

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSAKA**

#### **A. Konsep Lansia**

##### **1. Definisi**

Lansia adalah individu yang mencapai usia 60 tahun. Lansia dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu: Lansia Potensial (Lansia yang masih mampu bekerja) dan Lansia yang tidak berdaya (lansia yang tidak bisa bekerja atau menghasilkan barang atau jasa sehingga menjadi tergantung pada orang lain) (Kusnandar, 2022).

Lansia adalah orang yang sudah berada di usia dewasa akhir atau lanjut usia. Penuaan adalah periode di akhir siklus hidup seseorang di mana mengalami penurunan fisik dan kejiwaan. Memburuknya kondisi fisik lansia berdampak pada kondisi mental dan psikososial lansia. (Muslim, 2020)

Lansia merupakan kelompok masyarakat yang tidak seperti kelompok usia lainnya karena lansia mengalami kemunduran fisik, psikis dan sosiologis. Selain itu lansia mengalami perubahan fisik akibat bertambahnya usia, fungsi organ lansia semakin rumit karena faktor alam dan patofisiologi. Lansia juga mengalami kemunduran fisik dan mental mampu memunculkan stres, kecemasan, dan depresi bagi beberapa lansia. (Kaunang et al., 2019)

## 2. Klasifikasi Lansia

Klasifikasi lanjut usia (lansia) menurut Kementerian Kesehatan tahun 2016 adalah sebagai berikut:

- a. Lansia berusia 45 – 59, Presenilis (prelansia)
- b. Lansia berusia 60 tahun atau lebih (Lansia)
- c. Lansia usia 60 – 70 tahun lebih dengan gangguan kesehatan (Lanjut usia beresiko)

Adapun menurut WHO (2013) kategori lansia sabagai berikut :

- a. Paruh baya (middle-aged) berusia 45-59 tahun.
- b. Lanjut usia (lansia) adalah usia 60-74 tahun.
- c. Lansia (lansia) adalah usia 75-90 tahun.
- d. Orang yang sangat tua (Veryold) yang berusia lebih dari 90 tahun

## 3. Ciri – ciri lansia dan peran yang dijalannya.

Ciri – ciri lansia dan peran yang dijalani oleh lansia menurut (Rachmah et al., 2022) adalah sebagai berikut :

- a. Lanjut usia periode kemunduran

Saat lanjut usia sering terjadi kemunduran hal ini terjadi karena faktor fisik dan psikis. Peran penting dalam penurunan lanjut usia adalah motivasi. Ada lansia dengan motivasi rendah untuk melakukan aktivitas fisik yang akan mempercepat proses penurunan, tetapi ada lansia dengan motivasi kuat maka penurunan akan terjadi lebih lama.

b. Status kelompok minoritas pada lansia

Kondisi ini terjadi diakibatkan oleh sikap tidak mengemukakan dan dipertegas dengan opini yang tidak menyenangkan pula, lansia ini lebih suka mempertahankan pendapatnya dengan sikap sosialnya yang negatif. Tetapi ada beberapa lansia yang memiliki sikap sosial yang positif dan lebih toleran terhadap orang lain.

c. Penuaan menimbulkan perubahan peran

Lansia biasanya gagal dalam segala hal. Hal ini menyebabkan terjadinya pembalikan peran. Perubahan dalam lansia perlu dilakukan atas keinginan sendiri tanpa ada tekanan dari lingkungan. Misalnya jika seseorang yang lebih tua menempati posisi sebagai ketua RT di masyarakat sebaiknya masyarakat tidak menolak hal tersebut.

d. Lanjut usia dengan adaptasi yang buruk.

Perlakuan buruk terhadap lansia akan menyebabkan lansia memiliki citra diri yang buruk, yang akhirnya mengarah pada perilaku buruk. Selain itu kemampuan adaptasi lansia yang buruk dikarenakan perawatan lansia juga buruk.

#### **4. Karakteristik Lansia (Lanjut usia)**

Karakteristik lansia menurut (Zul & Rustam, 2020) sebagai berikut :

a. Gender ( Jenis Kelamin)

Jenis kelamin pada lanjut usia, perempuan mendominasi dari pada laki-laki sehingga angka harapan hidup paling tinggi yaitu perempuan.

b. Kondisi Kesehatan

Kondisi kesehatan setiap lansia berbeda – beda tergantung pada pola hidup dan kebiasaan yang dilakukan. sedangkan kondisi kesehatan yang buruk menjadi tolak ukur penentu angka kesakitan. Angka kesakitan dapat menjadi tolak ukur status kesehatan. semakin baik status kesehatan penduduk semakin rendah kejadian penyakit.

c. Lanjut usia berkualitas menurut WHO yakni menjelaskan tentang konsep activeaging bahwa penuaan sehat yang berkualitas adalah proses yang bertujuan untuk mempertahankan kesejahteraan fisik, sosia dan mental agar dapat hidup dengan baik sepanjang hidupnya serta terus berpartisipasi dalam peningkatan hidup di masyarakat.

d. Living Arrangement (pengaturan hidup)

Jumlah tanggungan adalah perbandingan antara jumlah penduduk bukan kerja yaitu usia 65 tahun dan jumlah penduduk usia kerja 15–64 tahun. Angka ini merupakan tingkat kebutuhan yang harus ditanggung penduduk usia kerja untuk membantu penduduk bukan usia kerja.

## 5. Tugas Perkembangan Lanjut Usia (Lansia)

Tugas perkembangan lansia (Afrizalriza, 2018) adalah sebagai berikut:

- a. Adaptasi terhadap penurunan kekuatan fisik dan kesehatan.
- b. Adaptasi dengan keluarga pensiunan (berpenghasilan rendah).
- c. Jagalah hubungan baik dengan rekan kerja Anda.
- d. Ciptakan penataan fisik yang memuaskan
- e. Beradaptasi dengan nyaman dengan kehidupan sosial.
- f. Persiapkan kematian dirinya dan pasangannya.

## **6. Permasalahan yang dialami Lansia**

Lansia memiliki berbagai masalah, termasuk masalah kesadaran diri. Menurut WHO, penyebab masalah pada lansia adalah masalah fisik, psikososial, mental, spiritual, stres, keuangan dan penurunan fungsi gerak, yang berpengaruh pada citra diri. Melemahnya konsep diri mempengaruhi pemikiran lansia dalam evaluasi diri, baik evaluasi diri positif maupun negatif (Yentika, 2018). Lansia sering mengalami masalah seperti hipertensi, disfungsi sensorik, demensia, osteoporosis, dll menurut Risesdas (2013).

## **B. Konsep Hipertensi**

### **1. Definisi**

Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah yang menyebabkan penyakit lanjut pada target organ, seperti stroke, penyakit arteri koroner, dan hipertrofi ventrikel kanan/hipertrofi ventrikel kiri.(Arum, 2019)

Hipertensi merupakan silent killer karena seringkali terjadi tanpa gejala, sehingga penderitanya tidak menyadari bahwa dirinya mengalami

hipertensi. Gejala yang dialami setiap orang berbeda-beda dan hampir sama dengan penyakit lain (Simanjuntak et al., 2022).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan peningkatan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg dengan dua pengukuran setiap lima menit dalam keadaan relaks. Selain itu, hipertensi jangka panjang dapat memunculkan penyakit lain jika tidak terdeteksi pada waktunya dan jika tidak ditangani secara memadai (Tri Septiani, 2018).

## **2. Patofisiologi**

Patofisiologi hipertensi dihasilkan dari terbentuknya angiotensin I dari angiotensin I yang memiliki peran penting untuk mengatur tekanan darah. Darah terdapat angiotensinogen yang dihasilkan oleh hati. Hormon renin berubah menjadi angiotensin I. Akibat ACE, angiotensin I diubah menjadi angiotensin II di paru-paru. Renin disimpan di sel juxtaglomerular (sel JG) ginjal atau prorenin. Ketika tekanan arteri turun, mengakibatkan pemecahan banyak molekul protein dalam sel JG dan pelepasan renin. Angiotensin II adalah vasokonstriktor kuat dan memiliki efek peredaran darah lainnya. Sementara angiotensin II ada di dalam darah, ia memiliki dua efek utama yang dapat meningkatkan tekanan darah. Efek pertama, vasokonstriksi, terjadi dengan cepat dan Vasopressin, zat ini diproduksi oleh hipotalamus, dibawa dari pusat saraf-akson ke hipofisis posterior, dan akhirnya dilepaskan ke dalam darah.

Tempat utama aksi aldosteron adalah di sel utama saluran pengumpul korteks. Mekanisme dimana aldosteron meningkatkan reabsorpsi natrium sementara meningkatkan sekresi kalium adalah stimulasi pompa ATPase natrium-kalium pada sisi basolateral membran duktus pengumpul kortikal. Aldosteron juga meningkatkan permeabilitas natrium pada sisi luminal membran. Sampai saat ini pengetahuan tentang patogenesis hipertensi primer semakin meningkat karena belum ada jawaban yang memuaskan untuk menjelaskan peningkatan tekanan darah tersebut. (Nuraini, 2015).

### 3. Jenis – Jenis Hipertensi

Menurut (Penatalaksanaan hipertensi, 2021) menyebutkan dua penggolongan hipertensi yaitu :

#### a. Hipertensi primer atau esensial

Hipertensi primer atau esensial Ini adalah gangguan tekanan darah yang penyebab pastinya tidak diketahui. Biasanya penderita tidak mengalami pusing maupun sakit kepala. Munculnya hipertensi primer disebabkan oleh beberapa faktor yaitu usia, stres psikologis jangka panjang, faktor keturunan, gangguan kardiovaskular, yang dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah.

#### b. Hipertensi sekunder

Jenis hipertensi ini memiliki jumlah penderita sekitar 10% dari jumlah keseluruhan pengidap hipertensi. Faktor yang dapat

memunculkan penyakit ini antara lain penyakit pada endokrin, ginjal, gangguan hormon kontrasepsi oral.



#### 4. Klasifikasi Hipertensi

Hipertensi biasanya terjadi apabila tekanan darah > 140/90 mmHg. Klasifikasi Joint National Committee VII (JNC VII) dapat dilihat pada Tabel 1. Klasifikasi JNC VII hanya mengklasifikasikan hipertensi menjadi 4 kategori yaitu normal, prehipertensi, hipertensi derajat satu, hipertensi derajat dua.

| Kategori             | Sistolik (mmHg) | Diastolik (mmHg) |
|----------------------|-----------------|------------------|
| Normal               | <120            | Dan <80          |
| Prahipertensi        | 120 – 139       | Atau 80 -89      |
| Hipertensi derajat 1 | 140 – 159       | Atau 90 -99      |
| Hipertensi derajat 2 | >160            | Atau >100        |

**Table 2.1 Klasifikasi Hipertensi**

#### 5. Penyebab Hipertensi

Penyebab hipertensi menurut (Marhabatsar & Sijid, 2021) diantaranya adalah :

a. Menuanya usia

pengaturan metabolisme kalsium (kalium) terganggu, sehingga karena penuaan, banyak kalsium beredar dalam darah, dan jumlah kalsium dalam darah (hiperkalsidemia) mengkonsentrasikan kalium sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah.

b. Stres dan tekanan mental

Merangsang pelepasan hormon adrenalin merupakan salah satu fungsi saraf simpatis, pelepasan tersebut dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah.

c. Makan berlebihan

Makan berlebihan dapat mengakibatkan kelebihan berat badan. Biasanya, orang yang kelebihan berat badan menjalani gaya hidup yang tidak aktif. Apabila Anda sering mengonsumsi makanan tinggi lemak jahat (seperti kolesterol), maka mengakibatkan lemak menumpuk di sekitar pembuluh darah Anda dan mengganggu sirkulasi.

d. Merokok

Rokok mengandung bahan berbahaya bagi tubuh, kandungan dalam rokok dapat mengakibatkan resiko hipertensi. Selain perokok (perokok aktif), risiko terkena hipertensi juga ada pada yang bukan perokok tapi terpapar asap rokok, yaitu perokok aktif.

e. Meminum Alkohol berlebihan

Seseorang yang sering minum banyak minuman mengandung alkohol akan mengalami perubahan tekanan darah dan menjadi tinggi. Alkohol mampu mengganggu saraf pusat dan perifer. Ketika saraf simpatis terganggu maka dapat mempengaruhi tekanan darah.

f. Konsumsi Garam

Pada beberapa orang bahkan dengan asupan natrium yang tidak terbatas, efeknya sedikit atau tidak sama sekali pada tekanan darah.

Pada kelompok kedua, kelebihan natrium mengakibatkan tekanan darah naik.

g. Lainnya

Hipertensi juga dapat disebabkan oleh kebiasaan minum minuman berkafein (kopi), penggunaan alat kontrasepsi (pil KB) dan gaya hidup yang tidak aktif (duduk). Kopi juga menyebabkan peningkatan tekanan darah karena di dalamnya terdapat kafein yang merangsang pemompaan darah. Tekanan yang meningkat di jantung ditransmisikan ke arteri, menyebabkan peningkatan tekanan darah.

## 6. Tanda dan Gejala

Menurut (Marhabatsar dan Sijid, 2021), tanda dan gejala hipertensi berbeda-beda pada setiap individu, beberapa gejala tekanan darah tinggi adalah sakit kepala disertai mual, pusing, kelelahan, penglihatan kabur, telinga berdenging, mimisan, jantung berdebar, stres, stroke dan nokturia peningkatan buang air kecil, serta penglihatan kabur karena kerusakan retina.

## 7. Pengobatan hipertensi

Penyembuhan hipertensi memiliki tujuan untuk menurunkan morbiditas dan mortalitas serta kontrol tekanan darah. Pengobatan dapat dilakukan dengan bantuan obat dan non medis (Hipertensi, 2021).

### 1. Pengobatan non farmakologik

Adalah pengobatan tanpa obat bagi penderita hipertensi, dilakukan dengan cara:

a. Penurunan berat badan

Pasien hipertensi yang kelebihan berat badan atau obesitas disarankan untuk mengurangi asupan kalori dan meningkatkan pengeluaran kalori dengan berolahraga secara teratur.

b. Berhenti merokok

Rokok tidak memiliki hubungan langsung dengan tekanan darah, namun disarankan penderita penderitanya untuk tidak kembali merokok.

c. Mengurangi atau menjauhi alcohol

Tekanan darah bisa meningkat karna sering mengonsumsi Alkohol serta bisa menyebabkan penolakan terhadap obat hipertensi.

d. Rutin melakukan aktivitas fisik

Aktivitas fisik secara aman bisa dilakukan oleh penderita hipertensi tanpa komplikasi.

e. Membatasi asupan garam

Pada penderita hipertensi disarankan agar mengurangi asupan garam kurang dari 100 mmol/ hari atau <2,3 gr natrium.

2. Pengobatan Farmakologi

Adalah Pengobatan pada penderita hipertensi menggunakan yang menggunakan kombinasi beberapa obat, diantaranya :

a. Diuretik {Tablet Hydrochlothiazide (HCT), lasix (Furosemide).

Adalah jenis obat hipertensi dengan pengobatan melalui urine.

Namun, karena potasium dapat hilang melalui urin, asupan potasium tetap harus dipantau.

b. Beta-blockers {Atenolol (Tenorim), capoten (captopril)

Ini adalah jenis obat yang digunakan untuk mengontrol tekanan darah, menurunkan laju denyut jantung dan melebarkan pembuluh darah (vasodilatasi).

c. Calcium channel blockers norvacs (Amplopide)

Angiotensin converting enzyme (ACE) digunakan untuk mengontrol hipertensi dengan cara merelaksasi pembuluh darah dan sekaligus melebarkan pembuluh darah.

## C. Konsep Kecemasan

### 1. Definisi

Kecemasan adalah suatu ketidakberdayaan neurotik, ketidakpastian, ketidakdewasaan, ketidakmampuan dalam menghadapi kenyataan (lingkungan) dan tekanan kehidupan (Annisa & Iffdil, 2016).

Kecemasan adalah rasa ketakutan yang tidak menyenangkan, mengkhawatirkan, tidak terekspresikan, dan tidak terarah akan sumber bahaya yang tidak jelas dan tidak diketahui yang ada dalam pengalaman universal manusia. Solehati & Kosasih (2018)

Kecemasan merupakan gangguan emosi disertai rasa takut, kecemasan yang mendalam, kesulitan menilai kenyataan, kepribadian masih sehat dan mengganggu perilaku namun kondisi tergolong wajar. (Jaya Kusnandi 2017).

## 2. Jenis – Jenis Kecemasan

Menurut Annisa & Ifdil, (2016) menjelaskan kecemasan dalam dua bentuk, yaitu :

1. Trait anxiety yaitu perasaan cemas yang menyelimuti individu padahal bahaya yang dirasakan adalah tidak nyata, biasanya karena karakteristik kepribadian seseorang yang dapat menimbulkan kecemasan dibandingkan dengan orang lain.
2. Stase anxiety, adalah perasaan tidak nyaman dan khawatir yang dialami secara sadar dan subyektif.

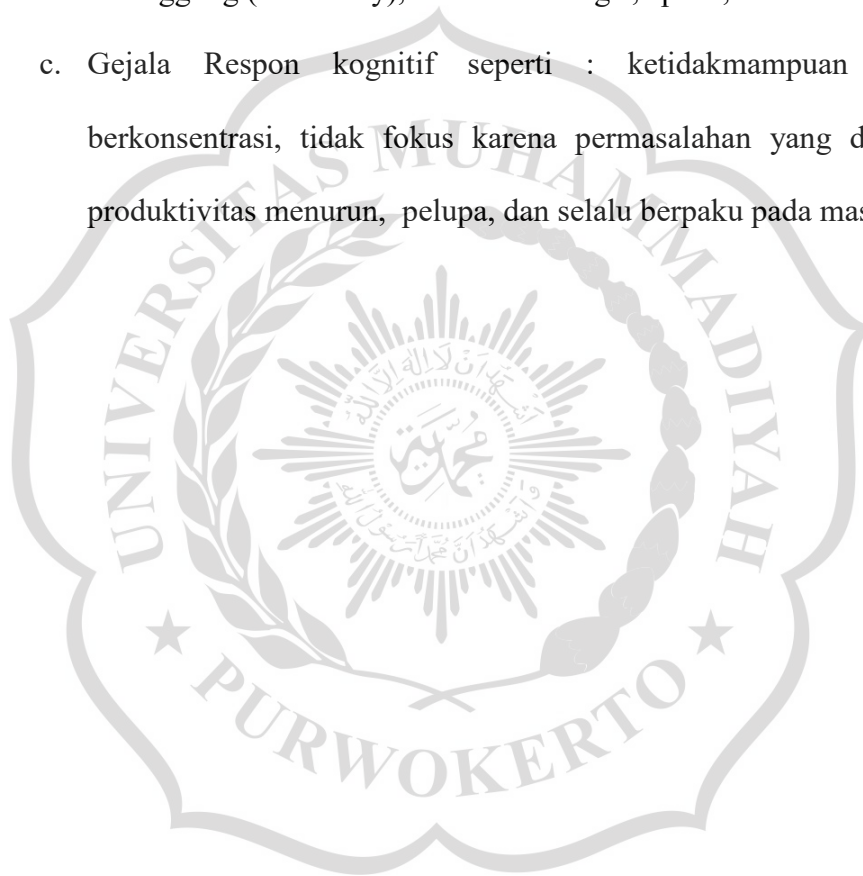
Lalu menurut Feist, (2013) mengklasifikasikan kecemasan 3 jenis kecemasan ;

- a. Kecemasan Neurosis adalah kecemasan yang disebabkan oleh perasaan takut apabila insting yang dilakukan akan memunculkan suatu konsekuensi.
- b. Kecemasan moral, yaitu perasaan yang timbul akibat pertentangan yang terjadi antara ego dan superego dan didasarkan atas asas kebenaran.
- c. Kecemasan Realistik yaitu kecemasan realistik yang muncul karena rasa takut terhadap bahaya yang ada di dunia luar.

## 3. Tanda dan gejala

Tanda dan gejala menurut Solehati & kosasih (2018) secara umum dibagi menjadi tiga yaitu gejala fisiologis, gejala psikolois dan Respon kognitif:

- a. Gejala fisiologis seperti : tekanan darah meningkat, detak jantung meningkat, sesak napas, tangan berkeringat, sakit kepala, pusing, penglihatan kabur, insomnia, hiperventilasi, kehilangan nafsu makan, mual, dan frekuensi buang air kecil meningkat.
- b. Gejala psikologis seperti : menarik diri, depresi, gampang tersinggung (irritability), mudah menangis, apatis, marah dan takut.
- c. Gejala Respon kognitif seperti : ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, tidak fokus karena permasalahan yang dialami, produktivitas menurun, pelupa, dan selalu berpaku pada masa lalu.



#### 4. Faktor – faktor yang mempengaruhi kecemasan

Menurut Yusmaidi (2019) beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kecemasan adalah :

a. Ekonomi

Tingkat kecemasan dipengaruhi oleh status ekonomi, karena mereka yang berpenghasilan di bawah upah minimum cenderung lebih banyak mengalami kecemasan daripada mereka yang berpenghasilan di atas upah minimum.

b. Gender (Jenis Kelamin)

Wanita lebih peka terhadap masalah daripada pria, sehingga mekanisme logis wanita lebih lemah daripada pria, sehingga wanita lebih mudah mengalami kecemasan.

c. Pendidikan

Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap tingkat kecemasan individu, karena semakin rendah pendidikan seseorang maka semakin mudah terkena gejala kecemasan.

d. Pekerjaan

Pengangguran, gaji rendah, tekanan pekerjaan, ketidakamanan, dan lingkungan yang tidak kondusif adalah beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan seseorang.

## 5. Tingkat Kecemasan

Menurut Stuart (2016), tingkat kecemasan atau ansietas dapat dibagi menjadi :

### a. Cemas ringan

Cemas ringan terjadi ketika kehidupan penuh tekanan. Jenis kecemasan ini bisa mendorong pembelajaran dan memicu kreativitas. Kemampuan manusia untuk melihat, mendengar dan merasakan lebih baik dari sebelumnya.

### b. Cemas sedang

Mari kita fokus hanya pada hal-hal penting. Bidang persepsi menyempit, sehingga ada sedikit yang bisa dilihat, didengar dan dirasakan. Seseorang akan menjauhi sesuatu tapi masih dapat melakukan perintah yang disuruh.

### c. Cemas berat

Cemas berat biasanya disertai gangguan serius pada bidang persepsi dan fokus terhadap sesuatu. Segala tindakan dilakukan untuk mengurangi kecemasan.

### d. Panik

Kepanikan identik pada ketakutan dan ancaman, beberapa serangan panik akan kesulitan mengerjakan sesuatu ketika diarahkan. Gejala panik meliputi meningkatnya pergerakan tubuh, terganggunya keahlian saat berkomunikasi, penyempitan sudut pandang, dan hilangnya pemikiran yang masuk akal.

## 6. Alat ukur kecemasan

Alat ukur yang dipakai pada penelitian ini yaitu Geriatric Anxiety Scale. Menurut (Wahyudi et al., 2019), saat mengukur kecemasan terdapat 25 soal yang tiap item diberi skor 0-3

0 = Tidak pernah 1 = Pernah 2 = Jarang 3 = Sering

Setelah dinilai, semua item dijumlahkan lalu dikali tiga dengan minimal 0 dan skor maksimal 75 (25x3).

Skor 0-18 = Tidak Cemas

Skor 19-37 = kecemasan ringan

Skor 38-55 = kecemasan sedang

Skor 56-75 = Panik

