

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hipertensi

1. Definisi Hipertensi (tekanan darah tinggi)

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2021), hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan secara terus menerus. Tekanan darah normal sendiri berada pada nilai 120 mmHg sistolik yaitu pada saat jantung berdetak dan 80 mmHg diastolik yaitu pada saat jantung berelaksasi. Jika nilai tekanan melewati batas itu, maka bisa dikatakan bahwa tekanan darah seseorang tinggi.

Hipertensi dapat menghadirkan beragam penyakit serius mulai dari jantung, ginjal, hingga otak. risiko hipertensi sendiri saat ini lebih banyak ditemukan di negara-negara berkembang yang memiliki penghasilan rendah. Hipertensi sering disebut *The Silent Disease* atau penyakit yang tersembunyi, karena terkadang seseorang tidak sadar telah mengidap penyakit hipertensi dikarenakan gejalanya tidak terlalu parah bagi tubuh bahkan seringkali gejalanya tidak dirasakan sehingga terkadang perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah, karena hal tersebut hipertensi dikenal sebagai “*silent killer*” atau pembunuh diam-diam dimana orang yang memiliki hipertensi tidak memiliki gejala sama sekali (Marhabatsar & Sijid, 2021).

2. Gejala dan Penyebab Hipertensi

Hipertensi tidak memiliki gejala yang spesifik, gejala pada penyakit ini seringkali menyerupai keluhan kesehatan pada umumnya. Gejala setiap individu bisa bervariasi, beberapa gejala hipertensi diantaranya yaitu sakit kepala, mual muntah, vertigo, jantung berdebar kencang, penglihatan kabur, mudah lelah, telinga berdenging (Nurhikmawati et al., 2020)

Jika seseorang memiliki tekanan darah yang normal, bukan berarti risiko penyakit hipertensi akan hilang begitu saja. Ada beberapa hal yang dapat menjadi penyebab seseorang terdiagnosis hipertensi. Beberapa termasuk kedalam kategori primer atau tidak bisa diubah, sedangkan yang lain termasuk kedalam kategori sekunder atau yang bisa diubah (Syntya, 2021).

a. Faktor Primer

Faktor primer pertama yang menjadi pemicu risiko hipertensi yaitu keturunan. Orang yang memiliki riwayat hipertensi dalam silsilah keluarganya akan berisiko terkena hipertensi di masa yang akan datang. Faktor kedua yang menjadi pemicu risiko hipertensi adalah usia. Orang berusia lanjut memiliki risiko hipertensi yang lebih besar jika dibandingkan dengan anak muda (Syntya, 2021).

Usia seseorang dapat dikategorikan menjadi beberapa masa, berikut ini adalah kategori usia menurut DepKes RI (2009):

- 1) Masa balita = 0-5 tahun
- 2) Masa kanak-kanak = 5-11 tahun
- 3) Masa remaja awal = 12-16 tahun
- 4) Masa remaja akhir = 17-25 tahun
- 5) Masa dewasa awal = 26-35 tahun
- 6) Masa dewasa akhir = 36-45 tahun
- 7) Masa lansia awal = 46-55 tahun
- 8) Masa lansia akhir = 56-65 tahun
- 9) Masa manula = >65 tahun

b. Faktor Sekunder

Dibandingkan dengan faktor primer, faktor sekunder hipertensi dapat dicegah sejak dini. Hal ini dikarenakan risiko hipertensi ini erat kaitannya dengan pola hidup seseorang. Beberapa faktor yang dapat memicu risiko hipertensi antara lain konsumsi garam, alkohol, mengonsumsi kafein yang berlebih, obesitas, stress, merokok, serta olahraga yang kurang rutin (Syntyta, 2021).

3. Patofisiologi Hipertensi

Sistem saraf simpatis merangsang pembuluh darah sebagai respons terhadap rangsangan emosional, dan kelenjar adrenal juga dirangsang menghasilkan aktivitas vasokonstriksi tambahan. Korteks adrenal mengeluarkan kortisol dan steroid lainnya yang dapat meningkatkan respon vasokonstriksi pembuluh darah, menyebabkan penurunan aliran darah ginjal yang dapat menyebabkan pelepasan renin, yang merangsang pembentukan angiotensin I diubah menjadi angiotensin II, suatu vasokonstriktor kuat yang merangsang sekresi aldosteron oleh korteks adrenal. Hormon ini menyebabkan retensi natrium dan air oleh tubulus ginjal, mengakibatkan peningkatan volume intravaskular dan peningkatan peradangan. Semua faktor ini menyebabkan tekanan darah tinggi atau hipertensi (Kadir, 2018).

B. Merokok

1. Pengertian Merokok

Merokok adalah suatu kebiasaan menghisap rokok yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Rokok merupakan salah satu bahan adiktif, artinya dapat menimbulkan ketergantungan bagi pemakainya. Menurut Soetjiningsih (2010) kebiasaan merokok dapat berdampak buruk bagi perokok sendiri maupun orang-orang yang berada di sekitarnya. Berbagai kandungan zat yang terdapat di dalam rokok memberikan dampak negatif pada tubuh penghisapnya.

2. Bahan Kimia yang Terkandung Dalam Rokok

Menurut Sodik (2018) setiap satu batang rokok, mengandung 4000 jenis bahan kimia, 400 dari bahan tersebut dapat meracuni tubuh, sedangkan 40 dari bahan kimia tersebut menyebabkan kanker. Dari 4000 jenis bahan kimia, terdapat 3 bahan yang paling berbahaya dan merupakan racun utama, diantaranya yaitu :

- a. Tar, adalah kumpulan dari banyaknya bahan kimia dalam komponen padat asap rokok yang bersifat karsinogen.
- b. Nikotin, zat ini dapat meracuni syaraf tubuh, meningkatkan tekanan darah, menyempitkan pembuluh darah, dan menyebabkan ketagihan serta ketergantungan pada pemakainya.
- c. Gas karbonmonoksida (CO), Gas ini memiliki kecenderungan yang kuat untuk berikatan dengan hemoglobin dalam sel-sel darah merah.

3. Tipe Perokok

Tipe perokok dibedakan menjadi dua yaitu perokok aktif dan perokok pasif. Perokok aktif adalah seseorang yang memiliki kebiasaan merokok, dan merokok sudah menjadi bagian dari hidupnya. Perokok pasif adalah seseorang yang tidak memiliki kebiasaan merokok namun terpaksa menghirup asap rokok yang dihembuskan oleh orang lain (Sodik, 2018).

4. Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan Manusia

Kebiasaan merokok menyebabkan banyak jenis penyakit, diantaranya kanker mulut, esophagus, faring, laring, paru, pankreas, kandung kemih, dan penyakit pembuluh darah. Nikotin dapat mempercepat detak jantung (hingga 20 kali/menit), penyempitan pembuluh darah kulit menurunkan suhu kulit 1-2 derajat, menyebabkan hati melepaskan gula ke dalam aliran darah. Nikotin memiliki efek mendalam pada otak dan sistem saraf. Tetapi nikotin juga merupakan obat adiktif yang menyebabkan kecanduan. Penyakit lainnya adalah peningkatan ISPA, gejala alergi, nyeri dada, sakit kepala, mual muntah, radang mata, dan hidung. Beberapa efek lain yang ditimbulkan dari kebiasaan merokok adalah wajah keriput, gigi berbercak dan nafas bau, lingkungan akan menjadi bau, menjadi contoh yang buruk bagi anak, dan menjadi gerbang penggunaan narkoba (Juliansyah, 2022).

C. Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui oleh seseorang berdasarkan pengalaman seseorang tersebut, dan akan bertambah sesuai dengan pengalaman yang dialaminya. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan dengan

pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi, bukan berarti orang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula (Darsini et al., 2019).

2. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan dipengaruhi oleh dua faktor, ada faktor internal dan faktor eksternal (Darsini et al., 2019).

a. Faktor Internal

1) Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Dengan bertambahnya usia individu, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

2) Jenis kelamin

Pola pikir laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan. Perempuan mampu melihat sesuatu dari berbagai sudut pandang dan menarik kesimpulan, sedangkan laki-laki memiliki kemampuan motorik yang lebih kuat dibandingkan perempuan.

b. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku akan pola hidup.

2) Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung.

3) Pengalaman

Semakin banyak pengalaman seseorang, semakin bertambah pengetahuan yang didapatkan.

4) Lingkungan

Lingkungan merupakan seluruh kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

5) Minat

Minat akan menuntun seseorang untuk mencoba dan memulai hal baru sehingga pada akhirnya akan mendapatkan pengetahuan yang lebih dari sebelumnya. Minat adalah keinginan yang tinggi untuk mencapai suatu hal.

6) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada dalam lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi sikap seseorang untuk menerima informasi, seringkali orang yang berasal dari lingkungan tertutup sulit untuk menerima informasi baru.

3. Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan ini bertujuan untuk mengelompokkan tingkah laku suatu masyarakat, bagaimana individu itu berfikir, dan melakukan suatu tindakan (Audina, 2019).

- a. Pengetahuan (*knowledge*), mencakup keterampilan mengingat kembali faktor-faktor yang pernah dipelajari.
- b. Pemahaman (*comprehension*), mencakup pemahaman terhadap informasi yang ada.
- c. Penerapan (*application*), meliputi keterampilan menerapkan pengetahuan yang telah dipelajari ke dalam situasi atau kondisi yang baru.
- d. Analisis (*analysis*), meliputi pemilihan informasi menjadi bagian-bagian atau meneliti dan mencoba memahami struktur informasi.
- e. Sintesis (*synthesis*), melibatkan penerapan pengetahuan dan keterampilan yang ada untuk menggabungkan elemen menjadi pola yang tidak ada sebelumnya.
- f. Evaluasi (*evaluation*), melibatkan pengambilan keputusan atau kesimpulan berdasarkan kriteria yang ada. Kata-kata berikut biasanya digunakan dalam pertanyaan: Pertimbangkanlah, apa kesimpulannya.