

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI

#### A. Tinjauan Pustaka

##### 1. Konsep Hipertensi

###### a. Definisi

Hipertensi merupakan suatu kondisi di mana individu memiliki tekanan darah sistolik yang melebihi 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik yang melebihi 90 mmHg pada pemeriksaan yang dilakukan secara berulang. Pengukuran tekanan darah sistolik menjadi indikator utama yang digunakan untuk menentukan diagnosis hipertensi, sesuai dengan pedoman yang disarankan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskuler Indonesia (Hastuti, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal (Musakkar & Djafar, 2021). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ tenang (Kemenkes RI, 2021).

b. Klasifikasi hipertensi

Kemenkes RI (2018) menjelaskan bahwa klasifikasi hipertensi menurut JNC VIII Tahun 2015-2018 disajikan dalam tabel 2.1.

Tabel 2.1  
Klasifikasi Hipertensi Klasifikasi Hipertensi  
Menurut JNC VIII Tahun 2015 –2018

<b>Klasifikasi</b>	<b>Sistolik (mmHg)</b>	<b>Diastolik (mmHg)</b>
Normal	< 120	<80
Prehipertensi	120-139	80-89
Hipertensi derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi derajat 2	≥160	≥100

Sumber: Kemenkes RI (2018)

c. Manifestasi Klinis

Triyanto (2019) menjelaskan bahwa penderita hipertensi umumnya mengalami gejala klinis seperti pusing, mudah marah, telinga berdengung, kesulitan tidur, sesak napas, sensasi berat di tengkuk, kelelahan yang mudah, penglihatan yang berkunang-kunang, dan kadang-kadang mimisan. Pada beberapa individu, gejala hipertensi mungkin tidak terlihat sampai bertahun-tahun berlalu. Keberadaan gejala menunjukkan adanya kerusakan pada pembuluh darah, dengan manifestasi yang sesuai dengan organ yang dipasok oleh pembuluh darah tersebut. Perubahan patologis pada ginjal akibat hipertensi dapat menunjukkan gejala nokturia (peningkatan buang air kecil pada malam hari) dan peningkatan nitrogen urea dalam darah yang dapat terdeteksi. Ketika pembuluh darah di otak terlibat, dapat menyebabkan stroke atau serangan iskemik transien yang ditandai

dengan kehilangan sementara kemampuan bergerak pada satu sisi tubuh (hemiplegia) atau gangguan penglihatan yang tajam.

d. Patofisiologi

Peningkatan tekanan darah di dalam arteri bisa terjadi melalui beberapa cara dengan jantung memompa lebih kuat sehingga dapat mengalirkan cairan lebih banyak pada setiap detik arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku sehingga tidak dapat mengembang saat jantung memompa darah melalui arteri. Darah di setiap denyutan jantung dipaksa melalui pembuluh darah yang sempit dari biasanya dan mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Tekanan darah juga meningkat pada saat terjadi vasokonstriksi, yaitu jika arteri kecil (arteriola) untuk sementara waktu mengarter karena perangsang saraf atau hormon dalam darah (Triyanto, 2019).

Bertambahnya darah dalam sirkulasi bisa mengakibatkan peningkatan tekanan darah, hal ini terjadi jika terhadap kelainan fungsi ginjal sehingga tidak mampu membuang sejumlah garam dan air dari dalam tubuh yang meningkat sehingga tekanan darah juga dapat meningkat sebaliknya, jika aktivitas memompa jantung berkurang arteri akan mengalami pelebaran banyak cairan keluar dari sirkulasi, maka tekanan darah akan menurun (Triyanto, 2019).

Penyesuaian terhadap faktor-faktor dilaksanakan pada perubahan di dalam fungsi ginjal dan sistem saraf otonom (bagian dari sistem saraf yang mengatur berbagai fungsi tubuh dan garam dan air

sehingga volume darah bertambah dan tekanan darah kembali normal, ginjal bisa meningkatkan tekanan darah dengan menghasilkan enzim yang disebut renin yang mengakibatkan terjadinya tekanan darah tinggi seperti penyempitan arteri yang menuju ke salah satu ginjal (stenosis arteri renalis) bisa menyebabkan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Peradangan dan cedera pada salah satu atau kedua ginjal bisa mengakibatkan peningkatan tekanan darah (Triyanto 2019).

e. Diagnosis Hipertensi

Wardana et al. (2020) menjelaskan bahwa dalam melakukan diagnosa hipertensi, diperlukan dua hingga tiga kali pemeriksaan. Namun, dalam banyak kasus, dua kali pemeriksaan sudah mencukupi untuk menetapkan diagnosis hipertensi pada pasien. Dalam mendiagnosis hipertensi, terdapat beberapa metode yang dapat digunakan, di antaranya:

1) Anamnesis

Anamnesis dilakukan dengan menggunakan sistem puskesmas (SIMPUS) untuk mengumpulkan informasi mengenai lamanya pasien menderita hipertensi, tingkat keparahan, serta riwayat dan gejala penyakit terkait, seperti penyakit jantung koroner dan penyakit serebrovaskuler.

2) Pemeriksaan fisik

Pemeriksaan fisik dilakukan dengan mengukur tekanan darah pasien dalam keadaan santai dan duduk selama lebih dari 5 menit. Saat melakukan persiapan dan pengukuran, baik pasien

maupun pemeriksa harus dalam keadaan diam. Pengukuran dilakukan dua kali atau lebih dengan jeda 1-2 menit. Pada pengukuran pertama, tekanan darah diukur pada kedua lengan, sedangkan pengukuran selanjutnya hanya dilakukan pada lengan yang memiliki tekanan darah tertinggi.

### 3) Pemeriksaan penunjang dan pemeriksaan laboratorium

Pada tahap ini, dilakukan pemeriksaan penunjang dan laboratorium untuk memberikan informasi lebih lanjut. Pemeriksaan ini meliputi tes urinalisis untuk mengevaluasi kondisi urin, serta pemeriksaan kimia darah untuk mengetahui kadar potasium, sodium, kreatinin serum, *High Density Lipoprotein* (HDL), *Low Density Lipoprotein* (LDL), glukosa darah, dan lain sebagainya.

#### f. Gejala hipertensi

Dafriani (2019) menjelaskan bahwa gejala yang muncul pada penderita hipertensi dapat bervariasi, bahkan ada beberapa individu yang tidak menunjukkan gejala sama sekali. Namun, umumnya terdapat beberapa gejala yang sering dialami oleh penderita hipertensi, di antaranya:

- 1) Sakit kepala, penderita hipertensi dapat mengalami sakit kepala sebagai salah satu gejala yang timbul. Sakit kepala ini bisa bersifat kronis atau terjadi secara berulang.
- 2) Rasa pegal pada tengkuk, pada beberapa kasus, penderita hipertensi dapat merasakan rasa pegal atau kaku pada area

tengkuk. Hal ini mungkin disebabkan oleh ketegangan otot dan sirkulasi darah yang tidak normal.

- 3) Sensasi berputar atau vertigo, gejala vertigo, di mana penderita merasakan sensasi seperti berputar atau ingin jatuh, juga dapat terkait dengan hipertensi. Hal ini mungkin terjadi akibat gangguan sirkulasi darah yang memengaruhi keseimbangan tubuh.
- 4) Detak jantung yang berdebar kencang, hipertensi dapat menyebabkan peningkatan detak jantung yang tidak normal. Penderita hipertensi mungkin mengalami detak jantung yang lebih cepat atau berdebar-debar secara tidak wajar.
- 5) Telinga berdenging (tinnitus), sensasi berdenging atau berdenging dalam telinga, yang dikenal sebagai tinnitus, juga dapat menjadi gejala yang terkait dengan hipertensi. Hal ini mungkin disebabkan oleh perubahan aliran darah yang terjadi dalam tubuh.

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2021), gejala yang dialami oleh penderita hipertensi telah diklasifikasikan ke dalam empat kelompok yang berbeda. Kelompok-kelompok tersebut meliputi:

- 1) Masalah muskuloskeletal (53%), kelompok ini mencakup gejala-gejala seperti myalgia (nyeri otot), nyeri punggung, serta nyeri pada lutut. Gejala-gejala ini terkait dengan gangguan pada sistem muskuloskeletal pada penderita hipertensi.

- 2) Masalah gastrointestinal (12%), kelompok ini mencakup gejala-gejala seperti kembung, mual, dan gangguan pencernaan (dyspepsia). Gejala-gejala ini terjadi pada sistem pencernaan penderita hipertensi.
- 3) Keluhan di kepala (25%), kelompok ini mencakup gejala-gejala seperti sakit kepala dan pusing. Gejala-gejala ini terkait dengan perubahan tekanan darah dan sirkulasi yang terjadi pada penderita hipertensi.
- 4) Lain-lain (9%), kelompok ini mencakup gejala-gejala yang tidak termasuk dalam tiga kelompok sebelumnya. Gejala-gejala ini dapat beragam dan bervariasi pada setiap individu penderita hipertensi.

g. Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kejadian hipertensi menurut Musakkar dan Djafar (2021) adalah sebagai berikut:

1) Keturunan

Seseorang yang memiliki orang tua atau saudara yang mengidap hipertensi maka besar kemungkinan orang tersebut menderita hipertensi. Menurut Rahmadhani (2021), orang tua yang menderita hipertensi, sekitar 45% akan diturunkan ke anak-anaknya dan jika salah satu orang tuanya menderita hipertensi, sekitar 30% akan diturunkan kepada anak-anaknya.

## 2) Usia

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa semakin bertambah usia seseorang maka tekanan darah pun akan meningkat. Menurut Hamzah et al. (2021), semakin bertambahnya usia maka seseorang juga akan semakin rentan mendapat penyakit seperti hipertensi, itu karena kebiasaan mengkonsumsi makanan banyak natrium. Secara alami dengan bertambahnya umur akan mempengaruhi tekanan darah menjadi meningkat.

## 3) Garam

Garam dapat meningkatkan tekanan darah dengan cepat pada beberapa orang. Menurut Rahmadhani (2021), konsumsi natrium yang tinggi dapat mengecilkan diameter arteri, sehingga jantung harus memompa lebih keras untuk mendorong peningkatan volume darah. Melalui ruang yang lebih sempit sehingga menyebabkan hipertensi, pengaruh asupan garam terhadap hipertensi juga terjadi melalui peningkatan volume plasma dan tekanan darah.

## 4) Kolesterol

Kandungan lemak yang berlebih dalam darah dapat menyebabkan timbunan kolesterol pada dinding pembuluh darah, sehingga mengakibatkan pembuluh darah menyempit dan tekanan darah pun akan meningkat. Menurut Solikin dan Muradi (2020), kadar kolesterol yang tinggi dapat membentuk plak yang timbul pada permukaan dinding arteri. Hal ini menyebabkan



diameter pembuluh darah mengecil (aterosklerosis). Adanya sumbatan dalam pembuluh darah akan menyebabkan lumen (lubang) pembuluh darah menjadi sempit dan elastis dinding pembuluh berkurang, sehingga menyebabkan tekanan darah meninggi. Tekanan darah meningkat dikarenakan timbunan kolesterol pada dinding pembuluh darah yang berlebihan.

5) Obesitas/kegemukan

Orang yang memiliki 30% dari berat badan ideal memiliki risiko lebih tinggi mengidap hipertensi. Menurut Kholifah et al. (2020), orang yang mengalami obesitas tahanan perifer berkurang sedangkan saraf simpatis meninggi dengan aktifitas renin plasma yang rendah. Saat massa tubuh makin besar maka makin banyak darah yang dibutuhkan oleh tubuh untuk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Dengan demikian obesitas merupakan salah satu faktor risiko yang menyebabkan terjadinya hipertensi karena orang yang obesitas memiliki banyak lemak, sehingga lemak tersebut mengganggu dalam proses sirkulasi darah.

6) Stress

Stres merupakan masalah yang memicu terjadinya hipertensi di mana hubungan antara stres dengan hipertensi diduga melalui aktivitas saraf simpatis peningkatan saraf dapat menaikkan tekanan darah secara intermiten (tidak menentu). Menurut Rahmadhani (2021), stres adalah ketakutan dan

kecemasan yang menyebabkan 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, aktivasi hormon adrenalin membuat jantung bekerja lebih kuat dan lebih cepat, meningkatkan aliran darah ke organ lain, dan jika stres terjadi dalam waktu lama maka akan terjadi hipertrofi kardiovaskular, hormon ini juga berpengaruh pada peningkatan tekanan darah yang mengakibatkan hipertensi.

#### 7) Rokok

Merokok dapat memicu terjadinya tekanan darah tinggi, jika merokok dalam keadaan menderita hipertensi maka akan dapat memicu penyakit yang berkaitan dengan jantung dan darah. Menurut Kemenkes RI (2019), 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, penurunan kadar kolesterol HDL (kolesterol baik), peningkatan gumpalan darah dan kerusakan endotel pembuluh darah koroner.

#### 8) Kafein

Kafein yang terdapat pada kopi, teh, ataupun minuman bersoda dapat meningkatkan tekanan darah. Menurut Kristanto (2021), kebiasaan mengonsumsi kopi dapat menyebabkan keasaman pada usus yang berdampak pada terhambatnya

penyerapan mineral seperti vitamin B kompleks, mineral basa (Kalsium, Magnesium, Fosfor) dan elektrolit ke dalam darah. Hal tersebut bisa mempengaruhi tekanan darah yang akhirnya tekanan darah menjadi meningkat.

#### 9) Alkohol

Mengonsumsi alkohol yang berlebih dapat meningkatkan. Menurut Rahmadhani (2021), alkohol dapat merangsang epinefrin atau adrenalin yang menyebabkan arteri menyusut dan menyebabkan penumpukan air dan natrium yang diakibatkannya. Pada hipertensi, peningkatan konsumsi alkohol. Efek jangka panjang akan meningkatkan kadar kortisol dalam darah sehingga aktivitas *Renin Angiotensin Aldosteron System* (RAAS) yang berfungsi mengatur tekanan darah dan cairan tubuh meningkat, konsumsi alkohol meningkatkan volume sel darah merah sehingga kekentalan darah meningkat dan menyebabkan hipertensi.

#### 10) Kurang olahraga

Kurang berolahraga dan bergerak dapat meningkatkan tekanan darah, jika menderita hipertensi agar tidak melakukan olahraga berat. Menurut Kemenkes RI (2019), orang yang kurang berolahraga atau kurang aktif bergerak dan yang kurang bugar, memiliki risiko menderita tekanan darah tinggi atau hipertensi meningkat 20-50% dibandingkan mereka yang aktif dan bugar.

#### h. Komplikasi hipertensi

Mahendra (2021) menjelaskan bahwa hipertensi yang tidak teratasi dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya yaitu sebagai berikut:

- 1) Payah jantung (*Congestive heart failure*) adalah kondisi jantung tidak mampu lagi memompa darah yang dibutuhkan tubuh. Kondisi ini terjadi karena kerusakan otot jantung atau sistem listrik jantung.
- 2) Strok, hipertensi adalah faktor penyebab utama terjadinya strok, karena tekanan darah yang terlalu tinggi dapat menyebabkan pembuluh darah yang sudah lama menjadi pecah. Bila hal ini terjadi pada pembuluh darah otak, maka terjadi pendarahan otak yang dapat berakibat kematian. Strok juga dapat terjadi akibat sumbatan dari gumpalan darah yang macet di pembuluh yang sudah menyempit.
- 3) Kerusakan ginjal, hipertensi dapat menyempitkan dan menebalkan aliran darah yang menuju ginjal, yang berfungsi sebagai penyaring kotoran tubuh. Dengan adanya gangguan tersebut, ginjal menyaring lebih sedikit cairan dan membuangnya kembali ke darah.
- 4) Kerusakan penglihatan, hipertensi dapat menyebabkan pecahnya pembuluh darah di mata, sehingga mengakibatkan penglihatan menjadi kabur atau buta. Pendarahan pada retina mengakibatkan pandangan menjadi kabur, kerusakan organ mata dengan memeriksa fundus mata untuk menemukan perubahan yang

berkaitan dengan hipertensi yaitu retinopati pada hipertensi. Kerusakan yang terjadi pada bagian otak, jantung, ginjal dan juga mata yang mengakibatkan penderita hipertensi mengalami kerusakan organ mata yaitu pandangan menjadi kabur.

i. Penatalaksanaan hipertensi

Black dan Hawks (2021) menjelaskan bahwa terdapat dua pendekatan dalam pengobatan hipertensi, yaitu:

1) Penatalaksanaan farmakologis

Penanganan farmakologis hipertensi seringkali menyebabkan efek samping yang lebih banyak daripada manfaat terapeutik yang diperoleh. Efek penuaan pada fungsi ginjal juga memiliki pengaruh signifikan terhadap ekskresi beberapa obat. Secara umum, obat diekskresi melalui filtrasi glomerulus yang merupakan proses sederhana dan kecepatan ekskresi terkait dengan kecepatan filtrasi glomerulus. Pada usia lanjut, fungsi ginjal menurun, demikian pula aliran darah ke ginjal, sehingga kecepatan filtrasi glomerulus menurun sekitar 30% dibandingkan dengan individu yang lebih muda. Fungsi tubulus juga terpengaruh oleh penuaan yang menyebabkan penurunan aktifitas sekresi oleh tubulus ginjal, penurunan fungsi glomerulus, dan penurunan fungsi tubulus.

2) Penatalaksanaan non farmakologis

Penanganan hipertensi secara nonfarmakologis melibatkan berbagai modifikasi gaya hidup, antara lain:

a) Pengaturan diet

Diet rendah garam adalah salah satu rekomendasi yang diberikan kepada pasien hipertensi. Mengurangi asupan garam dapat menurunkan tekanan darah. Disarankan asupan natrium sebesar 50-100 mmol atau setara dengan 3-6 gram garam per hari.

b) Penurunan berat badan

Penurunan berat badan dapat mengurangi tekanan darah dengan mengurangi beban kerja jantung dan volume darah.

c) Olahraga

Olahraga teratur seperti berjalan, lari, berenang, atau bersepeda memiliki manfaat dalam menurunkan tekanan darah dan memperbaiki kondisi jantung. Disarankan untuk melakukan olahraga selama 30 menit, 3-4 kali dalam satu minggu guna menurunkan tekanan darah.

d) Perbaiki gaya hidup yang tidak sehat

Berhenti merokok dan menghindari konsumsi alkohol merupakan langkah penting untuk mengurangi dampak jangka panjang hipertensi. Asap rokok diketahui dapat mengurangi aliran darah ke organ-organ tubuh dan meningkatkan beban kerja jantung. Keluarga juga memiliki peran dalam memperbaiki gaya hidup yang tidak sehat dengan mengubah lingkungan, seperti menyediakan kegiatan

rekreasi bagi lansia dan mencegah konflik antaranggota keluarga.

e) Terapi komplementer

Terapi komplementer dapat digunakan sebagai pendekatan tambahan yang melengkapi pengobatan farmakologis untuk pemulihan. Beberapa terapi komplementer yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi meditasi dan yoga.

## 2. Persepsi

a. Definisi

Persepsi diri adalah suatu proses kompleks di mana setiap individu mengorganisir dan menafsirkan kesan indera yang mereka terima untuk memberikan makna pada lingkungan mereka. Proses ini melibatkan seleksi, pengaturan, dan interpretasi masukan informasi yang diterima Oleh individu guna membentuk gambaran keseluruhan yang memiliki arti. Persepsi diri juga merupakan suatu proses kognitif yang memungkinkan individu untuk memahami lingkungan sekitarnya dan mengaitkannya dengan pengalaman, pengetahuan, dan keyakinan mereka yang ada sebelumnya (Robbins et al., 2019).

b. Macam-macam persepsi diri

Sunaryo (2017) menjelaskan bahwa persepsi dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu persepsi eksternal dan persepsi diri.

1) Persepsi eksternal terjadi ketika individu menerima rangsangan atau stimulus dari lingkungan eksternal mereka. Hal ini

merupakan salah satu aspek kognitif yang sangat penting bagi manusia untuk

- 2) Persepsi fisik diri: Ini melibatkan persepsi individu terhadap penampilan fisiknya sendiri, termasuk bentuk tubuh, fitur wajah, dan atribut fisik lainnya.
- 3) Persepsi diet

Terapi diet ini melibatkan komposisi nutrisi tertentu, yaitu karbohidrat sebesar 45%-65%, lemak sebesar 20%-25%, protein sebesar 10%-20%, batasan natrium tidak lebih dari 3000 mg, serta asupan serat yang mencukupi sekitar 25 g/hari dan frekuensi konsumsi makanan dengan kandungan serat tinggi.

- 4) Persepsi aktivitas fisik

Persepsi aktivitas fisik yang menjadi fokus penelitian ini mengacu pada pandangan responden terhadap aktivitas fisik yang direkomendasikan. Aktivitas fisik ini meliputi frekuensi dan durasi yang dianjurkan, yaitu 3-4 kali dalam seminggu dengan durasi sekitar 30 menit.

- 5) Persepsi keteraturan berobat

Persepsi keteraturan berobat yang menjadi fokus penelitian ini merujuk pada pandangan responden terhadap kepatuhan dalam menjalani jadwal berobat sesuai anjuran dokter.

#### c. Proses Terjadinya Persepsi

Proses terjadinya persepsi dimulai dengan hadirnya objek yang memicu rangsangan, dan rangsangan ini diterima oleh indra-indra



manusia. Rangsangan yang diterima oleh indra-indra tersebut kemudian dikirimkan melalui jalur saraf sensorik ke otak. Di otak, terjadi proses yang menjadi pusat kesadaran, sehingga individu menjadi sadar akan apa yang dilihat, didengar, atau dirasakan. Sebagai respons terhadap persepsi, individu dapat memberikan tanggapan dalam berbagai bentuk yang berbeda. Tanggapan tersebut dapat berupa tindakan atau reaksi yang diambil oleh individu sebagai akibat dari persepsi yang dialaminya (Adytya, 2021).

d. Faktor yang mempengaruhi persepsi

Notoatmodjo (2017) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang memiliki pengaruh terhadap persepsi seseorang, yakni faktor internal dan faktor eksternal.

- 1) Faktor internal mengacu pada faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu yang berperan dalam proses penciptaan dan penemuan pengetahuan yang kemudian dapat memberikan manfaat bagi banyak orang. Dalam konteks ini, faktor internal yang mempengaruhi persepsi meliputi usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan.
- 2) Faktor eksternal merujuk pada faktor-faktor yang berasal dari luar individu yang berperan dalam proses penciptaan dan penemuan pengetahuan. Dalam hal ini, faktor eksternal yang mempengaruhi persepsi mencakup informasi dan pengalaman yang diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya.

e. Alat ukur persepsi diri

Pengukuran persepsi diri dapat dilakukan melalui metode wawancara atau pemberian kuesioner/angket yang mengajukan pertanyaan atau pernyataan terkait konten yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden Notoatmodjo (2017). Menurut Arikunto (2016), tiap indikator dalam aspek-aspek persepsi diri memiliki skala penilaian 1-5 sebagai berikut:

1) Pernyataan positif:

- a) Pernyataan "Sangat setuju (SS)" diberikan nilai 5.
- b) Pernyataan "Setuju (S)" diberikan nilai 4.
- c) Pernyataan "Kurang setuju (KS)" diberikan nilai 3.
- d) Pernyataan "Tidak setuju (TS)" diberikan nilai 2.
- e) Pernyataan "Sangat tidak setuju (STS)" diberikan nilai 1.

2) Pernyataan negatif:

- a) Pernyataan "Sangat setuju (SS)" diberikan nilai 1.
- b) Pernyataan "Setuju (S)" diberikan nilai 2.
- c) Pernyataan "Kurang setuju (KS)" diberikan nilai 3.
- d) Pernyataan "Tidak setuju (TS)" diberikan nilai 4.
- e) Pernyataan "Sangat tidak setuju (STS)" diberikan nilai 5.

### 3. Dukungan Keluarga

a. Definisi

Keluarga adalah kelompok sosial yang paling kecil di dalam masyarakat yang umumnya terdiri dari satu atau dua orang tua beserta anak-anak mereka, dimana orang-orang tersebut tinggal dalam satu

atap bersama-sama dan saling tergantung satu dengan yang lainnya. Keluarga terdiri dari kepala keluarga dan anggota keluarganya, yaitu; ayah, ibu, dan anak, yang tinggal bersama dan saling membutuhkan (Prawiro, 2019).

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan emosional, dukungan instrumental dan dukungan penilaian. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga sehingga anggota keluarga merasa ada yang memberi perhatian (Friedman & Bowden, 2018).

b. Bentuk-bentuk dukungan keluarga

Friedman dan Bowden (2018) menjelaskan keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yaitu :

1) Dukungan Informasional

Bentuk dukungan ini melibatkan pemberian informasi, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu. Jenis informasi seperti seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.

2) Dukungan Emosional

Bentuk dukungan ini membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, dipedulikan dan dicintai oleh sumber dukungan keluarga sehingga individu dapat menghadapi masalah dengan lebih baik.

### 3) Dukungan Instrumental

Bentuk dukungan ini merupakan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan.

### 4) Dukungan Penilaian

Bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, persetujuan pada pendapat individu, perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

#### c. Manfaat dukungan keluarga

Dukungan sosial keluarga adalah sebuah proses yang terjadi sepanjang masa kehidupan, sifat dan jenis dukungan sosial berbeda-beda dalam berbagai tahap-tahap siklus kehidupan. Namun demikian, dalam semua tahap siklus kehidupan, dukungan sosial keluarga membuat keluarga mampu berfungsi dengan berbagai kepandaian dan akal. Sebagai akibatnya, hal ini meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga (Herawati et al., 2020).

#### d. Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga

Faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan keluarga (Riyambodo, 2019) adalah sebagai berikut:

##### 1) Faktor internal

###### a) Pendidikan atau tingkat pengetahuan

Keyakinan seseorang terhadap adanya dukungan terbentuk oleh variabel intelektual yang terdiri dari

pengetahuan, latar belakang pendidikan dan pengalaman masa lalu. Kemampuan kognitif akan membentuk cara berfikir seseorang termasuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakit dan menggunakan pengetahuan tentang kesehatan untuk menjaga kesehatan dirinya.

b) Faktor emosi

Faktor emosional juga mempengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melakukannya. Seseorang yang mengalami respon stress dalam setiap perubahan hidupnya cenderung berespon terhadap berbagai tanda sakit, mungkin dilakukan dengan cara mengkhawatirkan bahwa penyakit tersebut dapat mengancam kehidupannya. Seseorang yang secara umum terlihat sangat tenang mungkin mempunyai respon emosional yang kecil selama ia sakit. Seorang individu yang tidak mampu melakukan koping secara emosional terhadap ancaman penyakit mungkin.

c) Spiritual

Aspek spiritual dapat terlihat dari bagaimana seseorang menjalani kehidupannya, mencakup nilai dan keyakinan yang dilaksanakan, hubungan dengan keluarga atau teman, dan kemampuan mencari harapan dan arti dalam hidup.

## 2) Eksternal

### a) Praktik di keluarga

Cara bagaimana keluarga memberikan dukungan biasanya mempengaruhi penderita dalam melaksanakan kesehatannya. Misalnya, klien juga kemungkinan besar akan melakukan tindakan pencegahan jika keluarga melakukan hal yang sama.

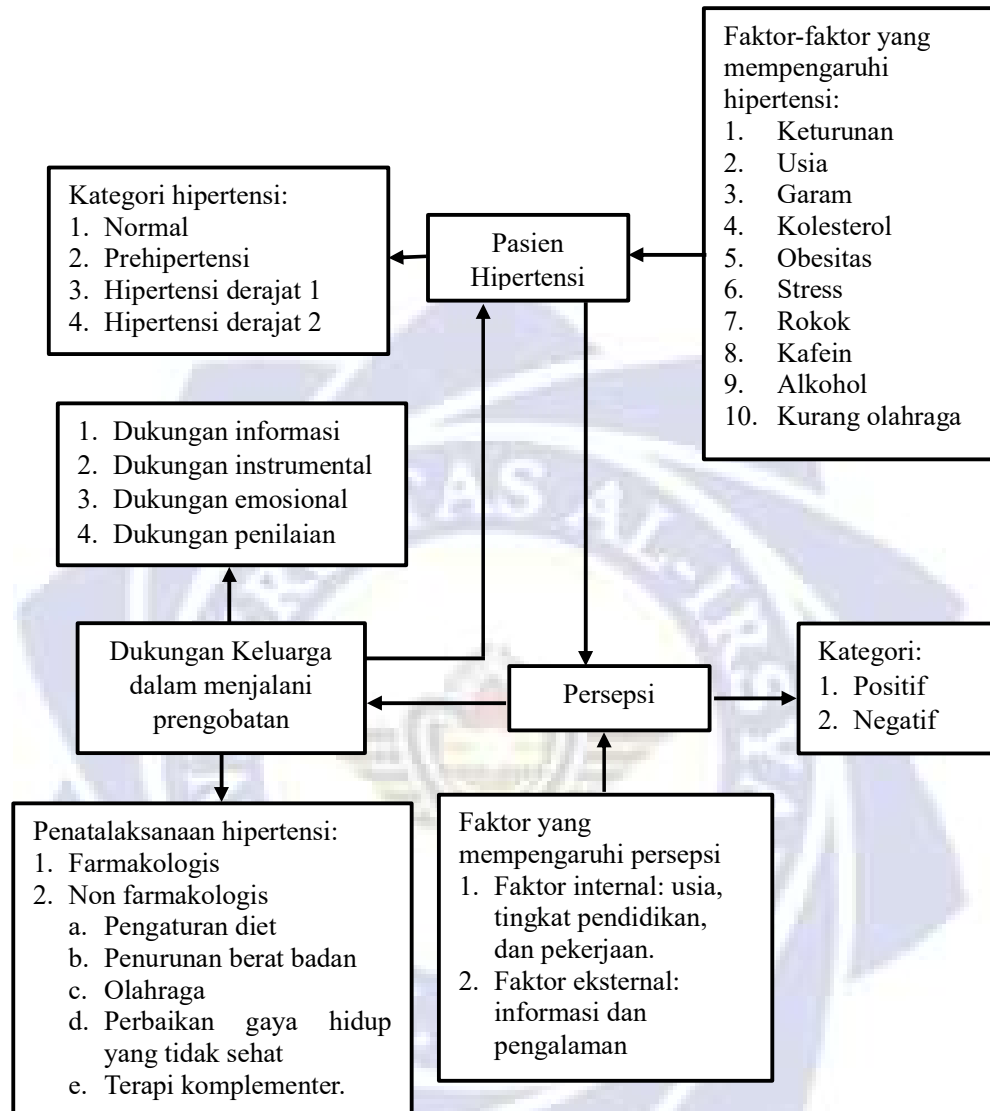
### b) Faktor sosio-ekonomi

Faktor sosial dan psikososial dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit dan mempengaruhi cara seseorang mendefinisikan dan bereaksi terhadap penyakitnya. Variabel psikososial mencakup: stabilitas perkawinan, gaya hidup, dan lingkungan kerja. Seseorang biasanya akan mencari dukungan dan persetujuan dari kelompok sosialnya, hal ini akan mempengaruhi keyakinan kesehatan dan cara pelaksanaannya. Semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang biasanya ia akan lebih cepat tanggap terhadap gejala penyakit yang dirasakan. Sehingga keluarga akan segera mencari pertolongan ketika merasa ada gangguan pada kesehatannya.

### c) Latar belakang budaya

Latar belakang budaya mempengaruhi keyakinan, nilai dan kebiasaan individu, dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi.

## B. Kerangka Teori



Bagan 2.1  
Kerangka Teori

Sumber: Black & Hawks (2021) Notoatmodjo (2017), Triyanto (2019), Musakkar & Djafar (2021), Friedman & Bowden (2018), Herawati et al. (2020), Riyambodo (2019)

