

## **BAB 2**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **2.1 Konsep Dasar Hipertensi**

##### **2.1.1 Pengertian Hipertensi**

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian/ mortalitas. Tekanan darah yang tidak terkontrol akan mengakibatkan stroke, infark miokrd, gagal ginjal dan kejang (Wati et al., 2023).

Hipertensi merupakan keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yaitu 140/90 mmHg. Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi yang mengenai berbagai organ seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Masih sedikit penderita hipertensi yang melakukan pengobatan secara teratur untuk mengontrol tekanan darah (silvianah et al., 2024).

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang ditegakan bila tekanan darah sistolik mencapai  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolic  $\geq 90$  mmHg pada pengukuran di klinik atau fasilitas layanan kesehatan (Rahmawati & Kasih, 2023).

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan keadaan ketika terjadi kenaikan tekanan darah yaitu 140/100 mmHg. Peningkatan tekanan darah di pengaruhi oleh faktor – faktor seperti , jenis kelamin, usia, obesitas, kurang melakukan olahraga, kebiasaan merokok (Handono, 2024).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah seseorang meningkat di atas batas normal yaitu 140/90 mmHg, yang jika tidak ditangani dapat meningkatkan resiko komplikasi seperti stroke, jantung, kerusakan organ lainnya bahkan dapat menyebabkan kematian.

### **2.1.2 Klasifikasi Hipertensi**

Hipertensi diklasifikasikan menjadi 2 hipertensi yaitu sebagai berikut:

1. Hipertensi primer

Hipertensi primer atau hipertensi esensial adalah suatu kejadian dimana terjadi peningkatan persisten tekanan arteri akibat ketidakteraturan mekanisme kontrol homeostatik normal, dapat juga disebut hipertensi idiopatik. Faktor yang mempengaruhi hipertensi esensial ini adalah, lingkungan, genetik, dan faktor – faktor yang berisiko meningkatkan tekanan darah seperti obesitas dan merokok (Shelemo et al., 2023).

2. Hipertensi Sekunder

Hipertensi sekunder atau hipertensi renal adalah hipertensi yang berhubungan dengan gangguan sekresi hormon dan fungsi ginjal. Sekitar 10% dari kasus hipertensi termasuk hipertensi sekunder dan telah diketahui sebabnya. Penyebab hipertensi sekunder antara lain penyakit ginjal, hipertensi vaskuler dan hipertensi yang berhubungan dengan kehamilan (Shelemo et al., 2023).

### **2.1.3 Faktor Resiko Hipertensi**

Terdapat dua faktor risiko hipertensi yaitu sebagai berikut:

- 1) Faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah

Faktor risiko yang melekat pada diri individu dan diturunkan dari orang tua atau terjadi penyimpangan genetic sehingga berisiko mengalami hipertensi, faktor ini diantaranya adalah: a. Usia

Faktor usia sangat berpengaruh terhadap hipertensi karena dengan bertambahnya umur maka semakin tinggi mendapat risiko hipertensi. Ini sering disebabkan oleh perubahan alamiah di dalam tubuh yang mempengaruhi jantung, pembuluh darah dan hormon.

- b. Jenis Kelamin

Jenis kelamin juga sangat erat kaitannya terhadap terjadinya hipertensi dimana pada masa muda dan baya lebih tinggi penyakit

hipertensi pada laki-laki dan pada wanita lebih tinggi setelah umur 55 tahun, ketika seorang wanita mengalami menopause.

c. Genetik

Riwayat keluarga dekat yang memiliki hipertensi, akan mempertinggi risiko individu terkena hipertensi pada keturunannya. Keluarga dengan riwayat hipertensi akan meningkatkan risiko hipertensi sebesar empat kali lipat (Shelemo et al., 2023).

2) Faktor Risiko yang dapat diubah

Faktor risiko yang dapat diubah yaitu faktor risiko yang diakibatkan perilaku tidak sehat dari penderita hipertensi. Faktor ini cenderung berhubungan dengan perilaku hidup tidak sehat seperti: a. Merokok

Merokok dapat merusak jantung dan pembuluh darah. Nikotin dapat meningkatkan tekanan darah, sedangkan karbon monoksida bisa mengurangi jumlah oksigen yang dibawa di dalam darah. Tak hanya perokok saja yang berisiko, perokok pasif atau orang yang menghirup asap rokok di sekitarnya juga berisiko mengalami gangguan jantung dan pembuluh darah (Purwono et al., 2020).

b. Konsumsi garam berlebihan

Garam memiliki hubungan yang sebanding dengan timbulnya hipertensi. Semakin banyak jumlah garam dalam tubuh, maka akan terjadi peningkatan volume plasma, curah jantung, dan tekanan darah. Disamping itu, konsumsi garam dalam jumlah yang tinggi dapat mengecilkan diameter arteri, sehingga jantung harus memompa lebih keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang semakin sempit akibatnya menyebabkan hipertensi (Purwono et al., 2020).

c. Kurang aktivitas fisik

Aktifitas fisik baik untuk kesehatan jantung dan pembuluh darah. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan bertambahnya berat badan yang mengakibatkan risiko terjadinya tekanan darah tinggi (Riyada et al., 2024).

d. Stres

Stres adalah ketakutan dan kecemasan, jika ada sesuatu yang mengancam kelenjar Otak pituitari akan mengirimkan hormon kelenjar endokrin ke dalam darah. Hormon ini berfungsi mengaktifkan hormon adrenalin dan hidrokortison agar tubuh bisa menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi, dimana aktivitas hormon adrenalin membuat jantung bekerja lebih kuat dan lebih cepat, meningkatkan aliran darah ke organ lain. Selanjutnya jika stres terjadi dalam waktu lama maka akan terjadi hipertrofi kardiovaskuler, hormon ini juga berpengaruh pada peningkatan tekanan darah yang mengakibatkan hipertensi (Riyada et al., 2024).

e. Berat berlebihan/ kegemukan badan

Obesitas dapat menyebabkan hipertensi karena timbunan lemak mempersempit pembuluh darah sehingga aliran darah tidak mencakupi dan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi aliran darah yang mengakibatkan hipertensi. Mekanisme yang terlibat dalam obesitas hingga hipertensi melibatkan aktivitas simpatis sistem saraf dan renin angiotensin aldosterone serta terjadinya disfungsi endotel dan kelainan fungsi ginjal yang sangat berpengaruh dengan timbulnya hipertensi (Riyada et al., 2024).

f. Konsumsi alkohol

Konsumsi alkohol akan meningkatkan risiko hipertensi, namun mekanismenya belum jelas, diperkirakan akibat meningkatnya transport kalsium ke dalam sel otot polos dan melalui peningkatan katekolamin plasma. Terjadinya hipertensi lebih tinggi pada peminum alkohol berat akibat dari aktivitas simpatik. Peminum alkohol lebih dari dua gelas sehari akan memiliki risiko hipertensi dua kali lipat dibandingkan bukan peminum, serta tidak optimalnya efek dari obat anti hipertensi (Herawati et al., 2020).

#### 2.1.4 Patofisiologi Hipertensi

Mekanisme terjadinya hipertensi adalah melalui terbentuknya angiotensin II dari angiotensin I oleh Angiotensin I Converting Enzyme (ACE). ACE memegang peran fisiologis penting dalam mengatur tekanan darah. Darah mengandung angiotensinogen yang diproduksi di hati. Selanjutnya oleh hormon, renin (diproduksi oleh ginjal) akan diubah menjadi angiotensin I. Oleh ACE yang terdapat di paru – paru, angiotensin I diubah menjadi angiotensin II. Angiotensin II inilah yang memiliki peran kunci dalam menaikkan tekanan darah melalui dua aksi utama (Shelemo et al., 2023).

Aksi pertama adalah meningkatkan sekresi hormone antidiuretik (ADH) dan rasa haus ADH di produksi di hipotalamus (kelenjar pituitari) dan bekerja pada ginjal untuk mengatur osmolalitas dan volume urin. Meningkatnya ADH, sangat sedikit urin yang diekskresikan ke luar tubuh (antidiuresis), sehingga menjadik pekat dan tinggi osmolaritasnya. Untuk mengencerkannya, volume cairan ekstraseluler akan ditinkatkan dengan cara menarik cairan dari bagian intraseluler. Akibatnya, volume darah meningkat yang pada akhirnya akan meningkatkan tekanan darah. Aksi kedua adalah menstimulasi sekresi aldosteron adrenal. Aldosteron merupakan hormon steroid yang memiliki peran penting pada ginjal. Untuk mengatur volume cairan ekstraseluler, aldosteron akan mengurangi ekskresi NaCl (garam) dengan cara mereabsorpsinya dari tubulus ginjal (Shelemo et al., 2023).

Naiknya konsentrasi NaCl akan diencerkan kembali dengan cara meningkatkan volume cairan ekstraseluler yang pada gilirannya akan meningkatkan volume tekanan darah. Patogenesis dari hipertensi esensial merupakan multifaktorial dan sangat komplek. Faktor – faktor tersebut merubah fungsi tekanan darah terhadap perfusi jaringan yang adekuat meliputi mediator hormon, latihan vaskuler, volume sirkulasi 10 darah, kaliber vaskuler, viskositas darah, curah jantung, elastisitas pembuluh darah dan stimulus neural. Patogenesis hipertensi esensial dapat dipicu oleh beberapa faktor meliputi faktor genetik, asupan garam dalam diet, tingkat stres dapat berinteraksi untuk memunculkan gejala hipertensi (Shelemo et al., 2023).

### **2.1.5 Tanda dan Gejala Hipertensi**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kali tidak disadari keberadaannya. Dalam banyak kasus, penyakit ini baru diketahui ketika sudah terjadi komplikasi berbahaya yang dapat berujung pada kematian. Tanda dan gejala pada pasien hipertensi meliputi:

#### **1. Sakit Kepala**

Sakit kepala merupakan gejala hipertensi yang paling sering terjadi. Keluhan ini khususnya dirasakan oleh pasien dalam tahap krisis, di mana tekanan darah berada di angka 180/120 mmHg atau bahkan lebih tinggi lagi.

#### **2. Gangguan Penglihatan**

Gangguan penglihatan adalah salah satu komplikasi dari tekanan darah tinggi. Tanda hipertensi yang satu ini dapat terjadi secara mendadak atau perlahan. Salah satu gangguan penglihatan yang dapat terjadi adalah retinopati hipertensi. Ketika terjadi peningkatan tekanan darah, pembuluh darah mata dapat pecah. Hal ini menyebabkan penurunan penglihatan mata secara tajam dan mendadak.

#### **3. Mual dan Muntah**

Mual dan muntah adalah gejala darah tinggi yang dapat terjadi karena peningkatan tekanan di dalam kepala. Hal ini dapat terjadi akibat beberapa hal, termasuk perdarahan di dalam kepala. Salah satu faktor risiko perdarahan di dalam kepala adalah hipertensi. Seseorang dengan perdarahan otak dapat mengeluhkan adanya muntah menyembur yang terjadi tiba – tiba.

#### **4. Nyeri Dada**

Penderita hipertensi dapat mengalami keluhan nyeri dada. Kondisi ini terjadi penyumbatan pembuluh darah pada organ jantung. Tidak jarang, nyeri dada menjadi penanda dari serangan jantung yang juga bermula dari tekanan darah tinggi.

5. Sesak Napas

Penderita hipertensi juga dapat merasakan keluhan sesak napas. Keadaan ini terjadi ketika jantung mengalami pembesaran dan gagal memompa.

6. Bercak Darah di Mata

Sering disebut dengan perdarahan sub konjungtiva, gejala hipertensi ini sering ditemukan pada individu dengan diabetes atau tekanan darah tinggi. Namun bukan kedua kondisi tersebutlah yang menyebabkan secara langsung.

7. Muka yang Memerah

Ketika pembuluh darah di muka melebar, area wajah akan terlihat memerah. Hal ini dapat terjadi akibat respons dari beberapa pemicu, seperti paparan matahari, cuaca dingin, makanan pedas, angin, minuman panas, dan produk perawatan kulit. Meski disebabkan oleh banyak hal, *facial flushing* atau wajah memerah bisa juga menjadi gejala hipertensi. Ini terjadi ketika tekanan darah meningkat lebih dari biasanya.

8. Rasa Pusing

Hal ini dapat disebabkan oleh aliran darah yang berkurang ke otak.

9. Mimisan

Mimisan pada umumnya terjadi saat tekanan darah sedang sangat tinggi. Tekanan darah tinggi dapat menyebabkan pembuluh darah kecil di hidung pecah (Linda, 2024).

### **2.1.6 Komplikasi Hipertensi**

Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan yang serius. Beberapa komplikasi hipertensi yang perlu diwaspadai meliputi:

1. Penyakit Jantung

Hipertensi dapat menyebabkan pengerasan dan penebalan arteri, yang meningkatkan risiko penyakit jantung, termasuk serangan jantung.

2. Gagal Ginjal

Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah ginjal, yang pada akhirnya dapat menyebabkan gagal ginjal.

### 3. Gangguan Penglihatan

Komplikasi hipertensi menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah retina, yang dapat mengakibatkan gangguan penglihatan hingga kebutaan.

### 4. Masalah pada Otak

Hipertensi yang tidak diatasi dapat meningkatkan risiko masalah kognitif dan gangguan pada otak.

### 5. Masalah pada Jantung dan Pembuluh Darah Lainnya

Hipertensi yang tidak terkontrol juga dapat menyebabkan penyakit vaskuler perifer dan kerusakan pembuluh darah pada organ besar seperti otak dan ginjal ( Berek, 2024 ).

## **2.1.7 Penatalaksanaan Hipertensi**

Tujuan tiap program penanganan bagi setiap pasien adalah mencegah terjadinya morbiditas dan mortalitas penyerta dengan mencapai dan mempertahankan tekanan darah dibawah 140/90 mmHg. Juga setiap program ditentukan oleh derajat hipertensi, komplikasi dan kualitas hidup sehubungan dengan terapi (Berek, 2024). Penatalaksanaan hipertensi melibatkan pendekatan multidisiplin yang mencakup perubahan gaya hidup, pengobatan, dan pemantauan tekanan secara rutin. Berikut adalah langkah – langkah utama dalam penatalaksanaan hipertensi:

#### 1) Perubahan Gaya Hidup

##### a. Diet Sehat

Diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension). Mengonsumsi makanan tinggi buah, sayuran, biji – bijian, dan produk susu rendah lemak, serta mengurangi konsumsi garam, lemak jenuh, dan kolesterol. Pengurangan Garam: membatasi asupan garam hingga kurang dari 2.300 mg per hari atau lebih rendah jika disarankan.

##### b. Aktivitas Fisik

Rutin melakukan aktivitas fisik aerobik intensitas sedang seperti berjalan cepat, bersepeda, atau berenang setidaknya 150 menit per minggu.

c. Penurunan Berat Badan

Menurunkan berat badan jika kelebihan berat badan atau obesitas. Setiap penurunan 1 kg berat badan dapat menurunkan tekanan darah sekitar 1 mmHg.

d. Pembatasan Alkohol

Konsumsi alkohol hingga tidak lebih dari satu gelas per hari mengurangi untuk wanita dan dua gelas per hari untuk pria.

e. Berhenti Merokok

Merokok dapat meningkatkan tekanan darah dan risiko penyakit kardiovaskular.

2) Pengobatan Farmakologis

a. Diuretik Thiazide

Membantu ginjal mengeluarkan natrium dan air lebih banyak, yang mengurangi volume darah, contoh obatnya Amiloride, Spironolactone, Triamterene dan Eplerenone.

b. Penghambat ACE (Angiotensin – Converting Enzyme)

Mencegah pembentukan angiotensin II, suatu zat yang menyebabkan pembuluh darah menyempit, contoh obatnya Benazepril (Lotensin), Kaptopril (Capoten), Cilazapril (Inhibace), Enalapril (Vasotec), Fosinopril (Monopril), Lisinopril (Prinivil, Zestril), Perindopril (Coversyl), Quinapril (Accupril), Ramipril (Altace) dan Trandolapril (Mavik).

c. Penghambat Reseptor Angiotensin II (ARB)

Memblokir aksi angiotensin II pada reseptornya, contoh obatnya Candesartan (Atacand), Eprosartan (Teveten), Irbesartan (Avapro), Losartan (Cozaar), Olmesartan (Benicar), Telmisartan (Micardis), Valsartan (Diovan), Azilsartan (Edarbi) dan Fimasrtan.

d. Penghambat Beta

Mengurangi beban kerja jantung dan melebarkan pembuluh darah, sehingga jantung berdetak lebih lambat dan dengan kekuatan lebih kecil contoh obatnya Carvedilol dan Labetalol.

e. Penghambat Kalsium

Mengendurkan otot di dinding pembuluh darah dan memperlambat denyut jantung contoh obatnya Amlodipin (Norvasc), Diltiazem (Cardiazem, Tiazac, Tiazac XC), Felodipin (Plendil), Nifedipin XL (Adalat XL), Verapamil (Isoptin, Isoptin SR, Verelan), Bepridil (Vascor), Nikardipin (Cardene, Cardene SR), Nisoldipin (Sular).

f. Penghambat Renin

Mengurangi kemampuan ginjal untuk memproduksi renin, enzim yang memulai rantai reaksi yang menghasilkan peningkatan tekanan darah, contoh obatnya Aliskiren.

g. Pemantauan Dan Evaluasi.

3) Pemantauan Tekanan Darah

Pengukuran tekanan darah secara rutin di rumah atau klinik untuk memantau efektivitas pengobatan.

4) Evaluasi Rutin

Kunjungan rutin ke dokter untuk menilai kontrol tekanan darah dan menyesuaikan rencana perawatan sesuai kebutuhan (Ifadah, 2024).

## 2.2 Konsep Dasar Pengetahuan

### 2.2.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap pancaindra manusia, yakni indra pengelihatannya, pendengaran, penciuman rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan juga merupakan dominan yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Yulyana et al., 2023).

### 2.2.2 Jenis Pengetahuan

Berikut jenis-jenis pengetahuan sebagai berikut:

1. Pengetahuan Faktual (*faktual knowledge*)

Pengetahuan yang berupa potongan – potongan informasi yang terpisah – pisah atau unsur dasar yang ada dalam suatu disiplin ilmu tertentu.

Pengetahuan faktual pada umumnya merupakan abstraksi tingkat rendah.

## 2. Pengetahuan Konseptual

Pengetahuan yang menunjukkan saling keterkaitan antara unsur – unsur dasar dalam struktur yang lebih besar dan semuanya berfungsi bersama – sama. Pengetahuan konseptual mencakup skema, model pemikiran, dan teori baik yang implisit maupun eksplisit.

## 3. Pengetahuan Prosedural

Pengetahuan tentang bagaimana mengerjakan sesuatu, baik yang bersifat rutin maupun yang baru. Seringkali pengetahuan prosedural berisi langkah – langkah atau tahapan yang harus diikuti dalam mengerjakan suatu hal tertentu.

## 4. Pengetahuan Metakognitif

Pengetahuan tentang kognisi secara umum dan pengetahuan tentang diri sendiri. Kajian – kajian tentang metakognitif menunjukkan bahwa seiring dengan perkembangan siswa menjadi semakin sadar akan pikirannya dan semakin banyak tahu tentang kognisi ( Yulyana et al., 2023 ).

### 2.2.3 Tingkat Pengetahuan

Berikut tingkat pengetahuan sebagai berikut:

#### 1. Tahu ( *know* )

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termaksud ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali ( *recall* ) suatu spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh karena itu tahu adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah.

#### 2. Memahami ( *comprehension* )

Memahami merupakan suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.

#### 3. Aplikasi ( *aplication* )

Aplikasi merupakan kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya ).

4. Analisis ( *analysis* )

Analisis merupakan suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen – komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis ( *synthesis* )

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian – bagian di salah satu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis merupakan suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi – formulasi yang ada.

6. Evaluasi ( *evaluation* )

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek ( Yulyana et al., 2023 ).

#### **2.2.4 Faktor yang mempengaruhi Pengetahuan**

Faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan meliputi:

1. Pendidikan

Pendidikan yang rendah memiliki kemungkinan seseorang mengalami hipertensi karena kurangnya informasi atau pengetahuan yang mengarah pada perilaku dan gaya hidup yang tidak sehat seperti tidak mengetahui tentang bahaya dan pencegahannya.

2. Usia

Usia seseorang sangat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi dan cara berpikir seseorang tentang informasi yang diperoleh sehingga pola pikir seseorang akan berkembang, hal ini menyebabkan tekanan darah meningkat seiring bertambahnya usia.

3. Jenis Kelamin

Biasanya wanita memiliki peluang 2,7 kali untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan pria, dalam hal ini wanita monopause lebih rentan terhadap hipertensi dibandingkan wanita premenopause, itulah sebabnya hipertensi lebih sering terjadi pada wanita.

#### 4. Olahraga

Seseorang yang tidak berolahraga akan memiliki peluang 2,7 kali terkena hipertensi dibandingkan dengan mereka yang berolahraga.

#### 5. Riwayat Kesehatan

Riwayat keluarga seperti ayah, ibu, kakek, nenek, saudara kandung yang menderita hipertensi, sangat memungkinkan seseorang mengalami hipertensi, keluarga yang memiliki riwayat hipertensi memiliki peluang 3,6 kali untuk terkena hipertensi dibandingkan dengan yang tidak memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga.

#### 6. Merokok

Korban monoksida dalam asap rokok akan menggantikan peningkatan oksigen dalam darah, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah karena jantung dipaksa untuk memompa cukup untuk masuk oksigen ke organ dan jaringan tubuh lainnya.

#### 7. Konsumsi Alkohol

Setiap konsumsi alkohol peningkatan risiko hipertensi pada pria dan wanita akan meningkat jika mengkonsumsi alkohol 1 sampai 3 minuman/hari (Rachmawati et al., 2025).

## **2.3 Konsep Dukungan Keluarga**

### **2.3.1 Pengertian dukungan keluarga**

Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional, jadi dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu. Dukungan keluarga juga berupa bantuan yang dapat diberikan kepada

anggota keluarga lain berupa informasi dan nasihat yang mampu membuat penerima dukungan akan merasa dihargai, disayang, dan tentram. Dukungan ini merupakan sikap tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sedang sakit (Inayati & Hasanah, 2022).

### **2.3.2 Bentuk Dan Fungsi Dukungan Keluarga**

Membagi bentuk dan fungsi dukungan keluarga menjadi 4 yaitu:

#### **1. Dukungan Emosional**

Dukungan emosional merupakan keluarga sebagai tempat yang aman dan damai untuk istirahat dan pemulihan serta membantu penguasaan terhadap emosi. Aspek – aspek dari dukungan emosional meliputi dukungan yang diwujudkan dalam bentuk afeksi, adanya kepercayaan, perhatian, mendengarkan, dan didengarkan. Dukungan emosional melibatkan ekspresi empati, perhatian, pemberian semangat kehangatan pribadi, cinta, atau bantuan emosional.

#### **2. Dukungan Instrumental**

Dukungan instrumental adalah keluarga merupakan sumber pertolongan praktis dan konkrit, diantaranya adalah dalam hal kebutuhan keuangan, makan, minum, dan istirahat.

#### **3. Dukungan Informasional**

Dukungan informasional adalah keluarga berfungsi sebagai pemberi informasi dimana keluarga menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti, informasi yang dapat digunakan mengungkapkan suatu masalah.

#### **4. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial diberikan dengan cara menyarankan individu untuk mengikuti kegiatan spiritual seperti, berdoa, perkumpulan arisan, memberikan kesempatan untuk memilih fasilitas kesehatan sesuai dengan keinginan sendiri, tetap menjaga interaksi dengan orang lain dan memperhatikan norma – norma yang berlaku (Inayati & Hasanah, 2022).

## **2.4 Konsep Media Edukasi dengan Buku Saku**

### **2.4.1 Definisi Buku Saku**

Buku saku merupakan buku yang ukurannya kecil dan mempunyai bentuk yang kecil, praktis dan ringan sehingga gampang untuk dibawa kemana saja berisi informasi yang ringkas serta bisa dibaca kapanpun. Buku saku biasanya disajikan semenarik mungkin dan menggunakan bermacam warna serta gambar yang menarik didalamnya sehingga pembaca tertarik untuk membaca ( Permana & Puspasari, 2020 ).

### **2.4.2 Tujuan Penggunaan Buku Saku Dalam Edukasi**

Dalam penggunaan buku saku dalam edukasi, perlu diketahui tujuannya, yaitu sebagai berikut:

#### **1. Meningkatkan pengetahuan**

Buku saku berfungsi sebagai media yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang isu kesehatan tertentu seperti gizi, pencegahan penyakit, dan perilaku hidup bersih dan sehat (Widayanti & Rahayu, 2024).

#### **2. Mendorong perubahan perilaku**

Dengan informasi yang disajikan secara ringkas dan menarik, buku saku dapat mendorong individu untuk mengubah perilaku mereka menuju gaya hidup yang lebih sehat ( Widayanti & Rahayu, 2024 ).

#### **3. Edukasi Praktis**

Buku saku seringkali menyajikan langkah – langkah praktis atau panduan yang mudah dipahami, seperti cara mencuci tangan dengan benar atau menu gizi seimbang. Ini membantu masyarakat menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari – hari (Yulyana et al., 2023).

#### **4. Promosi Kesehatan**

Buku saku dapat digunakan sebagai alat promosi kesehatan yang efektif, menjangkau berbagai kalangan masyarakat, termasuk remaja dan orang tua, untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan (Yulyana et al., 2023).

### **2.4.3 Keunggulan Buku Saku sebagai Media Edukasi**

Menurut Wulandari et al, (2023), keunggulan dari buku saku sebagai media edukasi yaitu sebagai berikut:

1. Dapat menyajikan pesan atau informasi dalam jumlah yang banyak.
2. Pesan dan informasi dapat dipelajari oleh semua orang sesuai dengan kebutuhan masing – masing.
3. Dapat dipelajari kapan saja dan dimana saja karena mudah dibawa.
4. Akan lebih menarik apabila dilengkapi dengan gambar dan warna.
5. Perbaikan atau revisi mudah dilakukan.

### **2.4.4 Kelemahan Buku Saku**

Menurut Wulandari et al, (2023), dalam penggunaan buku saku sebagai media edukasi juga memiliki kelemahannya, yaitu sebagai berikut:

1. Proses pembuatannya membutuhkan waktu yang cukup lama.
2. Bahan cetak yang tebal akan membosankan dan mematikan minat orang yang akan membacanya.
3. Apabila jilid dan kertasnya kurang baik atau kurang berkualitas, bahan cetak akan mudah rusak dan sobek.

### **2.4.5 Pengertian Kepatuhan pasien hipertensi**

Kepatuhan (*compliance* ataupun *adherence*) merupakan hal yang mengacu pada sejauh mana pasien melaksanakan tindakan dan pengobatan yang direkomendasikan oleh dokter atau orang lain (Cahyani, 2018). Handayani, 2019 menyebutkan bahwa konotasi keduanya sedikit berbeda, dimana *adherence* melibatkan persetujuan pasien terhadap anjuran pengobatan, hal ini secara implisit menunjukkan keaktifan pasien bekerjasama dalam proses pengobatan, sedangkan *compliance* mengindinasikan bahwa pasien secara pasif mengikuti petunjuk dokter (Beno et al., 2022).

### **2.4.6 Faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien hipertensi**

#### **1. Penyakit**

Penyakit yang gejalanya tidak jelas, penyakit kronis dan penyakit yang hanya memerlukan pencegahan akan menyebabkan kepatuhan penderita menjadi menurun.

## 2. Pengobatan

Pengobatan yang menggunakan banyak obat, dosinya kompleks, tablet yang susah ditelan, tidak enak rasanya, menimbulkan efek samping dan akan menyebabkan kepatuhan penderita mengalami penurunan.

## 3. Penderita

Penderita yang tidak mengerti cara – cara dilakukannya pengobatan karena usia yang sangat muda atau sangat tua, intelektualitas yang kurang atau mengalami gangguan jiwa akan menyebabkan kepatuhan penderita menurun.

## 4. Dokter

Sikap dokter yang sangat optimis dan bertindak sangat cermat dalam memeriksa dan mengobati penderita, mampu meningkatkan kepatuhan penderita (Juwita, 2023).

### **2.4.7 Dampak ketidakpatuhan**

Menurut (Yuliana et al., 2023) dampak ketidakpatuhan pasien hipertensi adalah

1. Peningkatan risiko stroke, serangan jantung, dan gaga jantung.
2. Kegagalan terapi dan kebutuhan pengobatan tambahan.
3. Peningkatan biaya perawatan akibat komplikasi.

Menurut (Laili et al., 2022) dampak ketidakpatuhan pasien hipertensi adalah:

1. Memperburuk kondisi kesehatan
2. Menurunnya kualitas hidup
3. Tekanan darah tidak terkontrol
4. Meningkatnya risiko kematian
5. Beban ekonomi.

### **2.4.8 Strategi Meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi**

Strategi dalam meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi adalah sebagai berikut

1. Dukungan profesional kesehatan

Dukungan profesional kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan, contoh yang paling sederhana dalam hal dukungan tersebut adalah dengan adanya teknik komunikasi. Komunikasi memegang peranan penting

karena komunikasi yang baik diberikan oleh profesional kesehatan baik Dokter/perawat dapat menanamkan ketaatan bagi pasien.

2. Dukungan sosial

Dukungan sosial yang dimaksud adalah keluarga. Para profesional kesehatan yang dapat meyakinkan keluarga pasien untuk menunjang peningkatan kesehatan pasien maka ketidakpatuhan dapat dikurangi.

3. Perilaku sehat

Modifikasi perilaku sehat sangat diperlukan. Untuk pasien dengan hipertensi diantaranya adalah tentang bagaimana cara untuk menghindari dari komplikasi lebih lanjut apabila sudah menderita hipertensi. Modifikasi gaya hidup dan kontrol secara teratur atau minum obat anti hipertensi sangat perlu bagi pasien hipertensi.

4. Pemberian informasi

Pemberian informasi yang jelas pada pasien dan keluarga mengenai penyakit yang dideritanya serta cara pengobatannya (Juwita, 2023).