

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi tekanan darah tinggi yang menetap, khususnya tekanan diastolik minimal 90 mmHg dan tekanan sistolik minimal 140 mmHg. Penyakit yang umum dijuluki sebagai "pembunuh senyap" (*silent killer*) ini dapat menimbulkan dampak berbahaya jika tidak ditangani. Mengingat kaitannya yang erat dengan gaya hidup modern yang tidak sehat serta meningkatnya berbagai faktor risiko seperti stres, kurangnya aktivitas fisik, dan pola makan yang tidak seimbang hipertensi telah menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia. (Sumiyem et al., 2023).

Sebagian besar kasus hipertensi disebabkan oleh pilihan gaya hidup yang buruk. Faktor risiko utama tekanan darah tinggi meliputi perilaku seperti kurangnya aktivitas fisik, merokok, stres emosional, serta pola makan yang tinggi lemak, garam, dan kalori. Meningkatnya prevalensi hipertensi dalam masyarakat modern dikaitkan dengan gaya hidup yang tidak sehat (Hardin & Manao, 2024). Oleh karena itu, terapi farmakologis saja tidak cukup untuk menangani hipertensi, perubahan perilaku dan edukasi kesehatan yang berkelanjutan juga diperlukan.

Organisasi Kesehatan Dunia (2025) menyatakan bahwa hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini secara global. Hanya 46% dari perkiraan 1,28 miliar orang penderita hipertensi yang menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2025), sebanyak 34,11% penduduk Indonesia berusia 18 tahun ke atas menderita hipertensi. Angka ini terus meningkat setiap tahunnya. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2025), Jawa Tengah memiliki prevalensi hipertensi tertinggi keempat di Indonesia (37,57%). Pada tahun 2024, tercatat 5.632.593 kasus hipertensi di provinsi tersebut; hingga triwulan pertama tahun 2025, dilaporkan adanya 1.115.531 kasus baru. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi hambatan utama dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat.

Hipertensi yang tidak dikelola dengan baik dapat mengakibatkan konsekuensi serius, termasuk stroke, gagal ginjal, gagal jantung, dan kematian mendadak. Sekitar 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya disebabkan oleh hipertensi. (*World Health Organization*, 2025). Selain berdampak pada aspek medis, hipertensi juga memberikan beban sosial dan ekonomi yang besar karena menurunkan produktivitas, meningkatkan biaya pengobatan jangka panjang, serta menurunkan kualitas hidup pasien (Marwa et al., 2021). Pada tingkat individu, penderita hipertensi sering mengalami ketergantungan terhadap obat dan kecemasan karena pengobatan yang harus dijalani secara rutin dan berkelanjutan.

Perkembangan teknologi informasi memberikan peluang besar dalam optimalisasi isyarat untuk bertindak. Salah satu media komunikasi digital yang paling banyak digunakan adalah WhatsApp, yang dapat dimanfaatkan untuk memberikan pesan pengingat (*reminder*) dan pesan edukasi kesehatan kepada pasien. Media ini memungkinkan tenaga kesehatan mengirimkan pesan secara cepat, personal, dan berulang kepada pasien mengenai waktu minum obat, pentingnya kepatuhan terapi, serta edukasi mengenai gaya hidup sehat. Melalui pesan pengingat dan edukasi digital, pasien dapat lebih termotivasi untuk menjaga konsistensi dalam pengobatan dan memahami dampak apabila terapi tidak dijalankan secara disiplin.

Kepatuhan dalam menjalani pengobatan merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan terapi hipertensi, namun tingkat kepatuhan pasien masih relatif rendah akibat berbagai faktor seperti kurangnya pengetahuan, persepsi rendah terhadap manfaat obat, kekhawatiran terhadap efek samping, serta minimnya dukungan sosial (Laili et al., 2023). Menurut *Health Belief Model* (HBM), keyakinan mengenai kerentanan, keparahan, keuntungan, dan hambatan, serta adanya "isyarat untuk bertindak" (*cue to action*) yakni stimulus eksternal yang dapat diamati dan dievaluasi berdampak pada perilaku kesehatan. Dalam konteks ini, media WhatsApp berperan sebagai bentuk isyarat untuk bertindak melalui pesan pengingat dan edukasi yang diterima pasien secara langsung dan berkelanjutan, sehingga mampu memicu munculnya perilaku patuh dalam konsumsi obat

antihipertensi (Laili et al., 2023). Berdasarkan penelitian oleh (Hayati, 2024), pesan pengingat dan instruksional melalui WhatsApp secara signifikan meningkatkan kepatuhan pengobatan serta hasil terapi bagi pasien hipertensi di Apotek Alifa. Temuan tersebut sejalan dengan yang melaporkan bahwa kombinasi pesan pengingat berbasis WhatsApp dan leaflet edukatif mampu meningkatkan keberhasilan terapi pasien hipertensi di Puskesmas Sungai, serta yang menjelaskan bahwa pesan edukasi melalui WhatsApp efektif meningkatkan kemampuan *self-care* management pasien hipertensi karena komunikasi yang interaktif dan mudah dipahami. Dengan demikian, media WhatsApp dapat diposisikan sebagai isyarat eksternal yang strategis dalam mendorong perubahan perilaku kepatuhan pasien hipertensi.

Selain itu, (Fatimah & Ariyani, 2025) menunjukkan bahwa kepatuhan pengobatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Alalak Tengah dapat ditingkatkan melalui instruksi berbasis video dalam bahasa daerah yang dikirimkan via WhatsApp. Menurut penelitian (Kusuma & Mahnunah, 2025), kepatuhan pasien terhadap pengobatan penyakit kronis termasuk hipertensi dan TB dapat diperkuat dengan bantuan sukarelawan kesehatan melalui grup WhatsApp yang menyajikan pesan instruksional dan pengingat. Selain itu, Nawawi & Hendra, (2024) menemukan bahwa komunikasi terapeutik melalui video call berbasis WhatsApp membantu pasien hipertensi lebih disiplin dalam menjalankan pengobatan serta meningkatkan hubungan terapeutik dengan tenaga kesehatan.

Hal tersebut mengindikasikan bahwa penggunaan WhatsApp untuk menyampaikan edukasi kesehatan dan pesan pengingat dapat menjadi "pemicu tindakan" (*cue to action*) yang bermanfaat guna meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan antihipertensi. Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting untuk mengetahui dampak dari pemicu tindakan berbasis WhatsApp tersebut terhadap kepatuhan pengobatan antihipertensi, khususnya di kalangan pasien pada fasilitas layanan kesehatan dasar seperti puskesmas.

Berdasarkan data Puskesmas Grobogan tahun terakhir, tercatat sejumlah pasien hipertensi yang rutin melakukan kontrol, namun masih ditemukan pasien dengan tekanan darah tidak terkontrol. Untuk memperoleh gambaran awal terkait faktor yang memengaruhi kepatuhan konsumsi obat, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui metode wawancara kepada 10 pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Grobogan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 6 dari 10 responden menyatakan mereka rutin minum obat karena selalu diingatkan oleh saudara atau anggota keluarga di rumah. Responden tersebut mengaku lebih teratur dalam mengikuti jadwal minum obat ketika ada yang mengingatkan. Sementara itu, 4 responden menyatakan bahwa mereka terkadang lupa minum obat apabila tidak ada pengingat dari keluarga. Bahkan, 2 di antaranya mengaku hanya minum obat ketika muncul gejala seperti pusing atau leher terasa berat.

Temuan ini mengindikasikan bahwa pengingat dari saudara di rumah berperan sebagai isyarat eksternal yang memengaruhi kepatuhan konsumsi obat antihipertensi. Pasien yang memperoleh dukungan keluarga cenderung menunjukkan perilaku minum obat yang lebih konsisten dibandingkan dengan pasien yang tidak mendapatkan pengingat secara rutin.

Temuan studi pendahuluan menunjukkan bahwa adanya "isyarat untuk bertindak yaitu pengingat dari anggota keluarga di rumah berkaitan dengan variasi dalam kepatuhan pengobatan. Guna memperoleh data empiris yang lebih menyeluruh dan sistematis, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai dampak isyarat untuk bertindak terhadap kepatuhan penggunaan obat antihipertensi.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan konteks yang ada, pertanyaan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: "Apakah terdapat hubungan antara isyarat untuk bertindak melalui WhatsApp dan kepatuhan terhadap pengobatan antihipertensi?"

C. TUJUAN PENELITIAN

1. **Tujuan Umum** : Untuk mengetahui hubungan antara isyarat untuk bertindak melalui media WhatsApp berupa pesan pengingat dan pesan edukasi terhadap kepatuhan konsumsi obat antihipertensi.
2. **Tujuan Khusus**
 - a. Mengidentifikasi bentuk isyarat untuk bertindak melalui media WhatsApp berupa pesan pengingat dan pesan edukasi pada pasien hipertensi.

- b. Mengetahui tingkat kepatuhan konsumsi obat antihipertensi pada pasien hipertensi.
- c. Menganalisis hubungan antara isyarat untuk bertindak melalui pesan pengingat dan pesan edukasi WhatsApp dengan kepatuhan konsumsi obat antihipertensi.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Dengan penekanan pada komponen "dorongan untuk bertindak" (*cue to action*) yang disampaikan melalui media digital seperti WhatsApp, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada khazanah pengetahuan di bidang keperawatan komunitas dan perilaku kesehatan, khususnya terkait penerapan *Health Belief Model* (HBM) pada pasien hipertensi. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas pemahaman teoritis tentang bagaimana pesan pengingat dan pesan edukasi dapat berperan sebagai bentuk isyarat untuk bertindak dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap terapi pengobatan antihipertensi.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini dapat meningkatkan kapasitas peneliti untuk menerapkan teori perilaku kesehatan secara eksperimental di lapangan serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara kepatuhan terhadap pengobatan antihipertensi dan isyarat untuk bertindak melalui WhatsApp.

b. Bagi Masyarakat

Melalui hasil penelitian ini diharapkan masyarakat, khususnya penderita hipertensi, dapat lebih menyadari pentingnya menanggapi pesan pengingat dan edukasi kesehatan secara positif sebagai dorongan untuk patuh menjalani pengobatan dan mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat.

c. Bagi Tenaga Kesehatan dan Institusi: Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dan institusi dalam menyusun strategi komunikasi berbasis digital yang efektif seperti penggunaan pesan WhatsApp untuk pengingat dan edukasi pasien terkait hipertensi guna meningkatkan kepatuhan pengobatan dan hasil terapi.

d. Bagi Peneliti di Masa Depan: Karya ini diharapkan dapat menjadi acuan ilmiah dasar bagi penelitian selanjutnya mengenai penerapan *Health Belief Model* dalam konteks media digital dan kepatuhan pengobatan untuk penyakit kronis, baik yang menggunakan pendekatan serupa maupun yang mengembangkan aspek-aspek berbeda.

E. SISTEMATIKA PENULISAN

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Skripsi Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Latar belakang, deskripsi masalah, tujuan penelitian, struktur makalah, dan penelitian terkait semuanya tercakup dalam bagian pendahuluan.
BAB II	Desain penelitian, teori-teori yang digunakan dalam studi, dan kerangka teoretis semuanya tercakup dalam tinjauan pustaka.
BAB III	Metodologi Penelitian: Menguraikan aspek-aspek metodologis, seperti populasi, sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, pengujian instrumen, analisis data, etika penelitian, serta jenis dan desain penelitian.
BAB IV	Hasil Penelitian: Memaparkan temuan penelitian, termasuk hasil analisis data (hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan: Membahas batasan dan hasil penelitian.
BAB VI	Kesimpulan: Menguraikan kesimpulan dan saran yang diperoleh dari temuan penelitian.

F. PENELITIAN TERKAIT

1. Penelitian oleh Helmina Wati dan Mulyani (2024) dengan judul “Dampak penggunaan leaflet dan pengingat WhatsApp terhadap keberhasilan pengobatan dan kepatuhan pada hipertensi di Puskesmas Sungai Ulin, Banjarbaru. Studi kuasi-eksperimental ini menggunakan desain *pretest-posttest control group* dan melibatkan enam puluh responden penderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap pengobatan antihipertensi meningkat secara signifikan berkat penggunaan pengingat melalui WhatsApp ($p < 0,05$). WhatsApp dianggap efektif sebagai isyarat untuk bertindak karena

memberikan pengingat rutin dan komunikasi dua arah yang memotivasi pasien untuk mengonsumsi obat sesuai jadwal.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan sekarang adalah pada fokus variabel: penelitian ini menguji hubungan langsung media WhatsApp terhadap kepatuhan, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada isyarat untuk bertindak melalui media WhatsApp terhadap perilaku kepatuhan minum obat antihipertensi.

2. Studi berjudul "Dampak Pesan Pengingat WhatsApp terhadap Kepatuhan Pengobatan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas" menunjukkan bahwa meskipun pesan pengingat WhatsApp tidak menurunkan tekanan darah secara signifikan ($p = 0,491$), pesan tersebut secara nyata meningkatkan kepatuhan pengobatan pada pasien hipertensi ($p = 0,028$). Hasil ini mengindikasikan bahwa penggunaan pengingat melalui WhatsApp dapat membantu penderita hipertensi untuk mengonsumsi obat mereka secara lebih konsisten.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian tersebut hanya menggunakan pesan pengingat (WhatsApp reminder) sebagai intervensi, sedangkan penelitian ini menggunakan kombinasi pesan pengingat dan pesan edukasi berbasis WhatsApp selama 7 hari. Selain itu, penelitian ini mengkaji intervensi berdasarkan teori Health Belief Model (HBM), khususnya komponen cue to action (isyarat untuk bertindak), untuk meningkatkan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi.

3. Penelitian oleh Nindia Oktaviani Adira, Siti Rahmatul Aini, dan Mahacita Andanalusia (2024) dengan judul “Review Artikel: Hubungan *Health Belief Model* dengan Kepatuhan Pengobatan Hipertensi”. Penelitian ini merupakan literature review terhadap enam jurnal empiris mengenai hubungan antara komponen *Health Belief Model* dan kepatuhan pengobatan hipertensi. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa seluruh komponen HBM berhubungan dengan kepatuhan, namun faktor isyarat untuk bertindak dan persepsi manfaat merupakan determinan paling dominan dalam meningkatkan perilaku pengobatan hipertensi.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan sekarang adalah penelitian ini bersifat tinjauan literatur, sementara penelitian sekarang merupakan penelitian lapangan dengan data primer yang memfokuskan pada isyarat untuk bertindak dengan media WhatsApp sebagai variabel independen terhadap kepatuhan minum obat antihipertensi.