

GAMBARAN KEPATUHAN KONSUMSI OBAT DAN DIET RENDAH GARAM PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIMPANG IV SIPIN KOTA JAMBI

Tania Ariska, Dini Rudini, Rts Netisa Martawinarti, Nurhusna, Putri Irwanti Sari

taniariska2004@gmail.com

Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang memerlukan pengelolaan jangka panjang melalui kepatuhan konsumsi obat antihipertensi dan penerapan diet rendah garam. Kepatuhan pasien menjadi faktor penting dalam keberhasilan pengendalian tekanan darah, namun masih menjadi tantangan di pelayanan kesehatan primer. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kepatuhan konsumsi obat antihipertensi dan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross sectional terhadap 123 pasien hipertensi yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia pra lansia dan didominasi oleh perempuan. Kepatuhan konsumsi obat antihipertensi sebagian besar berada pada kategori tinggi hingga sedang, sedangkan kepatuhan diet rendah garam mayoritas berada pada kategori baik dan sangat baik, meskipun masih terdapat responden dengan kepatuhan cukup dan kurang. Disimpulkan bahwa kepatuhan konsumsi obat dan diet rendah garam pada pasien hipertensi tergolong cukup hingga baik, namun tetap diperlukan upaya berkelanjutan melalui edukasi dan pemantauan untuk mendukung pengendalian hipertensi secara optimal.

Kata Kunci: hipertensi, kepatuhan minum obat, diet rendah garam, puskesmas

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease that requires long-term management through adherence to antihypertensive medication and a low-salt diet. Patient adherence is a crucial factor in successful blood pressure control; however, it remains a challenge in primary health care settings. This study aimed to describe adherence to antihypertensive medication and a low-salt diet among patients with hypertension at Simpang IV Sipin Primary Health Center, Jambi City. This study employed a descriptive design with a cross-sectional approach involving 123 hypertensive patients selected using a total sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed through univariate analysis. The results showed that most respondents were in the pre-elderly age group and predominantly female. Adherence to antihypertensive medication was mostly categorized as high to moderate, while adherence to a low-salt diet was predominantly good to very good, although some respondents showed moderate to poor adherence. It can be concluded that adherence to antihypertensive medication and a low-salt diet among patients with hypertension was generally moderate to good; however, continuous efforts through education and monitoring are needed to support optimal hypertension control.

Keywords: hypertension, medication adherence, low-salt diet, primary health center

Received: Desember 2025

Reviewed: Desember 2025

Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 797

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Medic Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia dan di Indonesia. Penyakit ini dikenal sebagai silent killer karena sering kali tidak menimbulkan gejala yang jelas, namun dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal apabila tidak dikendalikan dengan baik. Menurut World Health Organization (WHO, 2023), sekitar 1,28 miliar orang dewasa di dunia menderita hipertensi, namun hanya sebagian kecil yang berhasil mengendalikan tekanan darahnya secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam sistem pelayanan kesehatan global.

Di Indonesia, hipertensi juga menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia dewasa mencapai 30,8%, yang setara dengan sekitar 63 juta penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2023). Tingginya prevalensi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat, khususnya di tingkat pelayanan kesehatan primer.

Pengendalian hipertensi membutuhkan penatalaksanaan jangka panjang yang mencakup terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis dilakukan melalui konsumsi obat antihipertensi secara teratur, sedangkan terapi nonfarmakologis meliputi perubahan gaya hidup, salah satunya penerapan diet rendah garam (Mulia et al., 2021). Keberhasilan pengendalian tekanan darah sangat dipengaruhi oleh tingkat kepatuhan pasien dalam menjalani kedua bentuk terapi tersebut.

Permasalahan hipertensi juga terlihat di tingkat daerah. Di Provinsi Jambi, prevalensi hipertensi meningkat dari 13,50% pada tahun 2018 menjadi 31,70% pada tahun 2021 (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2021). Di Kota Jambi, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2023 tercatat sebanyak 32.092 kasus. Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi merupakan puskesmas dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi, dengan 3.438 kasus pada tahun 2023 dan meningkat menjadi 3.940 kasus pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Kota Jambi, 2024), yang mengindikasikan besarnya beban masalah hipertensi di wilayah kerja puskesmas tersebut.

Meskipun terapi hipertensi telah tersedia dan dapat diakses di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, keberhasilan pengobatan sangat ditentukan oleh kepatuhan pasien. Kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi dan menjalankan diet rendah garam berperan penting dalam menjaga tekanan darah tetap terkontrol serta mencegah terjadinya komplikasi (Pratiwi et al., 2022). Namun, berbagai laporan menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan pasien hipertensi masih tergolong rendah. Data nasional menunjukkan bahwa hanya sekitar sepertiga penderita hipertensi yang menjalani pengobatan secara rutin, dan banyak pasien menghentikan pengobatan ketika merasa kondisi tubuh membaik atau tidak menjalankan diet rendah garam secara konsisten (Kemenkes RI, 2023).

Kepatuhan pasien hipertensi terhadap konsumsi obat dan diet rendah garam masih bervariasi. Faktor-faktor seperti usia, tingkat pendidikan, pengetahuan, dukungan keluarga, serta peran tenaga kesehatan diketahui berpengaruh terhadap kepatuhan pasien (Sari et al., 2019). Namun demikian, sebelum dilakukan intervensi atau analisis hubungan faktor, diperlukan pemahaman awal mengenai kondisi kepatuhan pasien secara deskriptif di fasilitas pelayanan kesehatan primer.

Tingginya jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi menuntut adanya pemahaman yang komprehensif mengenai perilaku kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan. Gambaran tingkat kepatuhan konsumsi obat dan diet rendah garam menjadi informasi penting sebagai dasar perencanaan program edukasi, pemantauan, dan intervensi kesehatan yang lebih efektif. Dengan mengetahui kondisi kepatuhan pasien secara deskriptif,

tenaga kesehatan dapat merancang strategi pelayanan yang lebih tepat sasaran sesuai dengan kebutuhan pasien hipertensi (Rahmawati et al., 2020).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian dengan topik gambaran kepatuhan konsumsi obat dan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi menjadi penting untuk dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran nyata mengenai tingkat kepatuhan pasien hipertensi sebagai bahan evaluasi dan masukan dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya dalam pengendalian hipertensi di tingkat pelayanan kesehatan primer.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif dan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilakukan untuk menggambarkan tingkat kepatuhan konsumsi obat dan diet rendah garam pada pasien hipertensi tanpa melakukan intervensi atau analisis hubungan antarvariabel. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi pada periode Februari hingga September 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang tercatat dan menjalani pengobatan di Puskesmas Simpang IV Sipin. Jumlah sampel sebanyak 123 responden yang ditentukan menggunakan perhitungan besar sampel minimal dan dipilih dengan teknik random sampling sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang terdiri dari kuesioner karakteristik responden, kuesioner Medication Adherence Rating Scale (MARS-10) untuk mengukur kepatuhan konsumsi obat antihipertensi, serta kuesioner Diet Sodium Restriction-Self Care Behavior (DSR-SCB) untuk menilai kepatuhan diet rendah garam. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner secara langsung oleh responden dengan pendampingan peneliti. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi tingkat kepatuhan konsumsi obat dan diet rendah garam. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk memberikan gambaran tingkat kepatuhan pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik penelitian dan seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta menandatangani lembar persetujuan sebagai bentuk informed consent sebelum pengumpulan data dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persen (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	60	48.8
Perempuan	63	51.2
Total	123	100.0
Usia		
Dewasa Awal	0	0
Dewasa Akhir	2	1.6
Pra Lansia	42	34.1
Lansia muda	47	38.2
Lansia madya	32	26.0
Lansia tua	0	0
Total	123	100.0
Pendidikan		

Tidak Sekolah	4	3.3
SD	7	5.7
SMP	25	20.3
SMA	56	45.5
Perguruan Tinggi	31	25.2
Total	123	100.0

Berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar responden berada pada kelompok pra lansia (46-59 tahun) yaitu sebanyak 55 orang (44,7%), diikuti kelompok dewasa (26-45 tahun) sebanyak 38 orang (30,9%), dan kelompok lansia (≥ 60 tahun) sebanyak 30 orang (24,4%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 78 orang (63,4%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 45 orang (36,6%). Sementara itu, berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan tinggi sebanyak 72 orang (58,5%), diikuti pendidikan sedang sebanyak 30 orang (24,4%), dan pendidikan rendah sebanyak 21 orang (17,1%).

Tabel 2 Gambaran Distribusi tingkat kepatuhan konsumsi obat

Kategori	Frekuensi (n)	Persen (%)
Rendah	51	41.5
Tinggi	72	58.5
Total	123	100.0

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan konsumsi obat antihipertensi pada pasien hipertensi berada pada kategori yang bervariasi. Sebagian besar responden memiliki kepatuhan tinggi, yaitu sebanyak 55 orang (44,7%). Selanjutnya, responden dengan kepatuhan sedang sebanyak 47 orang (38,2%), sedangkan responden dengan kepatuhan rendah sebanyak 21 orang (17,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun hampir setengah responden telah memiliki kepatuhan konsumsi obat yang baik, masih terdapat sejumlah pasien yang belum patuh secara optimal dalam mengonsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kepatuhan Diet Rendah Garam

Kategori	Frekuensi (n)	Persen (%)
Rendah	21	17.1
Sedang	47	38.2
Tinggi	55	44.7
Total	123	100.0

Gambaran kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 70 orang (56,9%). Responden dengan kategori sangat baik sebanyak 30 orang (24,4%), sedangkan responden dengan kategori cukup sebanyak 15 orang (12,2%). Sementara itu, responden dengan kepatuhan kurang sebanyak 8 orang (6,5%).

Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pasien hipertensi telah menerapkan diet rendah garam dengan baik, namun masih terdapat sebagian kecil responden yang belum menjalankan diet rendah garam secara optimal.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia pra lansia (46-59 tahun) dan didominasi oleh perempuan. Temuan ini sejalan dengan data Riskesdas (2018) yang melaporkan bahwa prevalensi hipertensi meningkat signifikan pada usia ≥ 45 tahun. Peningkatan risiko hipertensi pada usia pra lansia berkaitan dengan proses penuaan yang menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah serta perubahan fungsi kardiovaskular. Marchia et al. (2021) yang menyatakan bahwa prevalensi hipertensi pada perempuan meningkat setelah memasuki usia menopause. Perubahan hormonal, terutama penurunan hormon estrogen, berperan dalam meningkatnya tekanan darah pada perempuan usia dewasa akhir. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Nurhidayah dan Handayani (2022) yang melaporkan bahwa perempuan memiliki risiko hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki pada usia lanjut.

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah hingga tinggi. Tingkat pendidikan berperan penting dalam kemampuan individu menerima dan memahami informasi kesehatan. Penelitian Lestari (2021) menunjukkan bahwa pasien hipertensi dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pengelolaan penyakit hipertensi. Meskipun demikian, pendidikan yang tinggi tidak selalu menjamin kepatuhan yang optimal, karena perilaku kepatuhan juga dipengaruhi oleh faktor kebiasaan, motivasi, dan persepsi terhadap penyakit.

Gambaran kepatuhan konsumsi obat antihipertensi menunjukkan bahwa hampir setengah responden berada pada kategori kepatuhan tinggi, namun masih terdapat responden dengan kepatuhan sedang dan rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian pasien telah memahami pentingnya konsumsi obat secara teratur, masih ada pasien yang belum menjalankan pengobatan secara konsisten. Hasil ini sejalan dengan penelitian Isbiyantoro et al. (2023) yang menemukan bahwa kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di puskesmas umumnya berada pada kategori sedang hingga tinggi, namun belum sepenuhnya optimal. Ketidakepatuhan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti lupa mengonsumsi obat, merasa kondisi kesehatan membaik, atau kurangnya pemahaman mengenai risiko penghentian pengobatan.

Pada kepatuhan diet rendah garam, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori baik dan sangat baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Friandi (2022) yang menyatakan bahwa sebagian besar pasien hipertensi telah berupaya menerapkan diet rendah garam setelah mendapatkan edukasi dari tenaga kesehatan. Hal ini mengindikasikan bahwa pasien hipertensi relatif lebih mudah menerima anjuran pengaturan pola makan dibandingkan kepatuhan konsumsi obat jangka panjang. Namun demikian, masih terdapat responden dengan kepatuhan cukup dan kurang, yang menunjukkan bahwa penerapan diet rendah garam secara konsisten masih memerlukan penguatan melalui edukasi berkelanjutan. Penelitian Putri dan Yuliana (2020) menyebutkan bahwa kesulitan mengubah kebiasaan makan dan preferensi terhadap makanan asin menjadi hambatan utama dalam kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menggambarkan bahwa kepatuhan konsumsi obat dan diet rendah garam pada pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi berada pada kategori cukup hingga baik. Meskipun demikian, masih ditemukan pasien dengan tingkat kepatuhan rendah yang berpotensi memengaruhi keberhasilan pengendalian hipertensi. Oleh karena itu, peran tenaga kesehatan di puskesmas sangat penting dalam memberikan edukasi,

pemantauan, dan pendampingan secara berkelanjutan agar kepatuhan pasien dapat ditingkatkan, sehingga pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi hipertensi dapat tercapai secara optimal.

KESIMPULAN

Penelitian ini memberikan gambaran karakteristik dan tingkat kepatuhan pasien hipertensi di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Sebagian besar pasien berada pada kelompok usia pra lansia, didominasi oleh perempuan, serta memiliki tingkat pendidikan menengah hingga tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi banyak dialami oleh kelompok usia dewasa akhir dengan latar belakang pendidikan yang relatif baik, yang dapat memengaruhi pemahaman pasien dalam pengelolaan penyakit.

Gambaran kepatuhan menunjukkan bahwa sebagian besar pasien memiliki kepatuhan konsumsi obat antihipertensi pada kategori tinggi hingga sedang, meskipun masih terdapat pasien dengan kepatuhan rendah. Kepatuhan diet rendah garam umumnya berada pada kategori baik dan sangat baik, namun belum sepenuhnya optimal pada seluruh pasien. Hasil ini menegaskan perlunya upaya berkelanjutan melalui edukasi kesehatan, pemantauan rutin, dan pendampingan di pelayanan kesehatan primer sebagai dasar peningkatan kualitas pelayanan dan penguatan program pengendalian hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- World Health Organization. (2023). Hypertension. Geneva: World Health Organization.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2021). Profil kesehatan Provinsi Jambi tahun 2021. Jambi: Dinas Kesehatan Provinsi Jambi.
- Dinas Kesehatan Kota Jambi. (2024). Profil kesehatan Kota Jambi tahun 2023. Jambi: Dinas Kesehatan Kota Jambi.
- Mulia, N., Rahmawati, F., & Putri, A. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan pasien hipertensi di Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 101-110.
- Pratiwi, D., Sari, N., & Nugroho, P. (2022). Hubungan dukungan keluarga dan pengetahuan dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 45-53.
- Rahmawati, F., Anggraeni, D., & Haryono, S. (2020). Kepatuhan pasien hipertensi dalam minum obat di Puskesmas X, Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 200-208.
- Sari, R. P., Putra, I. G., & Lestari, T. (2019). Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(2), 77-85.
- Puskesmas Simpang IV sipin Kota Jambi. Rekap Laporan 10 Penyakit Terbanyak Rawat Jalan Bulan Januari s.d Desember 2023 Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. (2023).
- Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. SIP UKD 4 - Kesakitan Terbanyak. (2024).
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Marchia, R., Sari, D. P., & Hidayat, A. (2021). Kepatuhan konsumsi obat antihipertensi pada pasien hipertensi di puskesmas. *Jurnal Kesehatan*, 12(3), 211-218.
- Nurhidayah, N., & Handayani, S. (2022). Gambaran karakteristik pasien hipertensi berdasarkan usia dan jenis kelamin di fasilitas pelayanan kesehatan primer. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 134-141.
- Lestari, D. (2021). Karakteristik dan kepatuhan pasien hipertensi dalam menjalani pengobatan di puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 23-30.
- Isbiyantoro, A., Prasetyo, E., & Wulandari, R. (2023). Gambaran kepatuhan minum obat antihipertensi pada pasien hipertensi di pelayanan kesehatan primer. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 45-52.
- Friandi. (2022). Gambaran kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di puskesmas. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 85-92.
- Putri, A. R., & Yuliana, Y. (2020). Kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 16(4), 189-196.