Perubahan gaya hidup merupakan bagian penting dari

pengobatan nonfarmakologis. Perilaku seperti menghindari konsumsi garam berlebihan, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, rutin berolahraga, serta mengelola stres dapat mempercepat keberhasilan pengobatan hipertensi. Gaya hidup sehat tidak hanya membantu menurunkan tekanan darah tetapi juga memperbaiki kondisi jantung dan pembuluh darah (Sismanto & Atun, 2025).

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Pengobatan

Perilaku pengobatan pada pasien hipertensi berkaitan oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sekitarnya yang membentuk keputusan seseorang dalam menjalani terapi jangka panjang. Faktor-faktor tersebut akan menentukan apakah pasien mampu mempertahankan pola pengobatan yang konsisten untuk mencegah komplikasi berat, seperti stroke dan gagal jantung. Berdasarkan penelitian Herlina dan Pangestika (2023), perilaku pengobatan hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, yaitu:

1) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan dasar penting dalam pengambilan keputusan kesehatan. Pasien yang memahami apa itu hipertensi, dampaknya terhadap organ vital, serta tujuan konsumsi obat antihipertensi, akan menunjukkan kesadaran lebih tinggi terhadap pentingnya kepatuhan pengobatan. Sebaliknya, kurangnya

pengetahuan menyebabkan keyakinan keliru seperti menghentikan minum obat karena merasa sudah sembuh saat gejala menghilang. Edukasi yang terstruktur terbukti mampu meningkatkan kemauan pasien dalam mengikuti terapi sesuai anjuran.

2) Persepsi dan keyakinan

Persepsi individu terhadap efektivitas obat dan keyakinan terhadap sistem medis mempengaruhi keputusannya dalam memilih cara pengobatan.

3) Motivasi dan Sikap terhadap Penyakit

Motivasi diri menjadi pendorong utama perilaku pengobatan. Pasien yang memiliki keyakinan kuat untuk mencapai kualitas hidup lebih baik akan tetap meminum obat meskipun tidak merasakan gejala. Sikap positif terhadap penyakit juga membantu pasien menerima kondisi kesehatannya dan aktif mencari solusi terbaik.

4) Dukungan Keluarga dan Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial, terutama keluarga, merupakan elemen vital dalam keberhasilan terapi. Peran keluarga tidak hanya sebatas mengingatkan jadwal minum obat dan menemani kontrol, tetapi juga memberikan motivasi psikologis ketika pasien merasa bosan menjalani pengobatan dalam jangka waktu yang panjang. Dukungan keluarga yang baik dapat meningkatkan rasa percaya

diri dan kepatuhan dalam mengikuti terapi.

5) Akses terhadap Pelayanan Kesehatan

Akses yang mudah dan terjangkau terhadap fasilitas kesehatan akan meningkatkan peluang pasien mendapatkan pengobatan yang tepat dan berkala. Faktor jarak, biaya transportasi, ketersediaan obat, serta keramahan tenaga kesehatan berpengaruh pada kenyamanan pasien dalam melakukan kontrol rutin. Akses yang terbatas dapat menyebabkan penundaan pengobatan bahkan penghentian konsumsi obat.

6) Status Sosial Ekonomi dan Pendidikan

Pasien dengan penghasilan rendah bisa kesulitan membeli obat atau membayar kebutuhan terapi lainnya. Selain itu, tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya berhubungan dengan kemampuan memahami informasi kesehatan, dan mengikuti instruksi tenaga kesehatan dengan benar, sehingga meningkatkan kepatuhan (Herlina & Pangestika, 2023).

4. Hipertensi

a. Definisi Hipertensi

Hipertensi ditandai dengan tekanan darah yang secara terus-menerus melebihi nilai normal, dengan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi tersebut perlu ditegakkan melalui pengukuran berulang dalam keadaan istirahat, karena tekanan darah sangat dipengaruhi aktivitas fisik dan respon

tubuh. Hipertensi menjadi salah satu penyebab utama gangguan kardiovaskular serta risiko kematian pada masyarakat dewasa di Indonesia (Wahidin et al., 2025).

Selain itu, hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena pada tahap awal umumnya tidak menimbulkan gejala yang spesifik sehingga sebagian besar penderita tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi. Jika tidak dikendalikan, tekanan darah tinggi dapat menyebabkan kerusakan pada organ vital, seperti jantung, otak, dan ginjal. Faktor perilaku serta gaya hidup, seperti mengonsumsi garam secara berlebihan dan rendahnya aktivitas fisik berperan besar dalam memicu peningkatan tekanan darah pada populasi masyarakat (Priwahyuni et al., 2021).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang memiliki tingkat kejadian tinggi pada kelompok usia produktif dan dewasa. Hipertensi masih menjadi kondisi yang banyak ditemukan di pelayanan kesehatan tingkat pertama, sehingga memerlukan perhatian dalam upaya pengendalian dan pencegahan komplikasi. Kondisi hipertensi yang tidak terkontrol dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup serta meningkatkan risiko terjadinya gangguan kardiovaskular (Hardin & Siska Manao, 2024).

Menurut peneliti, hipertensi adalah penyakit kronis yang ditandai oleh meningkatnya tekanan darah secara menetap dan sering tidak disadari oleh penderitanya karena minimnya gejala pada

tahap awal. Tingginya angka kejadian hipertensi, khususnya pada usia produktif dan dewasa, menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu tantangan utama dalam pelayanan kesehatan.

b. Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi hipertensi dilakukan untuk menentukan tingkat keparahan penyakit dan membantu tenaga kesehatan dalam pengambilan keputusan klinis. Tekanan darah yang normal berada pada nilai di bawah 120/80 mmHg, sedangkan peningkatan tekanan darah yang menetap hingga lebih dari batas diagnostik menunjukkan adanya hipertensi yang memerlukan pengawasan dan penatalaksanaan lanjut (Rahmawati & Kasih, 2023).

Berikut klasifikasi klinis hipertensi yang umum digunakan pada pelayanan kesehatan:

Tabel 2.1 Klasifikasi dari JNC Tekanan Darah

Kategori	Sistolik (mmHg)	Diastolik (mmHg)
Normal	<120	<80
Hipertensi	120-139	80-89
Hipertensi Derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi Derajat 2	≥ 160	≥ 100

c. Etiologi Hipertensi

Menurut (Sylvestris, 2017) etiologi hipertensi sebagai berikut :

1) Faktor Genetik

Riwayat hipertensi pada orang tua dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami hipertensi hingga dua kali lipat dibandingkan individu yang tidak memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga.

2) Usia

Bertambahnya umur dapat menyebabkan berbagai perubahan pada kondisi fisiologis. Pada kelompok usia lanjut, resistensi perifer dan aktivitas saraf simpatis cenderung mengalami peningkatan.

3) Jenis Kelamin

Pada laki-laki kemungkinan untuk mengalami hipertensi lebih besar pada rentan usia muda.

4) Ras

Hipertensi lebih sering ditemukan pada individu berkulit hitam dibandingkan dengan orang berkulit putih. Hingga sekarang, penyebab kondisi tersebut belum sepenuhnya diketahui.

5) Obesitas

Hal tersebut berkaitan dengan meningkatnya tekanan darah

dalam pembuluh darah serta detak jantung.

6) Nutrisi

Mengonsumsi garam berlebih dapat mengakibatkan hipertensi.

7) Merokok

Bahan kimia yang ada pada rokok dapat mengakibatkan mempersempit pembuluh darah, yang menyebabkan peningkatan tekanan di arteri dan jantung.

d. Patofisiologi

Hipertensi terjadi akibat interaksi berbagai mekanisme tubuh yang mengatur tekanan darah, khususnya sistem saraf simpatis dan sistem renin-angiotensin-aldosteron. Peningkatan aktivitas saraf simpatis bisa menyebabkan denyut jantung meningkat serta pembuluh darah mengalami vasokonstriksi sehingga resistensi perifer meningkat. Selain itu, retensi natrium dan air yang dimediasi oleh RAAS turut meningkatkan volume darah dan curah jantung sehingga tekanan darah mengalami peningkatan secara kronis (Rahmawati & Kasih, 2023).

Gangguan fungsi endotel yang ditandai dengan penurunan kemampuan vasodilatasi pembuluh darah juga berperan dalam patofisiologi hipertensi. Perubahan struktural seperti penurunan elastisitas arteri pada usia lanjut meningkatkan resistensi vaskular perifer. Selain itu, stres oksidatif dan perubahan hormonal seperti

penurunan estrogen pascamenopause dapat memperburuk mekanisme pengaturan tekanan darah sehingga tekanan darah mudah meningkat secara berkelanjutan (Fiana & Indarjo, 2024).

e. Tanda dan Gejala

Tanda dan gejala hipertensi umumnya tidak spesifik, bahkan sebagian besar kasus tidak disertai keluhan sehingga hipertensi dikenal sebagai *silent killer*. Gejala umumnya mulai dirasakan ketika tekanan darah sudah berada pada tingkat yang sangat tinggi atau ketika sudah terjadi gangguan pada organ target. Sejumlah gejala yang mungkin timbul meliputi sakit kepala, terutama di bagian belakang kepala, pusing atau rasa berputar, mudah lelah, mimisan, gangguan penglihatan, palpitasi, serta nyeri dada akibat beban kerja jantung yang meningkat. Apabila kondisi ini tidak dapat penanganan dengan baik, hipertensi dapat berkembang dan menyebabkan komplikasi yang lebih serius, seperti stroke, gagal jantung, dan gangguan ginjal (Rahmawati & Kasih, 2023).

f. Komplikasi Hipertensi

Hipertensi yang berlangsung dalam jangka waktu lama apabila tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan kerusakan pada organ yang berperan penting dalam sistem kardiovaskular dan metabolik tubuh. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan gangguan pada berbagai organ tubuh, seperti jantung,

ginjal, otak, dan pembuluh darah. Kondisi tekanan darah tinggi yang terjadi secara terus-menerus dapat meningkatkan beban kerja jantung sehingga memicu hipertrofi ventrikel kiri dan risiko penyakit jantung koroner. Selain itu, hipertensi berperan dalam terjadinya stroke melalui pecahnya pembuluh darah otak maupun terbentuknya sumbatan pada pembuluh darah otak akibat aterosklerosis (Rahmawati & Kasih, 2023).

g. Pemeriksaan Penunjang

Menurut Rahmawati & Rosdina (2023), pemeriksaan penunjang pada pasien hipertensi dilakukan untuk menilai fungsi organ tubuh, mengidentifikasi faktor risiko dan menentukan adanya komplikasi secara dini. Pemeriksaan yang dapat dilakukan meliputi:

1) Pemeriksaan Laboratorium

- a. Hematologi dan Hematokrit : Menilai viskositas darah yang berkaitan dengan risiko gangguan kardiovaskular.
- b. Ureum/Kreatinin : Mengidentifikasi kerusakan fungsi ginjal yang dapat disebabkan oleh Kondisi tekanan darah tinggi yang terjadi dalam jangka waktu panjang.
- c. Glukosa Darah: Menilai adanya hiperglikemia yang dapat menjadi faktor pencetus hipertensi dan komplikasinya.
- d. Profil Lipid: Menentukan risiko aterosklerosis akibat kadar kolesterol yang tinggi.

2) Pemeriksaan Radiologi dan Penunjang Lainnya

- a. Elektrokardiografi (EKG): Menilai pembesaran ventrikel kiri serta mendeteksi gangguan irama jantung.
- b. Rontgen Torak: Mengidentifikasi pembesaran jantung dan kelainan pembuluh darah besar.
- c. Ultrasonografi (USG) Ginjal: Mengevaluasi kemungkinan adanya gangguan pada ginjal sebagai penyebab hipertensi.
- d. Funduskopi : Mendeteksi retinopati hipertensi sebagai tanda kerusakan pembuluh darah retina.

h. Penatalaksanaan

Hipertensi bisa ditangani melalui berbagai metode. Penatalaksanaan yang dapat diberikan kepada penderita hipertensi meliputi:

1) Terapi farmakologi

Salah satu upaya untuk mengatasi tekanan darah tinggi adalah melalui terapi farmakologis dengan pemberian obat antihipertensi. Pemberian obat antihipertensi dilakukan untuk mengurangi risiko kesakitan dan kematian akibat tekanan darah tinggi, seperti stroke, iskemia jantung, gagal jantung kongestif, serta kondisi hipertensi yang semakin berat.

2) Terapi Non-Farmakologi

Terapi ini dapat diterapkan kepada penderita hipertensi meliputi, sebagai berikut:

a. Diet

Pada penderita hipertensi dapat diterapkan dengan memilih makanan rendah lemak dan garam. Pola makan tersebut dapat menjaga tekanan darah tetap terkontrol serta mengurangi risiko terjadinya komplikasi akibat hipertensi.

b. Manajemen stres

Stres atau tekanan psikologis, seperti perasaan tertekan, marah, murung, dendam, takut, dan rasa bersalah, dapat menjadi salah satu faktor yang berperan terhadap munculnya komplikasi akibat hipertensi.

c. Kontrol kesehatan

Pemeriksaan kesehatan secara rutin penting bagi penderita hipertensi untuk memantau kondisi tekanan darah secara berkala. Sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari kondisi tersebut dan baru mengetahuinya ketika melakukan pemeriksaan tekanan darah.

d. Olahraga

Olahraga secara teratur dapat membantu mengurangi penumpukan kolesterol pada pembuluh darah arteri. Oleh karena itu, aktivitas fisik yang dilakukan dengan teratur bisa membantu menurunkan risiko terjadinya komplikasi akibat hipertensi.

e. Terapi relaksasi

Teknik relaksasi dapat membantu penderita

hipertensi dengan merelaksasikan pembuluh darah sehingga terjadi vasodilatasi yang berperan dalam menurunkan tekanan darah hingga mendekati kondisi normal (Ananto, 2017).

i. Faktor Resiko Hipertensi

Berbagai kondisi atau kebiasaan yang dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami tekanan darah tinggi. Faktor tersebut terbagi menjadi dua kelompok, yaitu faktor yang dapat dikendalikan serta faktor yang tidak dapat dikontrol (Fiana & Indarjo, 2024).

1) Faktor yang dapat dikendalikan

a. Obesitas

Berat badan berlebih dapat menyebabkan peningkatan beban kerja jantung serta volume sirkulasi darah sehingga tekanan darah meningkat.

b. Konsumsi garam berlebih

Asupan garam tinggi menyebabkan retensi cairan yang memicu kenaikan tekanan darah.

c. Kurang aktivitas fisik

Pola hidup yang kurang aktif melemahkan fungsi kardiovaskular serta meningkatkan risiko hipertensi.

d. Kebiasaan merokok

Zat kimia dalam rokok menyebabkan vasokonstriksi dan meningkatkan tekanan darah secara signifikan.

2) Faktor yang tidak dapat dikendalikan

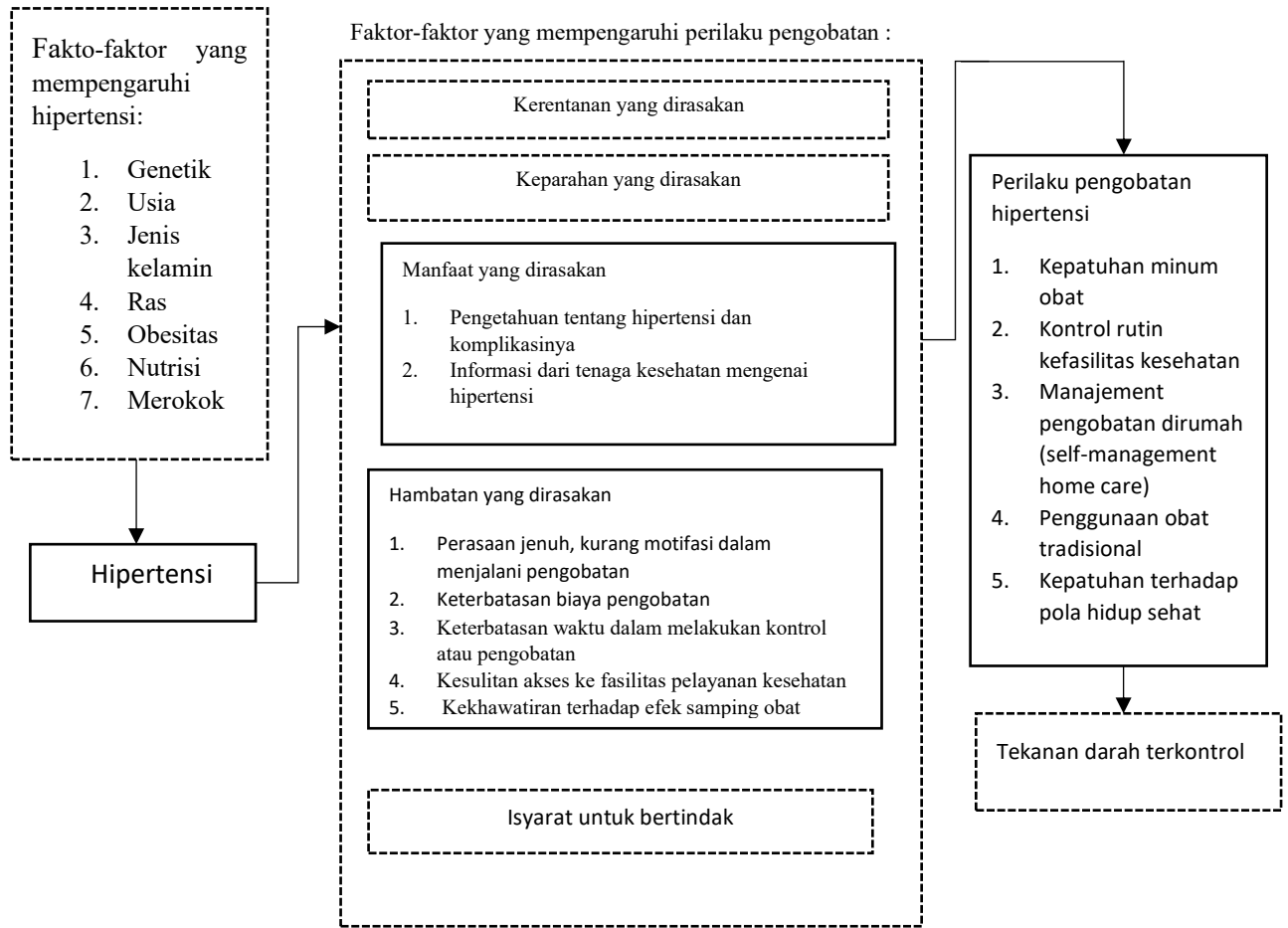
a. Umur

Semakin bertambah umur, penurunan kelenturan pembuluh darah sehingga tekanan darah cenderung meningkat.

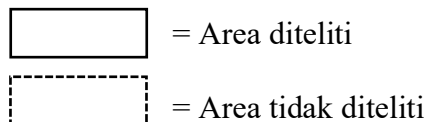
b. Genetik

Seseorang dengan keluarga yang memiliki hipertensi memiliki risiko lebih besar untuk mengalami hipertensi karena faktor keturunan.

B. Kerangka Teori



Penjelasan :



Gambar 2.1 Kerangka Teori

(Sumber : proyono, 2014., Pramana, 2016).