



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN PENGOBATAN PASIEN HIPERTENSI UNTUK MENGONTROL TEKANAN DARAH

*(Efforts To Improve Knowledge And Compliance In Hypertension Patient Treatment To
Control Blood Pressure)*

Sentot Imam Suprpto¹, Nurwijayanti², I Kadek Nuryanto³, I Nyoman Dharma Wisnawa⁴

^{1,2} Universitas Strada Indonesia

³Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

⁴UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara

e-mail: ikadeknuryanto@gmail.com

Received : Agustus,2025

Accepted : September, 2025

Published : November,2025

ABSTRAK

Latar belakang. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disebut sebagai silent killer karena tidak menimbulkan gejala khas namun berisiko menimbulkan komplikasi serius. Salah satu tantangan utama dalam pengelolaannya adalah rendahnya tingkat kepatuhan pasien dalam menjalani terapi obat antihipertensi. Pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan kepatuhan tersebut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi mengenai pengendalian dan pengontrolan tekanan darah melalui pendidikan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan pada 11–16 Agustus 2025 di Puskesmas III Denpasar Utara dengan jumlah peserta 15 orang pasien hipertensi. Metode dalam kegiatan ini menggunakan edukasi deskriptif dengan desain pre- dan post-test, yang dilaksanakan pada 11-16 Agustus 2025 di Puskesmas, melibatkan 15 pasien hipertensi. Peningkatan pengetahuan diukur dengan membandingkan hasil tes sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pasien setelah diberikan pendidikan kesehatan, di mana responden dengan pengetahuan baik meningkat dari 66,0% menjadi 86,7%. Selain itu, terdapat penurunan rata-rata tekanan darah, dari 162,79/91,33 mmHg menjadi 159,00/87,20 mmHg. Kesimpulan bahwa temuan ini memperkuat bukti bahwa pendidikan kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga berdampak pada perilaku pengelolaan hipertensi. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan untuk pemberian pendidikan kesehatan sebaiknya diintegrasikan ke dalam pelayanan kesehatan di puskesmas maupun rumah sakit, dengan pendekatan konseling, edukasi interaktif, serta pemanfaatan media digital untuk mendukung kepatuhan pasien hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Pendidikan Kesehatan, Kepatuhan, Pengetahuan, Tekanan Darah

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease often referred to as a silent killer because it usually shows no specific symptoms yet carries a high risk of serious complications. One of the main challenges in its management is patients' low adherence to antihypertensive therapy. Health education is considered an effective strategy to improve treatment adherence. This community service activity aimed to enhance hypertensive patients' knowledge regarding blood pressure control and management through health education. The program was conducted on August 11–16, 2025 at Public Health Center (Puskesmas) III North Denpasar, involving 15 patients with hypertension. Method. This activity used a descriptive educational approach with a pre- and post-test design. It was conducted from August 11-16, 2025, at Puskesmas, involving 15 hypertension patients. Knowledge improvement was measured by comparing test results before and after the health education session. The results showed an improvement in patients' knowledge, where those with good

knowledge increased from 66.0% to 86.7% after receiving health education. Moreover, the average blood pressure decreased from 158.79/98.76 mmHg to 155.65/97.23 mmHg. Conclusion, these the findings indicate that health education not only increases patients' knowledge but also has a positive impact on hypertension management behaviors. Therefore, for suggestion health education should be integrated into primary and hospital care services through counseling, interactive education, and the use of digital media to promote medication adherence among hypertensive patients.

Keywords: *hypertension, health education, adherence, knowledge, blood pressure*

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah seseorang meningkat dengan nilai sistolik ≥ 130 mmHg atau diastolik ≥ 80 mmHg Zahra et al., 2024. Penyakit hipertensi sering disebut sebagai silent killer atau pembunuh tersembunyi karena kerap tidak terdeteksi dan tidak menimbulkan gejala yang jelas, sehingga banyak penderita tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi (Kemenkes, 2023).

Urgensi penanganan hipertensi sangatlah tinggi mengingat prevalensi global yang terus meningkat. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (2024), hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, dengan perkiraan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun menderita kondisi ini secara global. Di Indonesia, data dari Kementerian Kesehatan (2024) menunjukkan peningkatan signifikan prevalensi hipertensi yang telah mencapai 34,1% dari total populasi. Hal ini semakin menggarisbawahi perlunya intervensi yang efektif dan kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan

Salah satu kendala utama dalam penanganan hipertensi adalah rendahnya kepatuhan pasien dalam menjalani terapi, khususnya dalam mengonsumsi obat antihipertensi secara teratur. Data Kemenkes (2023) menunjukkan bahwa hanya sekitar 35,8% penderita hipertensi yang rutin minum obat sesuai anjuran. Mengingat hipertensi merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, penderita perlu menjalani pengobatan seumur hidup, sehingga kepatuhan minum obat menjadi faktor penting untuk mencegah komplikasi (Zahra et al., 2024).

Studi menemukan bahwa tingkat ketidakpatuhan pasien terhadap terapi masih cukup tinggi. Menurut Juniarti et al. (2023), salah satu penyebab utama adalah rasa jenuh akibat keharusan mengonsumsi obat seumur hidup. Selain itu, faktor-faktor seperti sikap, pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, serta keterlibatan tenaga kesehatan juga memengaruhi kepatuhan pasien (Syamsudin & Wulansari, 2022). Penelitian Sari dan Helmi (2023) membuktikan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan pasien tentang hipertensi dengan kepatuhan minum obat. Pasien dengan pemahaman yang baik lebih menyadari risiko apabila tidak patuh terhadap pengobatan. Sejalan dengan hal tersebut, Juniarti et al. (2023) juga menegaskan bahwa

semakin tinggi pengetahuan pasien mengenai penyakitnya, semakin besar pula kemungkinan mereka patuh dalam menjalani terapi.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap kepatuhan pasien hipertensi dalam mengonsumsi obat. Pengetahuan dapat dipahami sebagai informasi atau pemahaman yang dimiliki seseorang, yang kemudian memengaruhi sikap serta perilakunya. Dalam konteks hipertensi, pemahaman mengenai pentingnya minum obat secara teratur sesuai dosis dapat membantu pasien mengontrol penyakit yang dideritanya (Wulansari et al., 2023). Fauziah dan Mulyani (2022) menegaskan bahwa pengetahuan tentang hipertensi, meliputi penyebab, gejala, urgensi terapi jangka panjang, serta risiko yang muncul akibat tidak patuh mengonsumsi obat, sangatlah esensial bagi penderita. Oleh karena itu, program pendidikan kesehatan bagi pasien hipertensi perlu dioptimalkan, baik dalam bentuk penyuluhan maupun penggunaan media edukatif, guna meningkatkan kemampuan pasien dalam mengendalikan dan menjaga stabilitas tekanan darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kuesioner pre dan post-test yang telah diisi oleh pasien hipertensi dianalisis secara deskriptif untuk menilai pengetahuan hipertensi serta cara untuk mengendalikan dan mengontrol tekanan darah

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan pasien hipertensi n=15

Pengetahuan Mengendalikan Tekanan Darah	serta dan Cara Mengontrol	Pre-Test		Post-Test	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik		9	66,00	13	86,67
Cukup		6	40,00	2	13,33
Total		15	100,00	15	100,00

Pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa, sebanyak 9 responden (66,00%) sebelum diberikan pendidikan kesehatan sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi serta cara untuk mengendalikan dan mengontrol tekanan darah, dan setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media poster tentang hipertensi sebanyak 13 responden (86,67%) memiliki pengetahuan yang baik mengenai pengetahuan hipertensi serta cara untuk mengendalikan dan mengontrol tekanan darah.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Rata-Rata Tekanan Darah Pasien Hipertensi n=15

Pengetahuan Cara Mengendalikan dan Mengontrol Tekanan Darah	PreTest	PostTest
--	----------------	-----------------

Sistolik	162,86 mmHg	159,65 mmHg
Diastolik	91,33 mmHg	82,20 mmHg

Pada tabel 2 diatas menunjukkan bahwa, rata-rata tekanan darah sistolik pasien hipertensi 162,86 mmHg dan tekanan darah diastolik 1,33 mmHg sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi serta cara untuk mengendalikan dan mengontrol tekanan darah. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik 159,65 mmHg dan tekanan darah diastolik 2,80 mmHg setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai pengetahuan hipertensi serta cara untuk mengendalikan dan mengontrol tekanan darah.



Gambar 1. Pendidikan Kesehatan di Rumah



Gambar 2. Pendidikan Kesehatan di Posyandu



Gambar 3. Media poster Pendidikan Kesehatan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat secara global. Kepatuhan minum obat menjadi faktor kunci dalam pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi seperti stroke dan penyakit jantung. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan pasien hipertensi terhadap pengobatan masih rendah, sehingga diperlukan intervensi efektif untuk mengatasinya. Salah satu intervensi yang banyak diteliti adalah pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pasien terkait pengelolaan hipertensi. Menurut Wulandari et al. (2021), pasien yang mendapatkan pendidikan kesehatan tentang hipertensi menunjukkan peningkatan kepatuhan minum obat secara signifikan dibandingkan dengan pasien yang tidak mendapatkan pendidikan. Hal ini menunjukkan bahwa

peningkatan pemahaman pasien mengenai manfaat pengobatan, konsekuensi ketidakpatuhan, serta cara minum obat yang benar mampu memperbaiki perilaku kepatuhan.

Selain meningkatkan pengetahuan, pendidikan kesehatan juga mampu memperkuat motivasi pasien. Penelitian oleh Alatawi et al. (2021) mengungkapkan bahwa salah satu hambatan utama dalam kepatuhan adalah rendahnya persepsi pasien terhadap pentingnya pengobatan jangka panjang. Melalui pendekatan edukasi yang terstruktur, pasien dapat memahami bahwa hipertensi sering kali bersifat asimtomatik, tetapi tetap menimbulkan risiko serius jika tidak dikendalikan. Pendidikan kesehatan yang efektif tidak hanya berupa penyuluhan satu arah, melainkan juga interaktif dengan melibatkan pasien dalam diskusi, konseling individu, maupun penggunaan media seperti leaflet, video edukasi, dan poster, maupun media lainnya. Menurut Sari et al. (2022), penggunaan media edukasi berbasis aplikasi seluler terbukti meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi karena lebih mudah diakses dan memberikan pengingat konsumsi obat.

Selain itu, pendidikan kesehatan dapat diperkuat dengan pendekatan teori keperawatan, misalnya teori *Self-Care* dari Orem yang menekankan pentingnya kemandirian pasien dalam mengelola penyakitnya. Edukasi yang berfokus pada pemberdayaan pasien untuk melakukan *self-care* secara konsisten terbukti meningkatkan kepatuhan pengobatan (Nursalam, 2020). Selain hal tersebut teori *Self-Care* dari Orem juga menekankan pentingnya dalam memenuhi kebutuhan perawatan dirinya sendiri, termasuk dalam manajemen penyakit kronis seperti hipertensi. Kepatuhan minum obat termasuk dalam *therapeutic self-care demand* yang harus dilakukan pasien agar kondisi kesehatannya terkendali. Peran perawat melalui pendidikan kesehatan adalah membantu pasien mengembangkan *self-care agency* sehingga mampu secara mandiri mengatur pengobatan (Orem, 2001).

Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berperan signifikan dalam meningkatkan kepatuhan minum obat hipertensi melalui peningkatan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan pasien dalam mengelola pengobatan. Intervensi pemberian pendidikan kesehatan tersebut, sebaiknya menjadi bagian integral dari pelayanan kesehatan di puskesmas maupun rumah sakit, terutama melalui pendekatan konseling, edukasi personal, keluarga maupun kelompok, dan pemanfaatan teknologi digital untuk mendukung kepatuhan pasien.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pendidikan kesehatan terbukti memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi. Melalui peningkatan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan dalam manajemen diri, pasien lebih memahami manfaat terapi, risiko ketidakpatuhan, serta cara yang tepat dalam mengonsumsi obat. Intervensi pendidikan kesehatan yang dilakukan secara terstruktur, interaktif, dan didukung media edukasi modern mampu mengurangi hambatan pasien, memperkuat motivasi internal, serta meningkatkan keterlibatan keluarga maupun tenaga kesehatan.

Bagi Puskesmas/Tenaga Kesehatan:

1. Terapkan Pendidikan Kesehatan Interaktif: Gunakan media edukasi modern seperti video, aplikasi, atau grup WhatsApp untuk menyebarkan informasi tentang pentingnya minum obat.
2. Libatkan Keluarga Pasien: Dorong pasien untuk membawa anggota keluarga saat sesi edukasi agar mereka dapat memberikan dukungan di rumah.
3. Gunakan Pendekatan Individual: Lakukan konseling individual untuk memahami hambatan spesifik yang dihadapi pasien dan berikan solusi yang disesuaikan, misalnya dengan membuat jadwal minum obat yang mudah diingat.
4. Monitor dan Berikan Apresiasi: Lakukan pemantauan berkala (misalnya melalui kunjungan rumah atau panggilan telepon) untuk memastikan pasien tetap patuh. Berikan apresiasi atau penguatan positif atas kemajuan yang dicapai pasien untuk menjaga motivasi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Alatawi, Y. M., Kavookjian, J., Ekong, G., & Alrayees, M. M. (2021). The association between health beliefs and medication adherence among patients with hypertension in Saudi Arabia. *Patient Preference and Adherence*, 15, 77–85. <https://doi.org/10.2147/PPA.S285728>
- Fauziah, D. W., & Mulyani, E. (2022). Hubungan Pengetahuan Terhadap Tingkat Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi. *Indonesian Journal of Pharmaceutical Education*, 2(2), 94–100. <https://doi.org/10.37311/ijpe.v2i2.15484>
- Juniarti, B., Setyani, F. A. R., & Amigo, T. A. E. (2023). Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Ma'arif Baturaja*, 8(1), 43–53. <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v8i1.205>
- Kemenkes. (2023). Buku Pedoman Hipertensi 2024. *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Data dan informasi kesehatan hipertensi 2024*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Orem, D. E. (2001). *Nursing: Concepts of practice* (6th ed.). St. Louis, MO: Mosby
- Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). (2024). *Hipertensi*. Diakses dari <https://www.voaindonesia.com/a/who-1-miliar-orang-di-dunia-alami-hipertensi/1636680.html>.
- Sari, D. K., Wibowo, A., & Putri, A. N. (2022). Pengaruh edukasi berbasis aplikasi seluler terhadap kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 123–132. <https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.1583>
- Sari, D. P., & Helmi, M. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi di Puskesmas Kecamatan Tanjung Priok Jakarta Utara Periode Mei – Juli 2022. *Jurnal Farmasi Higea*, 15(2), 93. <https://doi.org/10.52689/higea.v15i2.518>
- Syamsudin, A., & Wulansari, D. (2022). Edukasi dan kepatuhan minum obat pasien hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(2).
- Wulandari, D. A., Rahmawati, E., & Pratiwi, H. (2021). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan minum obat pasien hipertensi: Systematic review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(1), 45–52. <https://doi.org/10.30651/jkm.v6i1.8790>
- Wulansari, D., Sari, D.N.P., Septimar, Z.M. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Terhadap Pencegahan Hipertensi Di Puskesmas Pasar Kemis. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 2(1), 24–33. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v2i1.159>

Zahra, F., Anugrah, B., & Setiawan, R. (2024). Manajemen terapi dan kepatuhan pengobatan pada pasien hipertensi kronis. Jurnal Kesehatan.