

Kotrina Regita Qisti
202310300511039
Prodi D3 Keperawatan

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Hipertensi

2.1.1 Pengertian Hipertensi

Menurut *World Health Organization* (2023), hipertensi yang sering disebut dengan tekanan darah tinggi, merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah arteri terus meningkat, sehingga menyebabkan tekanan darah berada di bawah batas normal. Secara klinis, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg berdasarkan pengukuran berulang setidaknya dua kali saat kondisi istirahat. Salah satu penyebab utama risiko stroke, penyakit ginjal kronis, dan penyakit jantung koroner adalah hipertensi (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

Beberapa peneliti menyebutkan Swastini., (2021) bahwa hipertensi disebut sebagai *Silent Killer* atau pembunuh Diam-Diam karena biasanya tidak menunjukkan gejala yang jelas pada tahap awal, tetapi dapat mengakibatkan komplikasi serius dan bahkan kematian jika tidak diobati dengan benar. (Organization, 2025)

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi pada Dewasa

Klasifikasi	TD sistolik (mmHg)	TD diastolic (mmHg)
Normal	<120	<80
Meningkat / Elevated	120-129	<80
Hipertensi Stadium 1	130-139	80-89
Hipertensi Stadium 2	≥ 140	≥ 90

Sumber; Pedoman Tekanan Darah Tinggi American Heart Association (AHA/ACC) 2025

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dapat dikategorikan menjadi dua jenis: hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer mencakup sekitar 90% kasus hipertensi disebabkan oleh alasan medis yang tidak diketahui, namun umumnya terkait dengan faktor gaya hidup seperti konsumsi makanan cepat saji yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, stres, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol yang berlebihan, usia yang lebih tua, dan memiliki lingkungan sosial yang dekat. Sebaliknya, hipertensi sekunder disebabkan oleh kondisi medis lainnya, seperti penyakit ginjal (seperti stenosis arteri renalis), ketidakseimbangan hormon pada kelenjar adrenal (seperti hiperaldosteronisme atau feokromositoma), gangguan tiroid (hipertiroidisme atau hipotiroidisme), gangguan tidur seperti sleep apnea, dan penggunaan obat-obatan tertentu seperti NSAID, steroid, atau pil kontrasepsi (Kemenkes, 2023).

Hipertensi adalah isu kesehatan masyarakat yang penting, baik di negara maju maupun yang sedang berkembang. Di Indonesia, menurut Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi pada populasi berusia ≥18 tahun mencapai 34,1%. Tingginya angka prevalensi tersebut menunjukkan

perlu strategi pengendalian hipertensi, yang mencakup aspek edukasi, pencegahan, dan kepatuhan terhadap pengobatan.

2.1.2 Tanda dan Gejala Hipertensi

Penyakit hipertensi merupakan penyakit umum yang sering terjadi pada masyarakat yang umumnya memiliki tanda dan gejala antara lain:

a. Nyeri Kepala

Nyeri kepala adalah tanda dan gejala yang sering terjadi pada pasien hipertensi. Nyeri kepala akibat hipertensi adalah rasa sakit yang berdenyut, biasanya terasa di bagian belakang kepala, terutama di pagi hari, dan bisa disertai gejala seperti penglihatan tidak jelas, mual, serta sesak napas (Nazar et al., 2023). Kondisi ini biasanya terjadi ketika tekanan darah sangat tinggi, yaitu hipertensi maligna dengan nilai lebih dari 180/120 mmHg, serta bisa merusak berbagai organ dalam tubuh.

b. Pusing (Vertigo)

Vertigo dalam Bahasa latin adalah *Vertere* yang berarti memutar (Anggraini et al., 2021). Rasa vertigo pada klien hipertensi adalah sensasi seperti berputar atau merasa lingkungan sekitar bergerak (Kasmiati et al., 2021). Sensasi ini juga bisa dirasakan seperti terdorong atau tertarik menjauh dari arah vertikal.

c. Jantung Berdebar-debar

Gejala jantung berdebar adalah kondisi di mana denyut jantung menjadi lebih cepat dan tidak teratur, yang sering terjadi pada penderita hipertensi (Setiati Siti et al., 2021).

d. Mudah Lelah

Mudah lelah adalah kondisi di mana seseorang merasa lelah secara terus-menerus hingga menyebabkan kelelahan fisik, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Mudah lelah merupakan kondisi yang sering menjadi masalah dalam kesehatan dan memengaruhi kualitas hidup pasien (Simanjuntak et al., 2020).

e. Penglihatan Kabur

Penglihatan kabur adalah keluhan di mana penglihatan semakin buruk, sehingga pasien yang menderita hipertensi merasa ada gangguan dalam melihat, hal ini menyebabkan retina menjadi tebal (Pepadu et al., 2023). Fungsi dari retina yang tebal adalah mengeringkan pembuluh darah yang menyebabkan penyempitan.

f. Mimisan

Mimisan adalah kondisi di mana darah keluar dari hidung, yang terjadi pada pasien hipertensi (Izzati & Luthfiani, 2017). Kondisi ini cukup serius dan perlu ditangani segera.

g. Telinga Berdenging

Telinga berdenging adalah kondisi di mana sel-sel di dalam telinga kehilangan fungsinya karena usia yang semakin tua, sehingga

mengakibatkan pendengaran menjadi lebih sensitif. Kondisi ini membuat telinga terasa terganggu oleh suara yang biasanya tidak terlalu keras (Kultsum et al., 2024).

2.1.3 Faktor Risiko Hipertensi

Faktor risiko hipertensi terbagi menjadi dua katagori, yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah (Penangannya, 2021). Faktor risiko yang tidak dapat diubah meliputi riwayat keluarga, usia, jenis kelamin (Fauziah et al., 2021). Jika seseorang memiliki keluarga dekat seperti orang tua, saudara, kakek, nenek yang mengalami hipertensi, kemungkinan besar juga akan mengalaminya karena faktor genetik. Selain itu, dengan bertambahnya usia pembuluh darah cenderung menjadi lebih tebal dan kaku, yang menyebabkan tekanan darah sering meningkat, meskipun hipertensi juga dapat terjadi pada anak-anak. Dari segi jenis kelamin, pria lebih sering mengalami hipertensi sebelum mencapai usia 55 tahun, sedangkan wanita cenderung lebih berisiko setelah menopause, karena adanya perubahan hormon di dalam tubuh (Aditya & Syazili Mustofa, 2023). Sedangkan faktor risiko yang dapat diubah seperti pola makan tidak sehat, minimnya olahraga, kelebihan berat badan, mengonsumsi alkohol yang terlalu banyak, kebiasaan merokok serta stres. Mengonsumsi makanan yang tinggi garam, lemak jenuh, rendah serat bisa menyebabkan darah menjadi lebih tinggi (Fitria et al., 2022). Kurangnya aktivitas fisik juga berkontribusi pada berat badan yang bertambah, yang berkaitan erat dengan risiko

hipertensi. Selain itu konsumsi alkohol secara berlebihan dan merokok dapat merusak kesehatan jantung serta sistem pembuluh darah (Hajri & Suprayitna, 2022). Stres yang tidak dikelola dengan baik bisa memperburuk gaya hidup dan secara tidak langsung menyebabkan hipertensi (Suarayasa et al., 2023).

2.1.4 Penatalaksanaan Hipertensi

Penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis maupun non farmakologis.

a. Terapi obat-obatan (farmakologis)

1. Amlodipine adalah obat yang membantu menurunkan tekanan darah tinggi dan juga digunakan untuk mengatasi nyeri dada yang disebabkan oleh angina. Obat ini termasuk dalam kelompok penghambat kanal kalsium (Morika et al., 2021).
2. Diltiazem adalah obat yang termasuk dalam kelompok penghambat saluran kalsium, digunakan untuk mengatasi tekanan darah tinggi dan rasa nyeri di dada. Obat ini bisa membuat pembuluh darah lebih lebar, menurunkan tekanan darah, serta mengurangi beban yang harus diangkat oleh jantung (Amanda et al., 2024).
3. Diuretik adalah jenis obat yang membantu tubuh mengeluarkan kelebihan air dan garam melalui urine. Karena fungsi ini, mereka juga sering disebut sebagai "pil air". Dengan mengurangi jumlah cairan di dalam pembuluh darah, diuretik bisa membantu

menurunkan tekanan darah, melegakan beban kerja jantung, serta mengurangi pembengkakan pada tubuh (Irimi et al., 2024).

b. Terapi Non Farmakologi (Mengubah pola gaya hidup). Menurut Iqbal & Handayani, (2022) gaya hidup sehat meliputi :

1. Penurunan berat badan

Mengurangi berat badan berkontribusi untuk mengatur tekanan darah tinggi dengan mengurangi tekanan pada jantung dan pembuluh darah, yang berfungsi lebih keras akibat kelebihan berat.

2. Mengurangi asupan garam

Jika penderita hipertensi sering mengonsumsi garam, hal ini dapat menyebabkan peningkatan jumlah cairan yang dipompa oleh jantung, yang dapat memengaruhi kinerjanya.

3. Olahraga secara teratur

Pasien dengan tekanan darah tinggi dianjurkan untuk melakukan aktivitas fisik secara rutin, seperti berjalan cepat, bersepeda, atau berenang, setidaknya selama 30 menit setiap hari, sebanyak 3-5 kali dalam seminggu, guna membantu menjaga kestabilan tekanan darah.

4. Tidak merokok

Merokok adalah salah satu faktor penyebab timbulnya hipertensi karena di dalam rokok terdapat bahan-bahan kimia

seperti nikotin yang dapat memicu aktivitas saraf dan berpengaruh pada jantung.

2.2 Konsep Kepatuhan Minum Obat

2.2.1 Pengertian Kepatuhan Minum Obat

Kepatuhan adalah sikap pasien dalam mematuhi petunjuk atau rekomendasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan, baik itu terkait penggunaan obat, pola makan, maupun aktivitas sehari-hari. Kepatuhan dalam mengonsumsi obat bagi pasien hipertensi sangat penting untuk menurunkan tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi (Novitasari et al., 2023).

Kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi obat bagi orang yang mengalami hipertensi dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik mereka. Tekanan darah yang tetap tinggi akibat tidak adanya pengawasan melalui pengobatan bisa menyebabkan kerusakan pada organ-organ penting seperti jantung, ginjal, otak, dan mata. Ada peningkatan yang signifikan dalam kemungkinan munculnya penyakit berat seperti stroke, serangan jantung, dan gagal ginjal (Analisis et al., 2024). Dalam beberapa kasus, hal ini bahkan dapat berujung pada kematian secara tiba-tiba. Selain risiko komplikasi di masa depan, pasien juga dapat mengalami keluhan harian seperti sakit kepala, pusing, kelelahan, dan gangguan penglihatan, yang tentunya mengganggu kegiatan sehari-hari serta menurunkan kualitas hidup (Praska, 2024). Oleh karena itu, mengabaikan petunjuk pengobatan dengan baik dapat memperburuk kondisi tubuh dan mempercepat timbulnya komplikasi (Halim Muhammad & Yuwindry, 2022).

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Minum Obat

Menurut Aliyah & Review (2022) kepatuhan dalam mengonsumsi obat dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kepribadian dan motivasi seseorang (Anwar et al., 2020). Kepribadian menunjukkan cara pikir dan cara seseorang bertindak dalam menghadapi kehidupan (S Megawatie et al., 2021). Jenis kepribadian terbagi menjadi dua, yaitu kepribadian tertutup (*introvert*) dan kepribadian terbuka (*ekstrovert*) (Syam et al., 2023). Orang dengan kepribadian tertutup biasanya lebih senang menyendiri dan kurang suka berinteraksi dengan orang lain, sedangkan orang yang kepribadian terbuka lebih suka beraktivitas dan berinteraksi dengan banyak orang (Siska et al., 2020). Selain itu, motivasi juga sangat penting dalam kepatuhan minum obat (Prasetya et al., 2023). Motivasi adalah dorongan dari dalam diri seseorang untuk mencapai tujuan tertentu. Semakin tinggi motivasi seseorang, semakin besar kemauannya untuk mengikuti pengobatan secara tepat (CIS Suling et al., 2023)

Sementara itu, faktor eksternal yang berperan dalam kepatuhan minum obat mencakup tingkat pendidikan dan pengetahuan kesehatan, kualitas hubungan klien dengan tenaga kesehatan, serta dukungan sosial dari lingkungan dan keluarga (Fitriani et al., 2024). Tingkat Pendidikan dan pengetahuan tentang kesehatan membantu pasien memahami pentingnya disiplin dalam pengobatan. Hubungan yang baik antara klien dan petugas kesehatan dapat meningkatkan kepercayaan dan kerja sama dalam proses penyembuhan (Desi et al., 2021). Dukungan dari keluarga dan lingkungan

sekitar juga sangat berpengaruh terhadap semangat klien dalam tetap patuh mengonsumsi obat hipertensi agar tekanan darah bisa terkontrol dengan baik (Prihatin et al., 2020).

2.2.3 Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Minum Obat

Keterlibatan keluarga memiliki peranan yang sangat penting dalam meningkatkan kepatuhan klien hipertensi terhadap pengobatan yang dijalani (Laila et al., 2024). Menurut P. Hipertensi et al (2020), dukungan keluarga terbukti memberikan pengaruh positif terhadap konsistensi klien dalam mengonsumsi obat. Bentuk dukungan tersebut dapat berupa pengingat jadwal minum obat, memberikan semangat, serta menciptakan lingkungan emosional yang mendukung proses penyembuhan (Diahastuti et al., 2025). Selain itu, dukungan keluarga juga membantu klien dalam menerapkan pola hidup yang lebih sehat dan mencegah munculnya komplikasi akibat hipertensi (Udani & Murhan, 2025).

2.3 Peran Perawat

2.3.1 Peran Perawat dalam Keperawatan Keluarga

Dalam bidang keperawatan keluarga, tugas perawat mencakup tidak hanya merawat pasien tetapi juga melakukan intervensi yang melibatkan semua anggota keluarga (Hidayati, 2023). Peran ini sangat penting dalam penanganan penyakit kronis seperti hipertensi, yang memerlukan perubahan gaya hidup dan kepatuhan berkelanjutan terhadap pengobatan.

Peran utama perawat dalam keperawatan keluarga meliputi:

1) Kunjungan Rumah

Kunjungan rumah adalah bentuk pelayanan keperawatan yang dilakukan di tempat tinggal klien (Krisliani & Hasanbasri, 2021). Tujuannya adalah untuk mengevaluasi kondisi kesehatan pasien secara menyeluruh. Dalam kunjungan ini, perawat dapat mengetahui kebutuhan pasien dan keluarganya, memberikan petunjuk mengenai cara merawat diri yang tepat, serta memastikan klien menjalani terapi dengan baik. Selain itu, kunjungan rumah juga menjadi kesempatan untuk berkomunikasi antara perawat dan keluarga dalam membicarakan perkembangan kesehatan klien dan upaya mencegah masalah kesehatan lainnya (Mariska et al., 2025). Dengan dilakukannya kunjungan rumah secara rutin, diharapkan pasien lebih termotivasi menjaga gaya hidup sehat dan mematuhi perawatan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan (Trevia & Wahyuni, 2022).

2) Educator

Perawat memiliki tanggung jawab untuk memberikan informasi kepada pasien dan keluarganya tentang pentingnya pengambilan obat sesuai dengan dosis dan waktu yang telah ditentukan. Informasi ini juga mencakup bahaya hipertensi, kemungkinan efek samping dari obat-obatan, serta keharusan untuk memeriksa tekanan darah secara teratur (Daling et al., 2024).

3) Motivator

Perawat berperan dalam memotivasi pasien agar bersedia mengikuti terapi dan menjalani gaya hidup yang sehat. Melalui komunikasi yang bersifat empatik dan ramah, perawat dapat

meningkatkan kesadaran dan kemauan pasien untuk patuh (Ayaturahmi et al., 2022).

4) Koordinator perawatan

Perawat bertugas untuk mengatur jadwal pengambilan obat, pemeriksaan rutin, dan penilaian tekanan darah pasien Bersama anggota keluarga. Perawat juga berperan sebagai penghubung antar pasien dan penyedia layanan kesehatan untuk kelanjutan perawatan (Dianaurelia et al., 2024).

5) Advokat pasien

Perawat bertindak sebagai pembela pasien dalam mengakses informasi, layanan kesehatan, dan dukungan yang dibutuhkan. Ini termasuk mengingatkan keluarga agar berperan aktif mendampingi pasien hipertensi (Fadila, 2024).

6) Pemberi asuhan keperawatan

Perawat melakukan prosedur asuhan keperawatan dengan pendekatan yang menyeluruh, mulai dari pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, intervensi, hingga evaluasi terhadap perawatan pasien hipertensi (Ferdinand et al., 2023).

Dengan keterlibatan yang aktif dan berkelanjutan dari perawat, kepatuhan pasien hipertensi dalam mengonsumsi obat di lingkungan keluarga dapat meningkatkan secara signifikan.

2.3.2 Hubungan Peran Perawat dengan Kepatuhan Minum Obat

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa peran aktif perawat sangat berkontribusi terhadap peningkatan kepatuhan pasien, terutama

pada penyakit kronis seperti hipertensi. Menurut Neti Eka Jayanti, Muhammad Muksin, (2023), partisipasi perawat dalam pendidikan kesehatan dan memberikan pengawasan rutin memiliki dampak yang signifikan pada kepatuhan pasien hipertensi dalam penggunaan obat. Bentuk spesifik dari peran ini adalah pemberian pengingat minum obat melalui telepon, SMS, atau pesan WhatsApp yang dikirim secara berkala (Serafina et al., 2023).

Selain itu, kunjungan dari perawat juga merupakan strategi yang aktif untuk membantu pasien benar-benar memahami manfaat dan risiko pengobatan. Dalam kunjungan tersebut, perawat dapat mengevaluasi langsung kondisi pasien, mengingatkan jadwal minum obat, dan memberikan dukungan psikososial (Tira et al., 2025).

Perawat sering memanfaatkan alat edukasi seperti brosur, poster, dan video untuk membantu pasien dan keluarga mereka lebih memahami informasinya (Agustiani et al., 2023). Proses edukasi ini tidak hanya dilakukan satu kali, melainkan diulang dan dilaksanakan secara berkesinambungan, sehingga pesan dapat dimengerti dan diterapkan dengan benar oleh pasien.

Komunikasi terapeutik yang dijalani oleh perawat dengan pasien dan anggota keluarga turut memperkuat rasa saling percaya. Dukungan dari perawat dapat menumbuhkan motivasi dari dalam diri pasien, memperkuat komitmen, dan menciptakan suasana yang mendukung bagi keluarga. Menurut penelitian Fajrin, (2020), dukungan dari lingkungan keluarga dan partisipasi perawat dalam pemantauan secara rutin terbukti

meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat secara signifikan.

Perilaku kesehatan seseorang sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam diri mereka, seperti pengetahuan, pemahaman, dan dorongan, serta faktor luar seperti dukungan dari keluarga, ketersediaan layanan kesehatan, dan keterlibatan aktif dari tenaga medis, terutama perawat. Oleh karena itu, kerja sama antara perawat dan keluarga adalah faktor kunci dalam peningkatan kepatuhan pengobatan, terutama bagi orang yang menderita hipertensi (Sa'diah et al., 2025).

