

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Penyakit ini meningkatkan risiko stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal secara signifikan. *World Health Organization* (2023) menyatakan bahwa hipertensi menjadi penyebab utama kematian dini akibat penyakit kardiovaskular. Organisasi tersebut melaporkan bahwa lebih dari 1,3 miliar orang di dunia hidup dengan hipertensi. Namun, hanya 54% penderita yang terdiagnosis, 42% yang menjalani pengobatan, dan 21% yang mencapai kontrol tekanan darah. Data tersebut menunjukkan adanya kesenjangan besar antara diagnosis, terapi, dan pengendalian tekanan darah.

Indonesia menghadapi permasalahan serupa dalam skala nasional. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) mencatat estimasi 63.309.620 kasus hipertensi dengan 427.218 kematian. Riskesdas 2018 melaporkan prevalensi hipertensi sebesar 34,1% pada penduduk usia ≥ 18 tahun. Namun, hanya 8,8% penderita yang terdiagnosis. Sebanyak 13,3% penderita tidak minum obat dan 32,3% tidak rutin minum obat. Survei Kesehatan Indonesia (2023) kembali menunjukkan prevalensi hipertensi dewasa sebesar 30,8%. Jawa Barat menempati peringkat kedua dengan prevalensi 34,4%. Angka tersebut menegaskan bahwa hipertensi menjadi beban besar pelayanan kesehatan primer.

Kota Tasikmalaya menunjukkan beban kasus yang tinggi pada tingkat daerah. Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2023) mencatat estimasi 215.661 kasus hipertensi. Laporan tahun 2025 menunjukkan prevalensi sebesar 9,9% dengan 58.052 pasien dari 60.317 sasaran pemeriksaan. Puskesmas Tamansari mencatat 4.445 pasien hipertensi terdaftar. Data tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi menjadi prioritas pelayanan kesehatan di tingkat puskesmas.

Tenaga kesehatan memerlukan strategi pengelolaan yang efektif pada kondisi tersebut. Pasien hipertensi harus menjalani terapi farmakologis jangka panjang untuk mencapai kontrol tekanan darah. Namun, banyak pasien menghentikan atau tidak mengonsumsi obat secara teratur. Kondisi tersebut meningkatkan risiko komplikasi seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis. *American Heart Association* (Burnier *et al.*, 2021) menegaskan bahwa ketidakpatuhan minum obat menjadi faktor utama hipertensi tidak terkontrol. Kim *et al.* (2025) menunjukkan bahwa kepatuhan minum obat menurunkan risiko kejadian kardiovaskular secara signifikan.

Pedoman klinis internasional menempatkan kepatuhan sebagai komponen sentral dalam manajemen hipertensi. *European Society of Cardiology* (ESC, 2024) merekomendasikan edukasi pasien, pemantauan rutin, dan penggunaan alat monitoring kepatuhan. *American College of Cardiology* bersama *American Heart Association* (AHA/ACC, 2025) menekankan pendekatan *team-based care* dan peningkatan *patient*

engagement. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa 65,2% pasien memiliki kepatuhan rendah hingga sedang (Setiadi *et al.*, 2022). Studi lain melaporkan bahwa mayoritas pasien menunjukkan kepatuhan rendah terhadap terapi antihipertensi (Setiadi *et al.*, 2023; Irniza *et al.*, 2024; Afiani *et al.*, 2024). Temuan tersebut menunjukkan bahwa masalah utama pengendalian hipertensi terletak pada perilaku kepatuhan.

Peneliti mengidentifikasi *self-monitoring* sebagai strategi efektif dalam meningkatkan kepatuhan. *Self-monitoring* mendorong pasien untuk mencatat dan mengevaluasi perilaku kesehatannya secara mandiri. Sheppard *et al.* (2020) menunjukkan bahwa *self-monitoring* tekanan darah menurunkan tekanan sistolik secara signifikan. Chen *et al.* (2025) mengidentifikasi empat strategi motivasi dalam *self-monitoring*, yaitu *feedback*, *reminder*, *goal-setting*, dan *recording*. Strategi tersebut meningkatkan kesadaran diri dan kontrol perilaku pasien.

Media monitoring dapat berbentuk digital maupun manual. Sebagian besar penelitian menggunakan aplikasi *mobile* atau sistem elektronik. Namun, media digital memerlukan literasi teknologi dan akses perangkat yang memadai. Kalender manual memberikan alternatif yang lebih sederhana dan mudah diakses. Kalender berfungsi sebagai pengingat visual harian dan alat pencatatan kepatuhan. Kalender juga memungkinkan evaluasi bersama tenaga kesehatan saat kunjungan kontrol. Media manual memiliki keunggulan berupa biaya rendah, akses universal, dan tidak bergantung pada konektivitas teknologi.

Kalender “CETAR” (Catat Evaluasi Terapi Antihipertensi Rutin) dirancang sebagai media *self-monitoring* berbasis manual. Kalender tersebut memuat kolom ceklis harian untuk pencatatan kepatuhan minum obat antihipertensi. Pasien melakukan pencatatan setiap hari secara mandiri di rumah. Proses tersebut meningkatkan kesadaran, tanggung jawab, dan konsistensi perilaku. Kalender juga mengintegrasikan strategi *feedback*, *reminder*, dan *recording* untuk memperkuat kebiasaan minum obat secara teratur.

Meskipun penelitian telah membuktikan efektivitas *self-monitoring*, sebagian besar studi menggunakan media digital. Penelitian mengenai efektivitas kalender manual sebagai alat *self-monitoring* kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di tingkat puskesmas masih terbatas. Belum terdapat penelitian yang secara khusus menguji penggunaan kalender manual terhadap pembentukan kebiasaan kepatuhan di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

Berdasarkan tingginya prevalensi hipertensi, rendahnya tingkat kepatuhan minum obat, serta keterbatasan penelitian terkait media *self-monitoring* manual di pelayanan primer, peneliti perlu menguji efektivitas kalender “CETAR” terhadap kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi. Penelitian ini diharapkan menghasilkan bukti ilmiah mengenai intervensi sederhana, aplikatif, dan kontekstual yang dapat diterapkan dalam praktik keperawatan komunitas sesuai dengan konteks pelayanan kesehatan

masyarakat, khususnya di fasilitas kesehatan tingkat pertama seperti Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat pengaruh *self-monitoring* pengisian kalender "CETAR" terhadap kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh *self-monitoring* pengisian kalender "CETAR" terhadap kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita hipertensi) pada pasien hipertensi di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.
- b. Mengidentifikasi rata-rata skor kepatuhan minum obat antihipertensi sebelum intervensi kalender "CETAR" (*pre-test*).
- c. Mengidentifikasi rata-rata skor kepatuhan minum obat antihipertensi sesudah intervensi kalender "CETAR" (*post-test*).
- d. Menganalisis perbedaan rerata skor kepatuhan minum obat antihipertensi sebelum dan sesudah intervensi kalender "CETAR" pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan komunitas, khususnya dalam bidang manajemen penyakit kronis melalui pendekatan *self-monitoring* berbasis kalender.
- b. Memperkaya *evidence-based practice* dalam penerapan teori *Self-Regulation Theory* dan *Self-Determination Theory* pada pengelolaan hipertensi di tingkat komunitas.
- c. Menambah literatur ilmiah tentang intervensi strategi pemberdayaan pasien yang sederhana dan aplikatif untuk pengelolaan hipertensi di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien Hipertensi

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pasien hipertensi menjadi lebih aktif dan mandiri dalam memantau kepatuhan minum obat melalui pengisian kalender harian, meningkatkan kesadaran pasien terhadap pentingnya konsistensi minum obat hipertensi, serta menyediakan media yang sederhana, murah, dan mudah digunakan untuk mendukung kepatuhan pengobatan secara berkelanjutan.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi tenaga kesehatan dan Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya melalui penyediaan alternatif intervensi pemberdayaan pasien yang praktis, mudah diterapkan, dan *cost-effective* dalam program pengelolaan hipertensi di layanan primer. Kalender “CETAR” dapat menjadi panduan aplikatif bagi perawat dan bidan sebagai media edukasi sekaligus alat pemantauan kepatuhan minum obat, sehingga memperkuat peran perawat komunitas dalam upaya promotif dan preventif melalui peningkatan *self-management* pasien hipertensi. Selain itu, intervensi ini berpotensi diintegrasikan ke dalam program PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) maupun Posbindu (Pos Pembinaan Terpadu) sebagai strategi inovatif untuk meningkatkan efektivitas pengendalian hipertensi di masyarakat, sekaligus menjadi bahan evaluasi dalam pengembangan program Posbindu PTM guna mendukung pencapaian target SPM (Standar Pelayanan Minimal) dalam pengendalian hipertensi.

c. Bagi Institusi Pendidikan (Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan *evidence-based practice* yang dapat dimanfaatkan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan, khususnya pada mata kuliah keperawatan komunitas, serta menjadi sumber inspirasi bagi

pengembangan penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kompleks.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	GAP
.	& Tahun	Penelitian	Penelitian	Penelitian	
1.	Wini Hadiyani & Ramdan Ramdani (2023)	Pesan Digital Terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Arcamanik Kota Bandung	Desain: <i>Quasi-Experimental</i> dengan <i>two group pre and post-test</i> Sampel: 50 responden (25 intervensi, 25 kontrol) Instrumen: Kuesioner MARS (Kepatuhan minum obat <i>Rating Scale</i>)	Membuktikan bahwa pemanfaatan pengingat melalui media elektronik memiliki korelasi positif yang nyata dalam mendisiplinkan pasien hipertensi untuk mengonsumsi obat mereka tepat waktu. dengan <i>p-value</i> 0.000 (< 0.05). Kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan signifikan.	Penelitian sebelumnya menggunakan media digital (WhatsApp) sebagai pengingat, sedangkan penelitian ini menggunakan <i>Self-monitoring</i> (Kalender CETAR). Fokus penelitian sebelumnya adalah kepatuhan minum obat, sedangkan penelitian ini menekankan keterlibatan aktif pasien dalam pemantauan perilaku minum obat secara mandiri.
2.	Widyastuti <i>et al.</i> (2021)	<i>Effectiveness of mHealth Intervention on Kepatuhan minum obatin Hypertensive Patients</i>	Desain: <i>Randomized Controlled Trial (simple blind)</i> Sampel : 120 responden hipertensi (kelompok intervensi dan kontrol)	Menunjukkan adanya deviasi tingkat ketaatan terapi yang cukup besar antara subjek yang mendapatkan intervensi berbasis mHealth dengan kelompok yang tidak	Intervensi berbasis aplikasi membutuhkan akses teknologi dan literasi digital yang baik, sehingga belum tentu dapat diterapkan secara merata di layanan

			Instrumen: Kuesioner kepatuhan minum obat dan pencatatan konsumsi obat pada aplikasi	mendapatkannya a. ($p < 0,05$), dengan peningkatan rerata skor kepatuhan setelah penggunaan aplikasi <i>mHealth</i> .	kesehatan primer. Penelitian ini belum mengkaji media sederhana non-digital yang memungkinkan <i>self-monitoring</i> mandiri tanpa ketergantungan teknologi.
3.	Kurniasih <i>et al.</i> (2019)	Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Puskesmas	Desain: <i>Quasi eksperimen dengan one group pretest–posttest</i> Sampel: 40 responden Dengan waktu 4 minggu Instrumen: Kuesioner kepatuhan minum obat	Terdapat peningkatan rerata skor kepatuhan minum obat setelah diberikan edukasi kesehatan, dengan nilai $p < 0,05$.	Penelitian ini hanya memberikan edukasi satu arah tanpa melibatkan mekanisme pencatatan mandiri oleh pasien. Selain itu, desain penelitian tidak mengukur perubahan perilaku kepatuhan secara harian, sehingga tidak dapat menggambarkan konsistensi perilaku minum obat dari hari ke hari sebagaimana yang dilakukan melalui Kalender CETAR.
4.	Setiadi & Rahmawati (2020)	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi	Desain: Observasional analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> Sampel: 96 responden Instrumen: Kuesioner kepatuhan minum obat dan	Terdapat hubungan signifikan antara motivasi dan dukungan keluarga dengan kepatuhan minum obat pasien hipertensi ($p < 0,05$).	Penelitian ini bersifat analitik observasional yang hanya mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan tanpa memberikan intervensi apapun kepada

			kuesioner dukungan keluarga		responden. Berbeda dengan penelitian ini yang secara aktif memberikan intervensi berupa Kalender CETAR sebagai media self-monitoring untuk mendorong perubahan perilaku kepatuhan minum obat secara langsung dan terukur.
5.	Mulyani <i>et al.</i> (2021)	Penggunaan Media Monitoring terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi	Desain: <i>Quasi-experimental</i> Sampel: 45 responden Waktu: 30 hari Instrumen: Checklist kepatuhan minum obat	Melalui penggunaan instrumen observasi yang terstruktur, penelitian ini mengonfirmasi tren kenaikan disiplin pengobatan pada subjek penelitian setelah intervensi diberikadengan nilai $p < 0,05$.	Penelitian sebelumnya menggunakan media monitoring umum, sedangkan penelitian ini menggunakan kalender CETAR yang terstruktur sebagai alat <i>self-monitoring</i> . Fokus penelitian sebelumnya adalah pemantauan minum obat, sedangkan penelitian ini menekankan regulasi diri pasien dalam pengelolaan penyakit hipertensi.
6.	Lola Azyenela, Ifmaily, & Annisa Mulya	Pengaruh Pemberian Leaflet dan Pesan Singkat	Desain: Eksperimenta l dengan <i>pre and post test design</i> pada	Terdapat pengaruh signifikan pemberian leaflet dan pesan	Penelitian Azyenela dkk. menggunakan kombinasi leaflet (media

Desvalina (2021)	terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Kepatuhan Pasien Hipertensi di Puskesmas Lapai Padang	kelompok kontrol dan perlakuan (n=50). Instrumen: Kuesioner MMAS-8 dan tensimeter. Intervensi: Edukasi melalui leaflet dan pengingat minum obat via SMS selama 30 hari.	singkat terhadap penurunan tekanan darah dan peningkatan kepatuhan minum obat pada kelompok perlakuan	cetak statis) dan SMS (pengingat eksternal), sementara penelitian ini menggunakan Kalender CETAR sebagai media pencatatan mandiri (aktif).
---------------------	--	--	--	---

Penelitian-penelitian sebelumnya membuktikan bahwa intervensi seperti pesan digital, aplikasi mHealth, edukasi kesehatan, leaflet, SMS, serta media monitoring dapat meningkatkan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi. Namun, sebagian besar intervensi tersebut masih menitikberatkan pada pengingat eksternal, pendekatan edukasi satu arah, atau ketergantungan pada teknologi, sehingga belum secara optimal mendorong keterlibatan aktif pasien dalam mengontrol perilaku minum obat sehari-hari. Penelitian berjudul “Pengaruh *Self-monitoring* Pengisian Kalender “CETAR” terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya” menghadirkan kebaruan melalui penggunaan kalender non-digital yang terstruktur sebagai media *self-monitoring* harian, yang tidak hanya berfungsi sebagai alat pemantauan, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan untuk membangun kesadaran, tanggung jawab, dan konsistensi pasien dalam *self-management* hipertensi. Pendekatan ini lebih sederhana, aplikatif, dan sesuai diterapkan di layanan kesehatan primer tanpa ketergantungan teknologi, sehingga memberikan

kontribusi inovatif dalam strategi peningkatan kepatuhan minum obat berbasis komunitas.