

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Hipertensi

2.1.1 Definisi Hipertensi

Ketika tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih tinggi, kondisi tersebut dikenal sebagai hipertensi. Kondisi yang dikenal sebagai hipertensi ditandai dengan peningkatan sirkulasi darah yang terus-menerus.. Hal ini terjadi karena jantung bekerja memompa darah lebih cepat untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh

Hipertensi adalah Tekanan darah tinggi yang tidak normal, ditunjukkan oleh setidaknya tiga pengukuran terpisah, dengan pembacaan sistolik dan diastolik di atas 140/90 mmHg. Tekanan darah tinggi jangka panjang merupakan pembunuh diam-diam dan salah satu penyebab kematian tertinggi di dunia karena dapat merusak pembuluh darah di organ target seperti ginjal, jantung, otak, dan mata. (Wulandari et al., 2023)

2.1.2 Etiologi Hipertensi

Berdasarkan etiologi (asal muasal) dari terjadinya penyakit hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 2 yaitu :

a. Hipertensi Essensial/Primer

Hipertensi essensial atau primer umum terjadi pada orang dewasa dengan tingkat kejadian 80-95%. Meskipun penyebab pasti hipertensi belum dapat dipastikan, sejumlah faktor kemungkinan berperan. Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan gaya hidup dan kebiasaan yang dapat meningkatkan risiko hipertensi. Meskipun belum ada obat untuk hipertensi jenis ini, kondisi ini dapat ditangani dengan perawatan yang tepat.

b. Hipertensi Sekunder

Suatu bentuk hipertensi yang dikenal sebagai hipertensi sekunder disebabkan oleh penyakit atau masalah kesehatan yang mendasarinya. contohnya penyebabnya termasuk penyempitan arteri ginjal, penyakit ginjal, feokromositoma, dan hiperaldosteronisme. Hipertensi ini bersifat akut dan menunjukkan adanya perubahan pada curah jantung (Rika Widianita, 2023).

2.1.3 Patofisiologi Hipertensi

Tekanan darah dihasilkan dari kerja jantung dan perubahan pembuluh darah. Tekanan darah arteri bisa berubah karena mekanisme hormonal. Saat tekanan darah tinggi, jantung membesar dan bekerja lebih keras karena adanya tinggi resistensi di pembuluh darah dan rendahnya aliran darah dari ventrikel kiri. Penurunan aliran jantung dapat mengganggu pasokan darah ke organ tubuh, terutama ginjal (Pancawati, R. H. 2022).

2.1.4 Klasifikasi Hipertensi

Tekanan darah dianggap normal jika tekanan darah sistolik berada di bawah 120 mmHg dan tekanan darah diastolik di bawah 80 mmHg. Sementara itu, seseorang dianggap memiliki riwayat hipertensi jika tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg (Mauludi ,2023)

Tabel 2.1.4 klasifikasi Hipertensi

Kategori	Tekanan darah sistolik	Tekanan darah diastolik
Optimal	< 120	<80
Normal	120-129	80-84
Normal-tinggi	130-139	85-89
Hipertensi derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi derajat 2	160-179	100-109
Hipertensi derajat 3	>180	> 110
Hipertensi sistolik terisolasi	>140	<90

2.1.5 Tanda dan Gejala Hipertensi

Hipertensi tidak memiliki gejala spesifik. Secara fisik, penderita hipertensi juga tidak menunjukkan kelainan apa pun. Beberapa orang tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi karena gejala kondisi tersebut sering kali menyerupai gejala penyakit lain. Gejala umum yang terjadi pada penderita hipertensi antara lain

1. Jantung berdebar
2. Penglihatan Kabur
3. Sakit kepala disertai rasa berat pada tengkuk
4. Kadang disertai dengan mual dan muntah
5. Telinga berdenging
6. Gelisah
7. Rasa sakit di dada
8. Mudah Lelah
9. Muka memerah
10. Mimisan (Rahayu et al., 2022).

2.1.6 Penatalaksanaan Hipertensi

Pengobatan hipertensi bertujuan untuk menghindari morbiditas dan mortalitas karena konsekuensi kardiovaskular yang terkait dengan menjaga tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Prinsip pengobatan hipertensi antara lain:

1. Terapi nonfarmakologi
 - a. Perubahan gaya hidup
 - b. Melakukan aktivitas fisik yang terjadwal
 - c. Mengurangi asupan natrium (sodium)
 - d. Batasi konsumsi alkohol
 - e. Menghindari merokok
 - f. Mengelola stress (Sumarni & Setyaningsih, 2019).
2. Terapi farmakologi
 - a. Obat-obatan ini membantu meningkatkan ekskresi garam dan air melalui urin, yang menurunkan volume darah dan tekanan dinding pembuluh darah.
 - b. ACE inhibitor (penghambat enzim pengubah angiotensin) ACE inhibitor menghambat enzim yang mempersempit pembuluh darah, sehingga menjaga pembuluh darah tetap terbuka dan menurunkan tekanan darah.
 - c. ARB (antagonis reseptor angiotensin II) Obat ini bekerja dengan menghalangi kerja hormon angiotensin II, yang mempersempit pembuluh darah.
 - d. Beta blocker Obat ini memperlambat detak jantung dan mengurangi tekanan pada pembuluh darah dengan menghalangi kerja hormon adrenalin.
 - e. Antagonis kalsium Obat ini membantu menjaga pembuluh darah tetap rileks dan terbuka dengan menghalangi aliran kalsium ke sel otot pembuluh darah.

- f. Inhibitor reuptake norepinefrin dan antagonis alfa Obat ini mengurangi aktivitas saraf simpatis dan membantu menurunkan tekanan darah (Sumarni & Setyaningsih, 2019).

2.1.7 Komplikasi Hipertensi

Komplikasi yang dapat terjadi pada hipertensi sebagai berikut:

1. Gagal jantung

Ketika tekanan darah terlalu tinggi, otot jantung terpaksa bekerja lebih keras untuk memompa darah sehingga menyebabkan otot jantung kiri membesar dan menyebabkan jantung tidak berfungsi. Pembesaran otot jantung kiri disebabkan oleh jantung yang bekerja lebih keras untuk memompa darah.

2. Stroke

Stroke dapat terjadi akibat perdarahan intraserebral akibat tekanan darah tinggi atau akibat pelepasan emboli dari pembuluh darah noncerebrovaskular di otak yang terkena tekanan tinggi. Pada tekanan darah tinggi kronis, stroke dapat terjadi ketika arteri yang memasok darah ke otak membesar dan menebal sehingga mengurangi aliran darah ke area yang memasok darah tersebut.

3. Infark miokard

Infark miokard dapat terjadi ketika arteri koroner yang mengalami aterosklerotik tidak dapat menyediakan cukup oksigen ke otot jantung, atau ketika bekuan darah terbentuk dan menghalangi aliran darah di pembuluh darah. Pada kasus hipertensi kronis dan hipertensi ventrikel, kebutuhan oksigen miokard tidak terpenuhi dan terjadi iskenia jantung yang dapat menyebabkan infark.

4. Kerusakan Mata

Tekanan darah yang berlebihan dapat merusak pembuluh darah dan saraf pada mata.

5. Gagal ginjal

Merupakan manifestasi klinis kerusakan ginjal progresif yang tidak dapat diperbaiki karena berbagai alasan. Salah satunya di Pasal kardiovaskular, mekanisme terjadinya hipertensi pada gagal ginjal kronik disebabkan oleh akumulasi garam dan air atau sistem renin-angiotensin- aldosteron (Mulyani, S. S. 2019).

2.2 Pengetahuan Tentang Hipertensi

Pengetahuan adalah hasil dari ingin tahu yang muncul melalaui panca indra, seperti mata dan telinga, terhadap objek tertentu. Pengetahuan juga merupakan bagian penting dari pemikiran yang membentuk sikap terbuka dalam perilaku. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan bisa dibagi menjadi empat kelompok menurut teori Blum. Pertama lingkungan yang mencakup aspek fisik, sosial, budaya, politik, dan ekonomi. Kedua perilaku individu atau kelompok. Ketiga pelayanan kesehatan yang tersedia. Keempat dalam menentukan kesehatan seseorang atau masyarakat. Pengetahuan yang baik penting untuk menciptakan perilaku masyarakat yang sehat. Dengan pemahaman yang meningkat, masyarakat tahu cara menjaga kesehatan, menghindari hal-hal berbahaya dan mencari pengobatan saat sakit. Tujuan pendidikan kesehatan adalah agar masyarakat dapat hidup sehat demi diri sendiri dan orang lain.

Hipertensi adalah penyakit yang tidak dapat disembuhkan, tetapi bisa dikendalikan. Penyakit ini dapat diobati dengan mengurangi faktor risiko dan mempromosikan pilihan gaya hidup sehat. Penting untuk memberikan pengetahuan kepada penderitanya tentang manajemen hipertensi, termasuk pengetahuan tentang hipertensi, tanda dan gejala, kategorisasi, komplikasi, serta pencegahan dan penatalaksanaan. Pemahaman yang efektif akan meningkatkan sikap dan perilaku penderita, sehingga mereka dapat

mempertahankan gaya hidup sehat dan menganalisis tekanan darah, yang merupakan faktor penyebab hipertensi. (Firdausi, 2020).

2.3 Konsep Edukasi melalui leaflet

2.3.1 Pengertian Edukasi melalui media leaflet

Edukasi atau pendidikan adalah usaha yang direncanakan untuk memengaruhi individu, kelompok, atau Masyarakat agar mengikuti hampunya educator. Edukasi sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi, yang memiliki pengaruh besar terhadap seberapa baik kondisi ini ditangani. Menurut penelitian, inisiatif edukasi yang terorganisir dapat meningkatkan kesadaran tentang hipertensi, bahayanya, dan strategi penanganannya. Pasien yang memiliki lebih banyak pengetahuan tentang kondisi kesehatan mereka lebih mampu mengikuti rencana perawatan dan melakukan penyesuaian gaya hidup yang diperlukan untuk menjaga tekanan darah mereka tetap terkendali(Sudaryanto et al., 2025).

Leaflet merupakan media cetak yang memiliki bentuk lembaran yang terlipat yang digunakan sebagai media menyampaikan informasi dan pesan kesehatan. Leaflet memuat tulisan dengan kalimat yang singkat, padat, dapat di pahami, dan di lengkapi dengan gambar sederhana. Leaflet lembaran yang di lipat dan di hias dengan desain yang dapat menarik pembaca dengan Bahasa yang sederhana dengan tujuan agar lebih mudah di pahami oleh pembaca.

2.3.2 Kekurangan dan kelebihan leaflet

Manfaat selebaran antara lain kesederhanaan dan biayanya yang rendah, portabilitasnya karena ukurannya yang kecil dan ringan, dapat disimpan dalam jangka waktu lama dan sering digunakan, serta dapat dicari dan dibaca kapan saja dan dari mana saja. Selain fakta bahwa pengguna dapat membaca informasi dengan cepat, kekurangan selebaran antara lain daya tahannya yang kurang, kerentanannya terhadap kehilangan, dan ketidakmampuannya menyampaikan gerakan

atau suara. Kecuali diarahkan oleh pembicara, individu akan enggan memegang gambar cetak yang tidak menarik, sehingga menjadi dokumen yang tidak berguna. Tunjukkan minat aktif untuk membantunya membaca dan memanfaatkan konten tersebut.