

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Teori

1. Pengertian Hipertensi

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah di bidang kesehatan. Hipertensi dikenal juga sebagai tekanan darah tinggi, dengan tekanan darah sistolik yang menetap di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik menetap di atas 90 mmHg. Hipertensi memiliki beberapa faktor yang dapat menjadi resiko untuk terkena hipertensi seperti riwayat keluarga, kebiasaan merokok, kebiasaan makan makanan yang berlemak, kurangaktifitas tubuh, dan asupan natrium tinggi. Hipertensi dapat dicegah dengan menjaga pola hidup untuk menghindari resiko dari hipertensi tersebut. (Oktadoni saputra, Khairul Anam 2016). Hipertensi juga merupakan penyakit degeneratif, umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan seiring bertambahnya umur (Triyono,2014)

Menurut WHO, hipertensi sebagai tekanan darah sistolik \geq 90 mmHg. Menurut Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment on High Blood Pressure (JNC VII) hipertensi diklasifikasikan seperti berikut.

Tabel 2.1 klasifikasi Hipertensi Menurut JNC VII

Klasifikasi Darah	Tekanan darah sistolik (mmHg)	Tekanan darah diastolic (mmHg)
Normal	<120	< 80
Prehipertensi	120-139	80-89
Hipertensi stage 1	140-159	90-99
Hipertensi stage 2	≥ 160	≥100

2. Faktor penyebab Hipertensi

Adapun dua faktor penyebab yang mempengaruhi penyakit hipertensi yaitu faktor yang dapat dirubah dan faktor yang tidak dapat dirubah

a. Faktor yang tidak dapat dirubah

1. Umur

Dengan bertambahnya umur akan meningkatkan faktor risiko hipertensi karena anatomi tubuh yang mulai mengalami perubahan, dimana arteri akan kehilangan kelenturan yang mengakibatkan pembuluh darah menjadi kaku dan sempit sehingga tekanan darah akan mengalami peniingkatan

2. Jenis kelamin

Pria memiliki prevalensi sedikit lebih tinggi menderita hipertensi bila dibandingkan wanita. Pada laki-laki akan meningkat pada usia lebih dari 45 tahun sedangkan wanita meningkat pada umur lebih dari 55 tahun.

3. Riwayat keluarga

Faktor genetik pada keluarga akan menyebabkan risiko menderita hipertensi.

b. Faktor yang dapat dirubah

1. Merokok

Rokok mengandung zat racun seperti tar, nikotin dan karbon monoksida. Zat beracun tersebut akan menurunkan kadar oksigen ke jantung, meningkatkan tekanan darah dan denyut nadi.

2. Aktivitas fisik

Orang yang kurang berolahraga atau kurang aktif bergerak memiliki risiko menderita tekanan darah tinggi atau hipertensi

3. Kebiasaan mengonsumsi makanan asin

Garam memiliki sifat mengikat cairan sehingga mengonsumsi garam dalam jumlah yang berlebihan secara terus menerus dapat berpengaruh secara langsung terhadap peningkatan tekanan darah.

4. Kebiasaan mengonsumsi makanan berlemak

Lemak didalam hidangan atau makanan cenderung meningkatkan kolesterol darah, terutama lemak hewani yang mengandung lemak jenuh, kolesterol tinggi bertalian dengan peningkatan prevalensi penyakit hipertensi

5. Stress

Stress merupakan suatu keadaan ketegangan fisik dan mental/kondisi yang dapat dialami oleh seseorang dan

mempengaruhi emosi, proses berfikir, sehingga menimbulkan perasaan stress.

3. Klasifikasi Hipertensi

Ada dua klasifikasi hipertensi yaitu :

a. Hipertensi Primer

Hipertensi primer adalah hipertensi yang sampai saat ini belum diketahui penyebabnya secara pasti. Adapun faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi primer yaitu faktor genetik, psikologis, lingkungan serta diet. Pada tahap awal terjadinya hipertensi esensial, curah jantung meningkat sedangkan tahanan perifer normal. Hal ini disebabkan adanya peningkatan aktivitas simpatik. Selanjutnya, curah jantung kembali normal sedangkan perifer meningkat disebabkan oleh refleks autoregulasi. Hipertensi esensial berjalan tanpa gejala dan baru timbul gejala setelah terjadi komplikasi pada organ target (Kotchen,2012)

b. Hipertensi Sekunder

Hipertensi sekunder merupakan hipertensi yang penyebab dan patofisiologinya diketahui. Penyebab hipertensi sekunder diakibatkan oleh beberapa hal berikut, yakni hipertensi renal (kelainan parenkim ginjal), pembuluh darah ginjal, adanya tumor, retensi natrium, dan peningkatan pembuluh darah ginjal), hipertensi akibat penyakit endokrin(akromegali,

hipertiroidisme, hipotiroidisme, sindrom metabolic, pheokromositoma), hipertensi akibat obat-obatan, hipertensi akibat kelainan neurologis. (Chiong, 2008)

4. Tanda dan Gejala

Gejala hipertensi sangat ber variasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Yaitu :

- a. Sakit kepala
- b. Jantung ber debar-debar
- c. Sulit bernafas setelah bekerja keras atau mengangkat beban berat
- d. Mudah lelah
- e. Lemas

5. Patofisiologi

Dimulai dengan arteriosklerosis, gangguan struktur anatomi pembuluh darah perifer yang berlanjut dengan kekakuan pembuluh darah. Kekakuan pembuluh darah disertai dengan penyempitan dan kemungkinan pembesaran plaque yang menghambat gangguan peredaran darah perifer. Kekakuan dan kelambanan aliran darah menyebabkan beban jantung bertambah berat yang akhirnya dikompensasi dengan peningkatan upaya pemompaan jantung yang memberikan gambaran peningkatan tekanan darah dalam system sirkulasi (Bustam,2007)

6. Komplikasi

Hipertensi yang terjadi bertahun-tahun tanpa ada upaya untuk mengontrol bisa merusak berbagai organ vital tubuh yaitu otak, ginjal, jantung

1. Otak

Hipertensi yang tidak bisa terkontrol bisa mengakibatkan penyumbatan atau terputusnya pembuluh darah pada otak. Tekanan darah tinggi secara signifikan meningkatkan peluang untuk mengalami stroke

2. Jantung

Selama bertahun-tahun, ketika arteri menyempit dan menjadi kurang lentur sebagai akibat hipertensi, jantung semakin sulit memompakan darah secara efisien ke seluruh tubuh. Beban kerja yang meningkat akhirnya merusak jantung dan menghambat kerja jantung, kemungkinan akan terjadi serangan jantung. Ini terjadi jika arteri koronaria menyempit, kemudian darah menggumpal, kondisi ini berakibat pada bagian otot jantung yang bergantung pada arteri koronaria mati.

3. Ginjal

Hipertensi yang tidak terkontrol juga bisa memperlemah dan mempersempit pembuluh darah yang menyuplai ginjal. Hal ini bisa menghambat ginjal untuk berfungsi secara normal