

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Edukasi Kesehatan

2.1.1 Pengertian

Edukasi kesehatan adalah kunci untuk hidup sehat. Melalui edukasi, kita dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan. Pengetahuan adalah kekuatan untuk menjaga kesehatan (Wijayanto, 2021).

Edukasi kesehatan adalah kunci untuk mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat. Dengan pembelajaran yang tepat, kita dapat mengembangkan kebiasaan baru yang positif dan meninggalkan kebiasaan yang merugikan kesehatan (13).

2.1.2 Tujuan

Edukasi kesehatan bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat. Melalui edukasi, kita memperoleh pengetahuan dan keterampilan untuk menerapkan perilaku yang mendukung kesehatan optimal. Edukasi kesehatan memiliki beberapa tujuan antara lain:

1. Edukasi kesehatan itu penting supaya kita bisa hidup sehat dan bahagia.
2. Edukasi kesehatan mengajarkan kita cara hidup sehat dan menjaga lingkungan agar kita semua sehat.
3. Melalui edukasi kesehatan, diharapkan masyarakat dapat berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan menjaga kesehatan diri, keluarga, dan komunitas (14).

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Edukasi Kesehatan

Faktor-faktor yang harus dipertimbangkan di dalam memberikan edukasi kesehatan agar sasaran tercapai (Maulana, 2014):

1. Tingkat Pendidikan

Semakin pintar seseorang, semakin mudah dia menerima informasi baru.

2. Tingkat Sosial Ekonomi

Tingkat ekonomi yang tinggi memberikan akses yang lebih baik terhadap informasi.

3. Adat Istiadat

Banyak orang masih percaya banget sama adat istiadat dan susah untuk mengubahnya.

4. Kepercayaan Masyarakat

Kalau informasi itu dari orang yang terkenal atau dipercaya, orang-orang lebih gampang percaya.

2.1.4 Media Booklet

Booklet adalah majalah kecil yang berisi informasi kesehatan yang mudah dipahami. Kita bisa bagikan booklet ini ke banyak orang agar mereka tahu cara menjaga kesehatan (Faiqoh, 2021).

Metode merupakan pendekatan yang digunakan dalam pendidikan kesehatan untuk menyampaikan informasi. Pemilihan metode yang tepat sangat krusial dalam menentukan keberhasilan program kesehatan, karena metode yang efektif dapat meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan (Wijayanto, 2021).

Menurut Satmoko (2006), membuat booklet itu gampang. Pertama, kita harus pilih topik yang jelas dan tahu siapa aja yang mau baca. Di awal booklet, kita jelasin singkat tentang topiknya. Isi booklet mirip buku, tapi lebih singkat dan menarik. Tambahin gambar-gambar yang bagus biar lebih seru dibaca.

Menurut Aqib (2013), sebuah booklet harus memenuhi beberapa prinsip dasar, yaitu visibilitas, daya tarik, kesederhanaan, manfaat, akurasi, legitimasi, dan struktur yang baik. Menurut Utami (2018), sebelum membuat booklet, kita harus:

1. Menentukan target audiens;
2. Menentukan tujuan booklet;
3. Membuat daftar singkat tentang apa yang ingin kita sampaikan;
4. Mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya;
5. Mendesain cara penyajian informasi, misalnya dengan gambar atau tulisan;
6. Membuat draft booklet;
7. Mencobakan draft booklet tersebut pada orang-orang yang mirip dengan target audiens kita;
8. Merevisi konsep dan menambahkan ilustrasi yang sesuai.

Berdasarkan penelitian Sari (2017), booklet memiliki beberapa keunggulan, antara lain: sifatnya yang permanen, jangkauan yang luas, biaya produksi yang relatif rendah, fleksibilitas dalam penggunaan, serta kemampuannya untuk menyajikan informasi secara lengkap dan mudah dipahami.

Menurut Sari (2017), buku panduan juga punya kekurangan. Misalnya, kalau orang yang membaca tidak bisa baca dengan baik, informasi di buku panduan jadi susah dipahami. Selain itu, kalau gambar atau simbol yang ada di buku panduan kurang jelas, malah bisa bikin orang bingung.

2.2 Konsep Hipertensi

2.2.1 Pengertian

Hipertensi adalah penyakit darah tinggi. Ini terjadi ketika tekanan darah seseorang secara konsisten di atas 140/90 mmHg (15). Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah seseorang lebih tinggi dari biasanya. Penyakit darah tinggi atau hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah lebih tinggi dari normal (16).

Hipertensi merupakan penyebab utama dari berbagai penyakit serius, termasuk penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Organ-organ vital seperti jantung, otak, dan ginjal dapat mengalami kerusakan permanen akibat tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol (17).

2.2.2 Klasifikasi

Menurut standar WHO tahun 2018, tekanan darah yang ideal adalah 120/80 mmHg. Jika tekanan darah seseorang lebih tinggi dari itu, misalnya 140/90 mmHg atau lebih, maka orang tersebut dikategorikan mengalami hipertensi

Menurut JNC VII dijelaskan seperti tabel berikut :

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi (Menurut JNC VII)

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

2.2.3 Etiologi

Menurut Pranata dan Prabowo (2017) penyebab hipertensi dibagi menjadi 2 golongan, yaitu:

1. Hipertensi esensial adalah jenis tekanan darah tinggi yang paling sering terjadi. Meskipun penyebab pasti belum diketahui, faktor-faktor seperti genetik, usia, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi garam berlebih, dan stres dianggap sebagai faktor risiko yang meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami hipertensi esensial.
2. Hipertensi sekunder adalah darah tinggi yang penyebabnya bukan cuma karena gaya hidup, tapi karena penyakit lain. Cuma sedikit banget kasus darah tinggi yang kayak gini. Contohnya, kalau kita minum pil KB, ada masalah di otak, lagi hamil, atau habis kena luka bakar parah, kita bisa kena darah tinggi jenis ini (18).

Sebagian besar kasus hipertensi tidak memiliki penyebab yang jelas. Hipertensi terjadi ketika jantung memompa darah dengan kekuatan yang lebih besar atau ketika pembuluh darah menyempit. Meskipun penyebab utamanya seringkali tidak diketahui, beberapa faktor telah diidentifikasi sebagai pemicu terjadinya hipertensi, seperti (Aspiani, 2016) :

1. Genetik: Keturunan bisa membuat seseorang lebih rentan terhadap tekanan darah tinggi.
2. Obesitas: Kelebihan berat badan bisa meningkatkan tekanan darah karena pengaruh hormon insulin.
3. Stres: Stres berkepanjangan bisa memicu naiknya tekanan darah.
4. Penuaan: Pembuluh darah yang menua dan mengeras bisa menyebabkan tekanan darah tinggi.

Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor penyebab hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi yaitu diantaranya :

1. Usia Usia merupakan faktor penyebab hipertensi dengan prevalensi tertinggi yaitu rentang usia 30-40 tahun.
2. Jenis kelamin Jumlah pria dan wanita yang terkena darah tinggi itu sama. Tapi, sebelum menopause, wanita lebih terlindungi dari penyakit jantung, termasuk darah tinggi. Setelah menopause, perlindungan ini hilang karena hormon estrogen yang melindungi jantung berkurang.
3. Genetik Risiko seseorang terkena hipertensi akan meningkat jika ada anggota keluarga yang juga menderita hipertensi. Hal ini terkait dengan adanya ketidakseimbangan kadar natrium (garam) di dalam sel dan rendahnya perbandingan antara kalium dan natrium dalam tubuh. Individu yang memiliki orang tua dengan riwayat hipertensi memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki riwayat keluarga hipertensi (16).

Selain itu, faktor penyebab hipertensi yang dapat dimodifikasi diantaranya :

1. Obesitas: Lemak berlebih dapat mengganggu kerja hormon dan menyebabkan tekanan darah naik.
2. Merokok: Nikotin dalam rokok dapat menyebabkan pembuluh darah menyempit dan jantung bekerja lebih keras.
3. Stres: Hormon stres seperti kortisol dapat meningkatkan tekanan darah.
4. Asupan garam: Garam menyebabkan tubuh menahan lebih banyak air, sehingga meningkatkan volume darah dan tekanan darah.

5. Aktivitas fisik: Olahraga aerobik seperti jalan cepat, berlari, atau bersepeda dapat membantu menurunkan tekanan darah. merupakan seseorang dengan kemampuan lebih rendah dalam mengeluarkan garam dari tubuhnya (16).

2.2.4 Tanda dan gejala

Darah tinggi seringkali tidak terasa di awal. Sakit kepala di pagi hari baru muncul setelah darah tinggi sudah cukup parah. Kalau sudah muncul gejala lain, artinya organ dalam tubuh sudah mulai rusak. Jadi, penting banget untuk segera atasi darah tinggi sebelum terlambat (16).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI tahun 2019, hipertensi seringkali bersifat asimtomatik pada tahap awal. Banyak penderita baru menyadari kondisi mereka saat melakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Hal ini menyebabkan hipertensi sering disebut sebagai "pembunuh senyap". Meskipun demikian, beberapa individu mungkin mengalami gejala nonspesifik seperti sakit kepala atau pusing.

2.2.5 Patofisiologi

Tekanan darah bisa naik karena jantung kita bekerja terlalu keras atau pembuluh darah kita menjadi kaku dan sempit. Bayangkan seperti selang air yang sudah tua dan keras, air akan sulit mengalir dengan lancar. Begitu juga dengan darah kita (Triyanto, 2014).

Tekanan darah bisa turun kalau jantung kita lemah, pembuluh darah terlalu lebar, atau tubuh kita kekurangan cairan. Ginjal dan saraf bekerja sama untuk menjaga tekanan darah tetap normal. Ginjal mengatur jumlah garam dan air di tubuh kita agar tekanan darahnya stabil. Kalau tekanan darah terlalu tinggi, ginjal akan membuang garam dan air lebih banyak (Triyanto, 2014).

Sistem saraf simpatik itu kayak alarm tubuh kita. Kalau kita lagi stres, jantung kita berdetak lebih kencang, ginjal kita menahan air, dan tubuh kita mengeluarkan hormon tertentu (Triyanto, 2014).

2.2.6 Pemeriksaan diagnostic

Pemeriksaan penunjang hipertensi menurut (Aspiani, 2016) adalah sebagai berikut:

1. Laboratorium Pemeriksaan darah bisa menunjukkan kalau ginjal kita rusak akibat darah tinggi. Kita akan cek albumin, kreatinin, dan beberapa zat lain dalam darah.
2. Pemeriksaan EKG bisa mendeteksi masalah pada jantung akibat darah tinggi, seperti jantung membesar atau kerusakan otot jantung.
3. Foto rontgen bisa menunjukkan ukuran jantung, kondisi tulang rusuk, dan apakah ada masalah pada paru-paru atau ginjal akibat darah tinggi.

2.2.7 Penatalaksanaan

Ada dua cara untuk mengobati tekanan darah tinggi, yaitu dengan obat-obatan dan dengan cara lain seperti olahraga atau mengatur pola makan. Obat-obatan yang diberikan tergantung pada seberapa tinggi tekanan darah pasien (16).

Modifikasi gaya hidup dapat dilakukan sebagai berikut :

1. Pengurangan konsumsi garam

Membatasi asupan garam sangat penting bagi penderita hipertensi. Mengurangi konsumsi garam bisa menurunkan tekanan darah secara signifikan.

2. Menurunkan berat badan

Orang yang kelebihan berat badan biasanya punya tekanan darah tinggi. Kalau berat badannya diturunkan, tekanan darahnya juga bisa turun.

3. Menghindari minuman berkafein

Minum kopi terlalu banyak bisa meningkatkan risiko darah tinggi. Sebaiknya, kita kurangi konsumsi kopi.

4. Menghindari rokok

Merokok sangat berbahaya, terutama bagi penderita darah tinggi. Merokok bisa meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke.

5. Olahraga secara rutin

Olahraga teratur sangat penting untuk menjaga tekanan darah tetap stabil. Jalan kaki saja sudah cukup.

6. Tidur berkualitas

Tidur yang cukup dan berkualitas sangat penting untuk kesehatan, terutama bagi penderita darah tinggi (16).

2.3 Konsep Kepatuhan Minum Obat

2.3.1 Pengertian

Kepatuhan pengobatan didefinisikan sebagai perilaku pasien dalam mengikuti sepenuhnya anjuran dokter terkait penggunaan obat, termasuk jadwal dan dosis (19).

Kepatuhan pasien merupakan faktor determinan utama dalam keberhasilan terapi hipertensi. Adherensi yang baik terhadap regimen pengobatan dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi kardiovaskular. Ketidakpatuhan pasien menjadi tantangan besar dalam pengelolaan hipertensi, terutama mengingat prevalensi penyakit yang tinggi dan sifatnya yang asimtomatik (19).

2.3.2 Aspek-Aspek Kepatuhan

Menurut Sarbani dalam Pratama (2021) persoalan kepatuhan dalam realitasnya ditentukan oleh tiga aspek, yaitu:

1. Pemegang Otoritas

Status yang tinggi dari figur yang memiliki otoritas memberikan pengaruh penting terhadap perilaku kepatuhan pada masyarakat.

2. Kondisi yang terjadi

Terbatasnya peluang untuk tidak patuh dan meningkatnya situasi yang menuntut kepatuhan.

3. Orang yang mematuhi

Kesadaran masyarakat untuk mematuhi peraturan karena ia mengetahui bahwa hal itu benar dan penting untuk dilakukan.

2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Obat

Hareri et al (2014) dalam Susanto (2016) faktor yang mempengaruhi kepatuhan minum obat yaitu :

- a. Ekonomi

Kondisi ekonomi seseorang dapat mempengaruhi kesehatan jangka panjangnya, terutama bagi penderita hipertensi. Ketidakmampuan untuk membeli obat secara rutin akibat keterbatasan ekonomi dapat menyebabkan tekanan darah tidak terkontrol dan meningkatkan risiko komplikasi serius.

- b. Pengetahuan

Pengetahuan adalah Keinginan untuk mengetahui sangat kuat. Semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin baik pula penanganan pasien hipertensi.

c. Dukungan Tenaga Kesehatan

Peran tenaga kesehatan merupakan melibatkan tenaga kesehatan (dokter, perawat, apoteker) untuk memotivasi pasien hipertensi agar meminum obat antihipertensi secara teratur sesuai petunjuk.

d. Dukungan Keluarga

Dukungan keluarga adalah bantuan yang diberikan oleh orang-orang terdekat untuk membantu pasien hipertensi agar selalu rutin minum obat yang diberikan dokter.

Dukungan dapat ditampilkan dengan pengaturan:

- 1) Memberikan perhatian, misalnya mempertahankan makanan meliputi porsi, jenis, frekuensi dalam sehari-hari serta kecukupan gizi.
- 2) Mengingatkan, misalnya kapanya penderita harus minum obat, kapan istirahat serta kapan saatnya kontrol.
- 3) Menyiapkan obat yang harus diminum oleh pasien.
- 4) Memberikan motivasi pada pasien hipertensi.

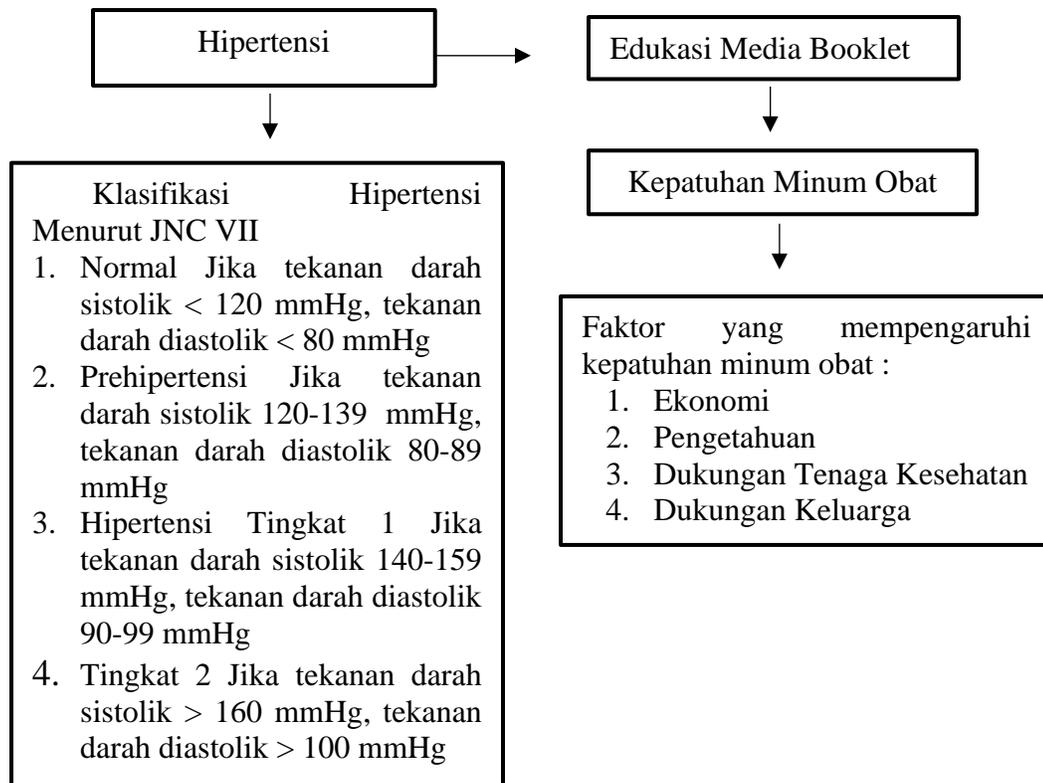
2.2.3 Pengukuran kepatuhan minum obat

Keberhasilan pengobatan hipertensi sangat dipengaruhi oleh peran aktif pasien. Selain rajin memeriksakan diri ke dokter sesuai jadwal, pasien juga harus disiplin dalam mengonsumsi obat antihipertensi. Untuk mengukur seberapa patuh seorang pasien dalam minum obat, seringkali digunakan metode *MMAS-8 Modified Morisky Adherence Scale* (Evadewi, 2013:34). Metode ini terdiri dari beberapa pertanyaan yang dirancang khusus untuk menilai seberapa sering pasien lupa minum obat, sengaja berhenti minum obat, atau kesulitan dalam mengikuti anjuran dokter (Morisky & Muntner, 2010).

Kepatuhan ini untuk mengetahui bagaimana kepatuhan pasien hipertensi dalam minum obat antihipertensi menggunakan yang menggunakan kuisioner *MMAS Morisky Medication Adherence Scale*).

MMAS memiliki 8 pertanyaan. Pilihan respon untuk item 1 sampai 7 adalah “Iya” atau “Tidak”. Total skor pada MMAS bernilai 0 sampai 8, yaitu sebagai berikut: 1. Jika skor < 6 menunjukkan kepatuhan rendah 2. Jika skor 6 - 8 menunjukkan kepatuhan sedang 3. Jika skor 8 menunjukkan kepatuhan tinggi.

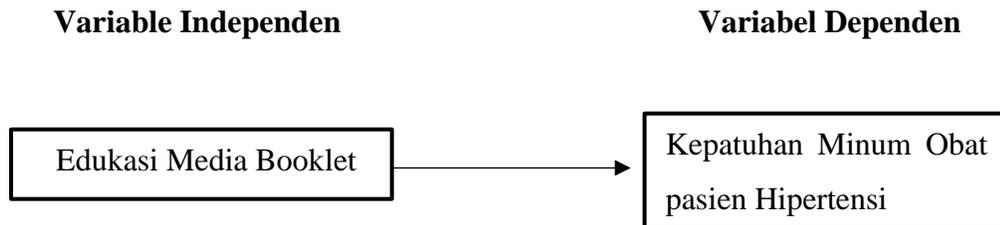
2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

2.6 Kerangka Konsep

Kerangka konsep yang digunakan pada penelitian ini adalah :



Keterangan :



: Diteliti



: Alur berpikir

Gambar 2. 2 Kerangka Konsep

2.7 Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Hipotesis disusun sebelum penelitian dilaksanakan, karena hipotesis akan bisa memberikan petunjuk pada tahap pengumpulan, analisa dan interpretasi data (nursalam, 2013)

H_a :

Ada Pengaruh Edukasi Media Booklet Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Naioni.

H_1 :

Tidak Ada Pengaruh Edukasi Media Booklet Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Naioni.