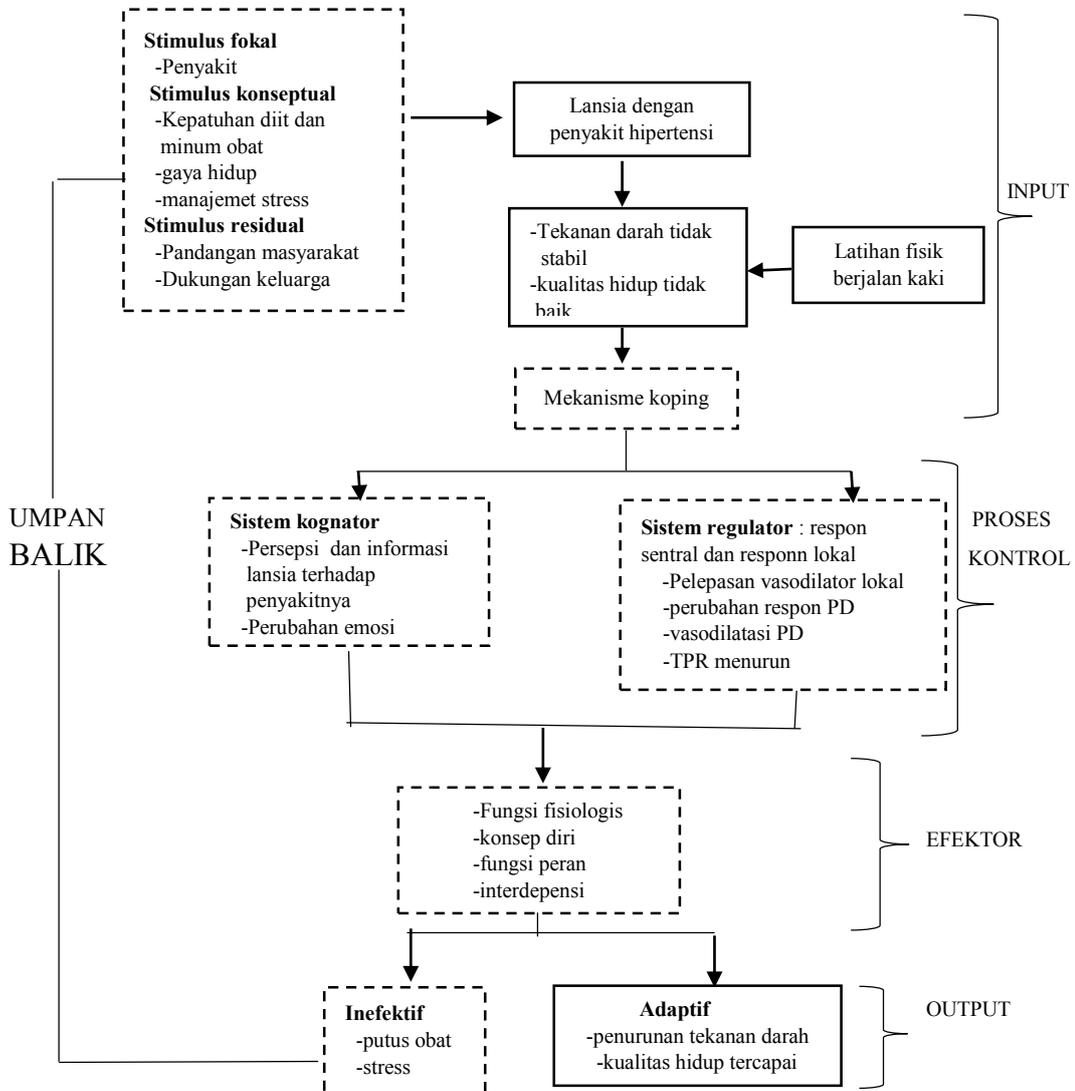


BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konseptual



Keterangan :

Diteliti
 Tidak diteliti

Gambar 3.1 Kerangka konseptual pengaruh latihan fisik berjalan kaki terhadap penurunan tekanan darah dan kualitas hidup lansia dengan hipertensi.

Gambar diatas menjelaskan bahwa hipertensi dipengaruhi oleh tiga stimulus yaitu stimulus fokal, stimulus konstektual dan stimulus residual. Stimulus fokal yaitu stimulus yang secara langsung dapat menyebabkan keadaan sakit dan ketidakseimbangan yang dialami saat itu (hipertensi yang dialami oleh lansia dini). Stimulus konstektual yaitu stimulus yang dapat menunjang terjadinya sakit (faktor presipitasi), seperti gaya hidup, kepatuhan diit dan minum obat, serta manajemen stress kurang baik. Stimulus residual yaitu sikap dan pemahaman individu yag dapat mempengaruhi terjadinya keadaan tidak sehat (faktor predisosisi) sehingga terjadi kondisi fokal, seperti pandangan dan pemahaman klien tentang hipertensi, kurangnya dukungan keluarga.

Diperlukan suatu proses kontrol untuk menangani terjadinya hipertensi. Ada dua mekanisme koping yaitu kognator dan regulator. Kognator adalah gambaran respon yang kaitannya dengan perubahan kognitif dan emosi termasuk di dalamnya proses informasi dan persepsi. Dalam hal ini diperlukannya suatu edukasi atau penjelasan tentang manfaat dari latihan fisik berjalan kaki, yang diharapkan nantinya lansia mau untuk melakukannya. Regulator adalah gambaran respon yang kaitannya dengan perubahan pada sistem saraf, kimia tubuh dan organ endokrin dan merupakan mekanisme kerja utama yang berespon dan beradaptasi terhadap stimulus lingkungan. Dalam hal ini diperlukan suatu penatalaksanaan hipertensi baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Salah satu cara penatalaksanaan hipertensi dengan non farmakologi yaitu dengan berjalan kaki. Dengan berjalan kaki akan terjadi pelepasan vasodilator lokal, perubahan respon pembuluh darah, vasodilatasi pembuluh darah dan penurunan TPR (Total Perifer Resisten). Dari proses kontrol tersebut dapat terlihat empat

perubahan yaitu perubahan pada fungsi fisiologi, konsep diri, peran, dan interdependensi. Lansia yang aktif melakukan aktifitas fisik berjalan kaki diharapkan mampu untuk menurunkan tekanan darah yang signifikan serta mampu meningkatkan kualitas hidupnya yang dapat dilihat dari kesehatan fisik, kondisi psikis, hubungan sosial, dan kondisi lingkungan.

3.2 Hipotesis Penelitian

H1 : Ada pengaruh latihan fisik berjalan kaki terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada usia lansia dengan hipertensi.

H1 : Ada pengaruh latihan fisik berjalan kaki terhadap penurunan tekanan darah diastolik pada usia lansia dengan hipertensi.

H1 : Ada pengaruh latihan fisik berjalan kaki terhadap kualitas hidup pada usia lansia dengan hipertensi.