

KEPATUHAN MINUM OBAT HIPERTENSI ADALAH KUNCI MENGENDALIKAN TEKANAN DARAH DAN MENCEGAH KOMPLIKASI

**Rotua Elvina Pakpahan S.Kep., Ns., M.Kep¹, Angelina Stefani Putri Simamora²,
Syukur Riang Trisandi Telaumbanua³**

Program Studi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Email Korespondensi: Sanditelaumbanua5@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia. Keberhasilan pengendalian hipertensi sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan. Artikel ini bertujuan mengulas pentingnya kepatuhan minum obat dalam mengendalikan tekanan darah serta mencegah terjadinya komplikasi. Penulisan dilakukan melalui telaah berbagai hasil penelitian yang membahas faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien hipertensi. Hasil kajian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan motivasi serta dukungan keluarga dan edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan. Sebaliknya ketidakpatuhan terhadap terapi meningkatkan risiko terjadinya stroke, penyakit jantung, gagal ginjal, dan komplikasi yang lebih berbahaya lainnya. Oleh karena itu edukasi kesehatan yang berkesinambungan serta kolaborasi antar pasien, keluarga dan tenaga kesehatan diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan minum obat sehingga pengendalian hipertensi menjadi lebih optimal.

Kata kunci: Hipertensi, Kepatuhan Minum Obat, Antihipertensi, Edukasi Kesehatan

Abstract

Hypertension remains one of the leading non-communicable diseases contributing to cardiovascular morbidity and mortality worldwide. Effective blood pressure control depends not only on pharmacological therapy but also on patients' adherence to antihypertensive medication. This study aimed to review scientific evidence regarding medication adherence and its role in controlling blood pressure and preventing hypertension-related complications. This study employed a literature review approach by analyzing scientific articles published between 2020 and 2025 from Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect databases. The reviewed studies indicate that medication adherence is significantly associated with optimal blood pressure control and reduced risk of complications such as stroke, heart failure, coronary artery disease, and chronic kidney disease. Several factors influencing adherence include patients' knowledge, motivation, family support, healthcare provider support, duration of treatment, and access to healthcare services. Continuous health education and collaborative care among patients, families, and healthcare professionals are essential to improve adherence and optimize hypertension management. Therefore, strengthening patient education and

adherence interventions should become an integral part of hypertension management programs.

Keywords: *Antihypertensive Medication; Blood Pressure; Hypertension; Literature Review*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi tantangan utama dalam bidang kesehatan masyarakat di tingkat global maupun nasional. Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena umumnya tidak menimbulkan gejala yang khas, namun dapat menyebabkan kerusakan organ secara progresif apabila tidak dikendalikan. Hipertensi merupakan faktor risiko utama berbagai penyakit kardiovaskular, seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal kronis, yang berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas di berbagai negara

Berdasarkan laporan terbaru *World Health Organization* (WHO), diperkirakan terdapat sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia yang hidup dengan hipertensi pada tahun 2024. Namun, sekitar 44% penderita belum menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi, dan hanya sekitar 23% penderita yang berhasil mencapai tekanan darah yang terkontrol. Data tersebut menunjukkan bahwa pengendalian hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam pelayanan kesehatan, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Keberhasilan pengendalian hipertensi tidak hanya ditentukan oleh pemberian terapi farmakologis, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan. Kepatuhan minum obat antihipertensi didefinisikan sebagai perilaku pasien dalam mengonsumsi obat sesuai dosis, waktu, frekuensi, dan petunjuk yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan yang baik memungkinkan tekanan darah tetap berada pada target terapi sehingga risiko komplikasi dapat ditekan. Sebaliknya, ketidakpatuhan terhadap pengobatan menyebabkan tekanan darah sulit dikendalikan dan meningkatkan risiko terjadinya stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, gagal ginjal kronis, serta kematian akibat penyakit kardiovaskular.

Meskipun berbagai penelitian mengenai kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi telah banyak dipublikasikan, hasil-hasil penelitian tersebut masih membahas aspek yang berbeda-beda, seperti hubungan kepatuhan dengan pengendalian tekanan darah, faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan, maupun efektivitas intervensi edukasi kesehatan. Belum banyak kajian yang mengintegrasikan berbagai hasil penelitian tersebut secara komprehensif sehingga dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai peran kepatuhan minum obat dalam pengendalian hipertensi dan pencegahan komplikasi. Oleh karena itu, diperlukan suatu literature review yang mampu mensintesis berbagai temuan penelitian terkini sebagai dasar dalam pengembangan strategi peningkatan kepatuhan pasien terhadap terapi antihipertensi.

Naskah ditulis menggunakan spasi 1,5 dengan jenis huruf *times new roman* ukuran 12 pt. Bagian ini menjelaskan tentang latar belakang umum penelitian (secara ringkas dan jelas), *review* terkait topik penelitian yang relevan, uraian tentang kebaruan (*gap analysis*) yang mengandung urgensi dan kebaruan penelitian, serta tujuan penelitian. Latar belakang ditulis tanpa penomoran dan atau *pointers*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan deskriptif untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mensintesis berbagai hasil penelitian mengenai kepatuhan minum obat antihipertensi pada pasien hipertensi. Literature review dipilih karena mampu

memberikan gambaran yang komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan minum obat, dampaknya terhadap pengendalian tekanan darah, serta upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan pasien.

Kriteria inklusi dalam kajian ini meliputi artikel penelitian yang membahas hubungan kepatuhan minum obat dengan pengendalian tekanan darah, faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan pasien hipertensi, serta strategi untuk meningkatkan kepatuhan terhadap terapi antihipertensi. Sementara itu, artikel yang tidak memiliki teks lengkap, artikel duplikasi, dan artikel yang tidak relevan dengan tujuan kajian dikeluarkan dari proses seleksi.

Seluruh artikel yang memenuhi kriteria kemudian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil penelitian, mengidentifikasi persamaan dan perbedaan temuan, serta menyusun sintesis informasi untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi.

Bagian ini memuat rancangan penelitian meliputi desain penelitian, populasi/ sampel penelitian, teknik dan instrumen pengumpulan data, alat analisis data, dan model penelitian yang digunakan. Metode yang sudah umum tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup merujuk ke referensi acuan (misalnya: rumus uji-F, uji-t, dll). Pengujian validitas dan reliabilitas instrumen penelitian tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup dengan mengungkapkan hasil pengujian dan interpretasinya. Keterangan simbol pada model dituliskan dalam kalimat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan berbagai penelitian yang telah ditelaah, kepatuhan minum obat antihipertensi merupakan salah satu indikator utama keberhasilan pengendalian tekanan darah. Pasien yang mengonsumsi obat sesuai dengan dosis, waktu, dan aturan yang diberikan oleh tenaga kesehatan memiliki peluang lebih besar untuk mencapai target tekanan darah dibandingkan pasien yang tidak patuh. *Dyahariesti et al. (2023)* melaporkan bahwa kepatuhan terhadap terapi antihipertensi berhubungan dengan keberhasilan pengendalian tekanan darah sehingga dapat menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular.

Meskipun demikian, tingkat kepatuhan pasien hipertensi di Indonesia masih tergolong rendah. *Rifai et al. (2023)* melaporkan bahwa lebih dari separuh responden dalam penelitiannya belum memiliki kepatuhan yang baik terhadap terapi antihipertensi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengobatan hipertensi masih menghadapi berbagai tantangan yang memerlukan perhatian dari tenaga kesehatan maupun keluarga pasien.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian *Yacob et al. (2023)* yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kepatuhan minum obat dengan penurunan tekanan darah. Semakin tinggi tingkat kepatuhan pasien, semakin besar penurunan tekanan darah yang terkontrol. Sebaliknya, pasien yang tidak patuh cenderung mengalami tekanan darah yang tidak stabil sehingga meningkatkan risiko komplikasi.

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kepatuhan Minum Obat

Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan pasien dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi usia, tingkat pendidikan, pengetahuan mengenai hipertensi, motivasi menjalani terapi, serta lama menderita hipertensi. Pasien yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai penyakit dan manfaat terapi cenderung memiliki kepatuhan yang lebih tinggi dibandingkan pasien yang memiliki tingkat pengetahuan rendah.

Selain faktor internal, faktor eksternal juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan pasien. Dukungan keluarga, komunikasi yang efektif dengan tenaga kesehatan, serta kemudahan akses terhadap pelayanan kesehatan terbukti berpengaruh terhadap

keberhasilan terapi. Penelitian Alfian et al. (2025) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara berkesinambungan mampu meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat antihipertensi.

Efek samping obat, lamanya pengobatan, serta anggapan bahwa tekanan darah yang sudah menurun berarti penyakit telah sembuh masih menjadi penyebab utama pasien menghentikan terapi tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan masih perlu ditingkatkan agar pasien memahami bahwa hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengobatan jangka panjang.

Dampak Ketidakpatuhan Minum Obat

Ketidakpatuhan terhadap terapi antihipertensi memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi kesehatan pasien. Tekanan darah yang tidak terkontrol dalam jangka panjang dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah secara progresif sehingga meningkatkan risiko stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, gagal ginjal kronis, dan gangguan penglihatan.

Selain berdampak terhadap kondisi klinis pasien, ketidakpatuhan juga meningkatkan angka rawat inap, memperbesar biaya pelayanan kesehatan, dan menurunkan kualitas hidup pasien maupun keluarganya. Permatasari (2020) menyatakan bahwa kepatuhan yang rendah berkaitan erat dengan meningkatnya angka kejadian komplikasi hipertensi dan mortalitas akibat penyakit kardiovaskular. Oleh karena itu, peningkatan kepatuhan pasien menjadi salah satu strategi utama dalam menurunkan beban penyakit hipertensi.

Upaya Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan intervensi yang paling efektif dalam meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi. Edukasi yang diberikan secara berkelanjutan dapat meningkatkan pemahaman pasien mengenai manfaat terapi, risiko penghentian obat, serta pentingnya pengendalian tekanan darah dalam jangka panjang.

Selain edukasi, penggunaan media pengingat seperti alarm pada telepon genggam, kotak obat harian (*pill box*), dan aplikasi pengingat obat juga terbukti mampu meningkatkan kepatuhan pasien. Keterlibatan keluarga dalam mengingatkan jadwal minum obat serta memberikan dukungan emosional turut meningkatkan keberhasilan terapi.

Kontrol kesehatan secara rutin juga menjadi bagian penting dalam pengelolaan hipertensi. Melalui pemeriksaan berkala, tenaga kesehatan dapat mengevaluasi efektivitas terapi, memantau efek samping obat, serta memberikan konseling yang sesuai dengan kondisi pasien. Dengan demikian, kolaborasi antara pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan menjadi faktor utama dalam meningkatkan kepatuhan minum obat dan mencegah komplikasi hipertensi.

Berdasarkan hasil sintesis dari berbagai penelitian, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan minum obat memiliki hubungan yang konsisten dengan keberhasilan pengendalian tekanan darah. Hampir seluruh penelitian menunjukkan bahwa pasien yang patuh terhadap terapi memiliki tekanan darah yang lebih terkontrol dibandingkan pasien yang tidak patuh. Meskipun setiap penelitian memiliki karakteristik responden dan metode yang berbeda, seluruh penelitian menunjukkan pola yang sama, yaitu bahwa kepatuhan dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, dan akses pelayanan kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kepatuhan tidak hanya bergantung pada pasien, tetapi juga memerlukan dukungan dari lingkungan sekitar dan sistem pelayanan kesehatan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa strategi peningkatan kepatuhan sebaiknya dilakukan melalui pendekatan multidisiplin yang melibatkan tenaga kesehatan, keluarga, dan pasien secara aktif. Pendekatan tersebut diharapkan mampu meningkatkan keberhasilan terapi antihipertensi sekaligus menurunkan angka komplikasi dan kematian akibat hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil *literature review* yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kepatuhan minum obat antihipertensi merupakan salah satu faktor utama yang menentukan keberhasilan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pasien yang patuh terhadap terapi memiliki peluang lebih besar untuk mencapai tekanan darah yang terkontrol sehingga risiko terjadinya komplikasi, seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal kronis dapat diminimalkan.

Kepatuhan minum obat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain tingkat pengetahuan, motivasi pasien, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, lama pengobatan, serta akses terhadap pelayanan kesehatan. Edukasi kesehatan yang diberikan secara berkesinambungan terbukti menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap terapi antihipertensi.

Dengan demikian, peningkatan kepatuhan minum obat perlu menjadi perhatian utama dalam pengelolaan hipertensi melalui kolaborasi antara pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan. Pendekatan yang komprehensif diharapkan mampu meningkatkan keberhasilan terapi, mencegah komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai pentingnya kepatuhan minum obat kepada pasien hipertensi melalui konseling yang berkelanjutan dan komunikasi yang efektif. Keluarga juga diharapkan berperan aktif dalam memberikan dukungan serta mengingatkan pasien untuk mengonsumsi obat sesuai anjuran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini disediakan bagi penulis untuk menyampaikan ucapan terima kasih, baik kepada pihak penyandang dana penelitian, pendukung fasilitas, atau bantuan ulasan naskah. Bagian ini juga dapat digunakan untuk memberikan pernyataan atau penjelasan, apabila artikel ini merupakan bagian dari skripsi/tesis/disertasi/makalah konferensi/hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayati, S.N. (2016). Pengaruh Pendekatan Keras dan Lunak Pemimpin Organisasi terhadap Kepuasan Kerja dan Potensi Mogok Kerja Karyawan. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), 57-66. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i2.164>.
- Risdwiyanto, A. & Kurniyati, Y. (2015). Strategi Pemasaran Perguruan Tinggi Swasta di Kabupaten Sleman Yogyakarta Berbasis Rangsangan Pemasaran. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(1), 1-23. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i1.142>.
- Bator, R. J., Bryan, A. D., & Schultz, P. W. (2011). Who Gives a Hoot?: Intercept Surveys of Litterers and Disposers. *Environment and Behavior*, 43(3), 295–315. <https://doi.org/10.1177/0013916509356884>.
- Oktarlina, R. Z., Saputra, M. Y., & Wardani, D. W. S. R. (2023). HUBUNGAN KARAKTERISTIK DOKTER DENGAN KESESUAIAN PERESEPAN OBAT BERDASARKAN INDIKATOR WHO DI PUSKESMAS. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 192–203. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK/article/view/2072>

