JIKES: JURNAL ILMU KESEHATAN
Tahun 2026, Volume 5, Nomor 1, Bulan Juli-Desember: hlm 723-735
e-ISSN: 2963-069X | URL: https://yptb.org/index.php/jik | e-Mail: jurnalq17@gmail.com

Lisensi: CC-BY DOI: https://doi.org/10.71456/jik.v5i1.2680

SOBAT TENSI (WHATSAPP BLAST REMINDER MINUM OBAT ANTI HIPERTENSI) UNTUK MENINGKATKAN KEPATUHAN MINUM OBAT ANTI HIPERTENSI DI PUSKESMAS SAPEKEN KABUPATEN SUMENEP

Lina Herawati[1*], M. Suhron[2], M. Hasinuddin[3], & Eny Susanti[4]

[*1]Program Studi Magister Adminitrasi Kesehatan, Universitas Noor Huda Mustofa
[2-4]Universitas Noor Huda Mustofa
e-Mail: lhina_tee@yahoo.co.id

Submit Tgl: 04-September-2026 Diterima Tgl: 07-September-2026 Diterbitkan Tgl: 17-September-2026

Abstrak: Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian ini bertujuan mengetahui perbedaan kepatuhan minum obat antihipertensi sebelum dan sesudah penerapan inovasi Sobat Tensi (*WhatsApp Blast Reminder*) di wilayah kerja Puskesmas Sapeken, Kabupaten Sumenep. Penelitian menggunakan metode *Research and Development* (R&D) untuk mengembangkan media edukasi kesehatan berupa pengingat minum obat melalui WhatsApp. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi di Puskesmas Sapeken sebanyak 80 orang, dengan sampel 67 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kepatuhan minum obat diukur menggunakan kuesioner *Morisky Medication Adherence Scale* (MMAS). Data dianalisis menggunakan uji statistik sesuai distribusi data dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan sedang, yaitu 54 orang (80,6%). Setelah diberikan inovasi Sobat Tensi, sebagian besar responden memiliki kepatuhan tinggi, yaitu 36 orang (53,7%). Hasil uji *Paired T-Test* menunjukkan nilai p = 0,01 (p < 0,05), sehingga terdapat perbedaan signifikan kepatuhan minum obat sebelum dan sesudah pemberian inovasi Sobat Tensi. Inovasi WhatsApp Blast Reminder berpengaruh terhadap peningkatan kepatuhan minum obat antihipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sapeken. Inovasi ini dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan antihipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi; Kepatuhan Minum Obat; Whatsapp Blast Reminder; Sobat Tensi**.**

Abstract: *Non-adherence to antihypertensive medication is one of the factors affecting blood pressure control among patients with hypertension. This study aimed to determine differences in adherence to antihypertensive medication before and after the implementation of the Sobat Tensi (WhatsApp Blast Reminder) innovation in the working area of Sapeken Public Health Center, Sumenep Regency. This study employed a Research and Development (R&D) approach to develop a health education intervention in the form of medication reminders delivered through WhatsApp. The population consisted of 80 patients diagnosed with hypertension at Sapeken Public Health Center, with 67 respondents selected using purposive sampling. Medication adherence was measured using the Morisky Medication Adherence Scale (MMAS). Data were analyzed using appropriate statistical tests based on data distribution, with a significance level of 0.05. Before the intervention, most respondents had moderate medication adherence, accounting for 54 respondents (80.6%). After receiving the Sobat Tensi intervention, most respondents demonstrated high medication adherence, accounting for 36 respondents (53.7%). The Paired t-test showed a p-value of 0.01 (p < 0.05), indicating a significant difference in*

Copyright©2026: Lina Herawati, M. Suhron, M. Hasinuddi, & Eny Susanti

medication adherence before and after the implementation of Sobat Tensi. The WhatsApp Blast Reminder innovation significantly improved adherence to antihypertensive medication among patients with hypertension in the working area of Sapeken Public Health Center. This innovation may serve as an alternative strategy to improve patients' adherence to antihypertensive treatment

Keywords: *Hypertension; Medication Adherence; Whatsapp Blast Reminder; Sobat Tensi*

Cara mengutip Herawati, L., Suhron, M., Hasinuddin, M., & Susanti, E. (2026). Sobat Tensi (Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi) untuk Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep. *JIKES: Jurnal Ilmu Kesehatan*, *5*(1), 723–735. https://doi.org/10.71456/jik.v5i1.2680

PENDAHULUAN

Ketidakpatuhan pasien dalam mengonsumsi obat antihipertensi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi tingginya tekanan darah pada pasien hipertensi. Pengendalian tekanan darah sangat bergantung pada terapi farmakologis karena adanya gangguan mekanisme regulasi tekanan darah akibat kerusakan ginjal. Apabila pasien tidak patuh dalam minum obat sesuai dosis dan jadwal yang dianjurkan, maka efek terapeutik obat tidak tercapai secara optimal, sehingga tekanan darah cenderung tetap tinggi atau tidak terkontrol (Erpiyana et al. 2024). Tekanan darah yang tetap tinggi akibat ketidakpatuhan pengobatan dapat menurunkan efektivitas terapi ginjal secara keseluruhan. Oleh karena itu, kepatuhan minum obat merupakan komponen penting dalam manajemen hipertensi pada pasien guna mencapai kontrol tekanan darah yang optimal dan mencegah perburukan (Berliana, 2025).

Fenomena di puskesmas Sapeken pasien mengatakan bahwa penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi yang mereka alami tidak pernah turun sehingga sering merasakan gejala pusing yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Di sisi lain, sebagian pasien sering merasa tidak ada keluhan sehingga menganggap obat tidak perlu dikonsumsi secara rutin. Masalah lain yang sering terjadi pada pasien adalah padatnya aktivitas sehari-hari sehingga pasien sering lupa dan tidak pernah tepat waktu dalam mengkomsumsi obat anti hipertensi yang didapatkan dari Puskesmas. Selama ini petugas kesehatan Puskesmas Sapeken sudah memberikan edukasi secara lisan kepada pasien untuk mengkonsumsi obat antihipertensi secara rutin untuk mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut, akan tetapi upaya tersebut belum optimal karena tekanan darah pasien masih tetap melebihi batas normal.

Organisasi kesehatan dunia World Health Organitation (WHO) mencatat 1,15 milyar pada 2025 atau sekitar 29% dari total penduduk dunia, dimana penderitanya lebih banyak pada wanita (30%) dibanding pria (29%). Sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terjadi terutama di negara-negara berkembang National Health and Nutrition Examination Survey (NHNES) dalam Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter dan hasil pengukuran pada penduduk umur diatas 18 secara nasional adalah 30,8 %. Prevalensi meningkat seiring bertambahnya usia dan berbeda antara laki-laki dan perempuan. Prevalensi hipertensi tertinggi terjadi pada usia lansia diatas 75 tahun sebanyak 26,1 % dan prevalensi kejadian hipertensi lebih tinggi pada perempuan (Kemenkes RI, 2023). Prevalensi hipertensi di Jawa Timur pada umur ≥ 18 tahun sebesar 10,7% yang didiagnosis, 10,8% yang minum obat, dan 26,2% pengukuran pertambahan usia (Assishah, 2023). Menurut Survei Terpadu Penyakit (STP) 2023, Kota

Surabaya sebagai peringkat ke-2 dengan penderita hipertensi sebanyak 78.660 orang. Berdasarkan laporan profil kesehatan terbaru di Puskesmas Sapeken, penyakit hipertensi sendiri menempati urutan pertama dalam daftar sepuluh besar penyakit dengan prevalensi tertinggi di unit layanan rawat jalan Puskesmas Sapeken.

Salah satu faktor yang berperan penting dalam pengendalian tekanan darah adalah tingkat kepatuhan pasien dalam minum obat antihipertensi. Kepatuhan minum obat dilihat dari dosis, frekuensi, dan waktu konsumsi obat. Namun, pasien sering menghadapi berbagai hambatan dalam kepatuhan, seperti kompleksitas regimen obat, efek samping, kelelahan kronik, kurangnya pemahaman, serta faktor psikososial. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat ketidakpatuhan minum obat pada pasien hipertensi berkisar antara 30–60% (Alikari et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati di Yogyakarta menunjukkan data yang lebih spesifik, dimana dari 31 pasien Hipertensi penderita hipertensi, hanya 45,2% yang patuh terhadap pengobatan, sedangkan 54,8% dinyatakan tidak patuh. Jenis ketidakpatuhan yang paling sering terjadi adalah melewatkan minum obat (87,1%), dengan tiga alasan utama yaitu lupa (74,2%), keterlambatan kontrol (71,0%), dan hanya mengonsumsi obat saat merasa sakit (29,0%) (Rahmawati, 2020). Ketidakpatuhan minum obat antihipertensi dapat menyebabkan tekanan darah tidak terkontrol, fluktuasi tekanan darah, peningkatan beban cairan, dan memperburuk prognosis pasien. Sebaliknya, kepatuhan yang baik terbukti berhubungan dengan kontrol tekanan darah yang lebih stabil dan penurunan risiko komplikasi kardiovaskular (Burnier & Egan, 2019).

Upaya mengatasi ketidakpatuhan minum obat perlu dilakukan secara komprehensif dan berkelanjutan. Langkah pertama adalah mengidentifikasi penyebab utama ketidakpatuhan pada setiap individu. Tenaga kesehatan perlu melakukan komunikasi terapeutik untuk menggali hambatan yang dirasakan pasien, baik dari segi pengetahuan, psikologis, maupun sosial ekonomi. Dengan mengetahui penyebabnya, intervensi dapat diberikan secara tepat sasaran, Edukasi kesehatan menjadi intervensi utama dalam meningkatkan kepatuhan. Pasien perlu diberikan penjelasan mengenai tujuan pengobatan, cara kerja obat, dosis, waktu konsumsi, serta kemungkinan efek samping dan cara mengatasinya. Edukasi harus disampaikan dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Metode teach back dapat digunakan untuk memastikan pasien benar-benar memahami informasi yang diberikan. Selain edukasi, penggunaan sistem pengingat juga sangat membantu, seperti alarm telepon genggam, kotak obat harian (pill organizer), atau jadwal tertulis yang ditempel di tempat yang mudah terlihat. Dukungan keluarga juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan, terutama pada lansia, dengan cara mengingatkan dan mengawasi konsumsi obat secara rutin. Pengingat dengan menggunakan pesan singkat dapat meningkatkan kepatuhan perilaku sehat termasuk minum obat pada waktu yang tepat dan sesuai dengan resep. Kepatuhan mengkonsumsi obat merupakan kunci kesembuhan (Nasution et al., (2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan suatu proyek inovasi yang berfokus pada peningkatan kepatuhan penggunaan obat untuk mencegah pasien lupa minum obat, yang merupakan penyebab ketidakpatuhan paling umum sebagaimana diperoleh dari hasil penelitian sebelumnya. Adanya proyek inovasi SOBAT TENSI (Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi) diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan minum obat antihipertensi pada pasien hipertensi serta dapat meningkatkan cakupan pasien dengan hipertensi terkendali secara konsisten di wilayah kerja Puskesmas Sapeken.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* (R&D) yang dilaksanakan dalam dua tahap. Tahap pertama adalah pengembangan inovasi SOBAT TENSI (WhatsApp Blast Reminder Minum Obat Antihipertensi) menggunakan model ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation).* Tahap kedua menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design* untuk mengetahui perubahan kepatuhan minum obat sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sapeken, Kabupaten Sumenep, pada Juni 2026. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi sebanyak 80 orang. Sampel berjumlah 67 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi meliputi pasien hipertensi berusia 18–60 tahun, memiliki dan mampu menggunakan telepon pintar serta aplikasi WhatsApp, memiliki akses internet, dan bersedia mengikuti penelitian.

Intervensi SOBAT TENSI berupa pesan pengingat dan edukasi kepatuhan minum obat yang dikirim melalui WhatsApp satu kali sehari sesuai jadwal konsumsi obat selama satu bulan. Kepatuhan minum obat diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Morisky Medication Adherence Scale-8 (MMAS-8) dan dikategorikan menjadi kepatuhan tinggi, sedang, dan rendah. Data dianalisis secara univariat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan untuk membandingkan kepatuhan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Paired t-test apabila data berdistribusi normal atau Wilcoxon signed-rank test apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data Umum

Karakteristik pasien Hipertensi Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan sebagai berikut:

Distribusi Pasien Hipertensi Berdasarkan Usia

Hasil penelitian mengenai karakteristik umur yang dibagi berdasarkan masa dewasa awal yaitu antara umur 18-35 tahun, dewasa akhir 36-60 tahun

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Pasien Hipertensi Berdasarkan Usia di Puskesmas Sapeken, Kecamatan Sapeken, Kabupaten Sumenep

Usia/tahun	Frekuensi	Persentase (%)
Dewasa Awal	9	13.4
Dewasa Akhir	58	86.6
Jumlah	67	**100,0**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.1 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi di dapatkan sebagian besar (86,6%) berusia 36-60 tahun

Karakteristik Pasien Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin adalah karakteristik biologis yang membedakan individu menjadi laki-laki dan Perempuan.

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Pasien Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	16	23.9
Perempuan	51	76.1
Jumlah	67	**100,0**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.2 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi didapatkan sebagian besar (76,1%) berjenis kelamin perempuan

Karakteristik Pasien Hipertensi Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan, Jenjang pendidikan Menurut (Sri Hadjoko Wirjornartorio, 2024) yaitu: pendidikan dasar, menengah dan tinggi.

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Pasien Hipertensi Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Dasar	8	11.9
Menengah	59	88.1
Tinggi	0	0,00
Jumlah	67	**100,0**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.3 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi di dapatkan sebagian besar (88,1%) berpendidikan menengah.

Karakteristik Pasien Hipertensi Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan adalah aktivitas yang dilakukan oleh seseorang untuk menghasilkan pendapatan, memenuhi kebutuhan hidup, dan mencapai tujuan pribadi atau professional (Sri, 2021).

Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi Pasien Hipertensi Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak bekerja	16	23.9
Wiraswasta	51	76.1
PNS	0	0,00
Jumlah	67	**100,0**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.4 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi di dapatkan sebagian besar (76,1%) bekerja sebagai wiraswasta

Data Khusus

Karakteristik Pasien Hipertensi Berdasarkan Kepatuhan Minum Obat Sebelum Diberikan Inovasi *Whatsapp Blast Reminder* Minum Obat Anti Hipertensi

Tabel 1.5 Distribusi Frekuensi Pasien Hipertensi Berdasarkan Kepatuhan Minum Obat Sebelum Diberikan Inovasi Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi Di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	5	7.5
Sedang	54	80.6
Rendah	8	11.9
Jumlah	67	**100,0**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.5 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi di dapatkan hampir seluruhnya (80,6%) dengan 54 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan sedang dalam minum obat anti hipertensi, sebagian kecil (11,9%) dengan 8 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang rendah dalam minum obat hipertensi dan hampir tidak ada (7,5%) dengan 5 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang tinggi dalam minum obat anti hipertensi sebelum diberikan inovasi whatsapp blast reminder minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep.

Karakteristik Pasien Hipertensi Berdasarkan Kepatuhan Minum Obat Setelah Diberikan Inovasi *Whatsapp Blast Reminder* Minum Obat Anti Hipertensi

Tabel 1.6 Distribusi Frekuensi Pasien Hipertensi Berdasarkan Kepatuhan Minum Obat Setelah Diberikan Inovasi Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep

Kepatuhan	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	36	53.7
Sedang	31	46.3
Rendah	0	0.00
Jumlah	67	**100,0**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.6 menunjukkan bahwa di dapatkan sebagian besar (53,7%) dengan 36 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang tinggi dalam minum obat anti hipertensi, hampir separuhnya (46,3%) dengan 31 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang sedang dalam minum obat hipertensi dan tidak ada (0,00%) dengan 0 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang rendah dalam minum obat anti hipertensi setelah diberikan inovasi *whatsapp blast reminder* minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep.

Pengaruh Sobat Tensi *(Whatsapp Blast Reminder* Minum Obat Anti Hipertensi*)* Terhadap Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi Di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Tabel 1.7 Pengaruh Sobat Tensi *(Whatsapp Blast Reminder* Minum Obat Anti Hipertensi*)* Terhadap Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi Di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Kepatuhan	*Mean*	*Median*	*Std.Deviasi*
Pre-Test	6.2836	2.0000	.90128
Post-Test	7.3284	1.0000	.80506
Pairet T-Test		***Asymp. Sig. (2-tailed)***	**0,000**

Sumber Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.7 menunjukkan nilai Mean (6.2836), nilai Median (2.0000) dan nilai Std. Deviasi (.90128) sebelum diberikan inovasi *whatsapp blast reminder* minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep dan nilai Mean (7.3284), nilai Median (1.0000) dan nilai Std. Deviasi (.80506) setelah diberikan inovasi *whatsapp blast reminder* minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep.

Berdasarkan uji *Paiired T-Test* didapatkan nilai $\alpha = 0{,}000$ dan nilai $\alpha = 0{,}05$ berarti $P < \alpha$ maka H_0 ditolak, artinya Ada Pengaruh Sobat Tensi *(Whatsapp Blast Reminder* Minum Obat Anti Hipertensi*)* terhadap kepatuhan minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Pembahasan

Kepatuhan Minum Obat Sebelum Diberikan Inovasi Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi

Pada Tabel 1.3 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi di dapatkan sebagian besar (83,6%) berpendidikan SMP. Menurut Khuzaima, L. L., & Sunardi. (2021) tingkat pendidikan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi perilaku seseorang, termasuk kepatuhan terhadap pengobatan. Pendidikan yang lebih tinggi umumnya meningkatkan kemampuan individu dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi kesehatan sehingga lebih mudah mengikuti anjuran tenaga kesehatan. semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin baik pula kemampuan berpikir kritis, memahami manfaat pengobatan, mengenali risiko apabila tidak patuh, serta mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatannya. Oleh karena itu, individu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih baik dibandingkan individu dengan pendidikan yang lebih rendah. Menurut Mardiana, S. S., dkk. (2021) Tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan seseorang dalam menjalani pengobatan. Pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan individu memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami informasi kesehatan, instruksi pengobatan, serta konsekuensi yang dapat terjadi apabila tidak patuh terhadap terapi. Oleh karena itu, semakin tinggi tingkat pendidikan pasien Hipertensi, semakin besar kemungkinan pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang baik terhadap pengobatan yang dijalani. Sebaliknya, pasien Hipertensi dengan tingkat pendidikan yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam memahami informasi kesehatan sehingga berisiko memiliki kepatuhan yang lebih rendah.

Berdasarkan Tabel 1.4 menunjukkan bahwa pasien Hipertensi di dapatkan sebagian besar (76,1%) bekerja sebagai wiraswasta. Menurut *World Health Organization* dalam Lestari, P., dkk. (2025) pekerjaan merupakan salah satu faktor sosiodemografi yang dapat memengaruhi kepatuhan minum obat. perilaku kesehatan dari Lawrence Green, faktor sosial dan ekonomi, termasuk pekerjaan, dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Pekerjaan berhubungan dengan tingkat pendapatan, ketersediaan waktu, akses terhadap pelayanan kesehatan, serta kemampuan memperoleh informasi kesehatan yang pada akhirnya memengaruhi kepatuhan dalam menjalani pengobatan. Pasien Hipertensi yang memiliki pekerjaan tetap dan pendapatan yang memadai cenderung lebih mudah memenuhi kebutuhan pengobatan, melakukan kontrol kesehatan secara rutin, dan memperoleh akses pelayanan kesehatan yang lebih baik. Sebaliknya, pasien hipertensi yang memiliki beban kerja tinggi atau jam kerja yang padat dapat mengalami kesulitan dalam mengatur waktu untuk minum obat secara teratur sehingga berisiko mengalami ketidakpatuhan.

Berdasarkan Tabel 1.5 menunjukkan bahwa pasien hipertensi di dapatkan hampir seluruhnya (80,6%) dengan 54 pasien hipertensi memiliki kepatuhan sedang dalam minum obat anti hipertensi sebelum diberikan inovasi whatsapp blast reminder minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep. Kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pengendalian tekanan darah. Pasien yang patuh minum obat sesuai dosis, waktu, dan anjuran tenaga kesehatan cenderung memiliki tekanan darah yang lebih stabil dibandingkan pasien yang tidak patuh. Tekanan darah yang terkontrol dapat membantu menjaga fungsi organ tubuh, terutama jantung, otak, ginjal, dan pembuluh darah sehingga risiko terjadinya komplikasi dapat diminimalkan (Hasanah et al., 2021). Kepatuhan minum obat hipertensi dapat menurunkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskular seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis. Penggunaan obat secara teratur membantu mempertahankan efek terapi yang optimal sehingga tekanan darah tidak mengalami peningkatan yang berbahaya. Dengan demikian, pasien dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih nyaman dan produktif.

Menurut Kozier (2010) kepatuhan adalah perilaku individu (misalnya: minum obat, mematuhi diet, atau melakukan perubahan gaya hidup) sesuai anjuran terapi dan kesehatan. Tingkat kepatuhan dapat dimulai dari tindak mengindahkan setiap aspek anjuran hingga mematuhi rencana. Seseorang dapat dikatakan patuh pada perintah orang lain atau ketentuan yang berlaku, apabila seseorang tersebut memiliki tiga dimensi kepatuhan yang terkait dengan sikap dan tingkah laku patuh, tiga dimensi tersebut adalah mempercayai,menerima dan melakukan (Batubara,2022). Kepatuhan sebagai perilaku positif dinilai sebagai sebuah pilihan. Artinya individu memilih untuk melakukan, mematuhi, merespon secara kritis terhadap aturan, hukum, norma sosial, permintaan maupun keinginan dari seseorang yang memegang otoritas ataupun peran penting (Wahyudin et al., 2021). Seseorang dapat dikatakan patuh kepada perintah orang lain atau ketentuan yang berlaku, apabila seseorang tersebut memiliki tiga dimensi kepatuhan yang terkait dengan sikap dan tingkah laku patuh. (Batubara, 2022).

Menurut peneliti, pasien yang memiliki kepatuhan sedang dalam minum obat umumnya mengalami keluhan yang lebih sedikit, memiliki kondisi kesehatan yang sedikit membaik, serta mengurangi kebutuhan perawatan akibat komplikasi hipertensi. Kepatuhan pengobatan juga dapat menurunkan biaya pengobatan jangka panjang karena komplikasi

yang memerlukan penanganan intensif dapat dicegah sejak dini. Kepatuhan dalam minum obat antihipertensi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. Pasien yang patuh mengonsumsi obat sesuai dosis, waktu, dan anjuran tenaga kesehatan cenderung memiliki tekanan darah yang lebih terkontrol sehingga dapat mengurangi risiko komplikasi seperti stroke, gagal jantung, penyakit ginjal, dan serangan jantung. Kepatuhan minum obat tidak hanya dipengaruhi oleh kesadaran pasien akan pentingnya pengobatan, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan keluarga, pengetahuan tentang penyakit, motivasi diri, akses terhadap pelayanan kesehatan, serta hubungan yang baik antara pasien dan tenaga kesehatan.

Kepatuhan Minum Obat Setelah Diberikan Inovasi Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi

Berdasarkan Tabel 1.6 menunjukkan bahwa di dapatkan sebagian besar (53,7%) dengan 36 pasien Hipertensi memiliki kepatuhan yang tinggi dalam minum obat anti hipertensi setelah diberikan inovasi whatsapp blast reminder minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kecamatan Sapeken Kabupaten Sumenep.

WhatsApp merupakan aplikasi yang dirancang untuk mempermudah komunikasi di tengah perkembangan teknologi saat ini. WhatsApp merupakan bagian dari media sosial yang memudahkan dan memungkinkan semua penggunanya dapat berbagi informasi. Pengguanaan WhatsApp telah dimanfaatkan oleh berbagai kalangan masyarakat karena pengunaannya yang mudah (Pratama, Al-gifari, and Pertiwi 2022). WhatsApp merupakan aplikasi berbasis internet yang memudahkan penggunanya dalam berkomunikasi dengan fitur-fitur yang tersedia serta merupakan media sosial yang paling populer digunakan dalam berkomunikasi. 83 % dari 171 juta pengguna internet adalah pengguna WhatsApp. Suryadi menyatakan bahwa “WhatsApp merupakan sarana dalam berkomunikasi dengan saling bertukar informasi baik pesan teks, gambar, video bahkan telepon.” Pendapat tersebut dapat diketahui bahwa WhatsApp memberikan kemudahan dalam menyampaikan suatu informasi (Savitri 2023). Pendapat Afnibar yang menyatakan penggunaan WhatsApp akan mempermudah penggunanya untuk menyampaikan suatu informasi secara lebih cepat dan efektif. Jadi WhatsApp dapat memberikan keefektifitasan dalam berkomunikasi, berinteraksi dengan mudah dan cepat terutama dalam menyampaian informasi pembelajaran. Dengan demikian peneliti menyimpulkan bahwa WhatsApp merupakan aplikasi instan berbantuan internet, yang mampu mempermudah penggunaannya dengan fitur yang dihadirkan. Penggunann WhatsApp juga menjadi alat komunikasi yang banyak digunakan dikalangan masyarakat karena penggunanya yang mudah, terutama penggunaannya dalam pembelajaran (Sumertini, 2022)**.**

Peneliti berpendapat bahwa tingginya tingkat kepatuhan minum obat antihipertensi menunjukkan bahwa pasien telah memiliki kesadaran yang baik terhadap pentingnya pengobatan jangka panjang dalam mengendalikan tekanan darah. Kepatuhan yang tinggi mencerminkan keberhasilan pasien dalam mengikuti anjuran tenaga kesehatan, baik dalam hal ketepatan dosis, waktu, maupun frekuensi penggunaan obat. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengetahuan yang memadai mengenai hipertensi, motivasi untuk mencegah komplikasi, dukungan keluarga, kemudahan akses terhadap pelayanan kesehatan, serta komunikasi yang efektif antara pasien dan tenaga kesehatan. pasien yang memiliki kepatuhan tinggi cenderung memahami bahwa hipertensi merupakan

penyakit kronis yang memerlukan terapi berkelanjutan meskipun gejala tidak selalu dirasakan. Kesadaran tersebut mendorong pasien untuk menjadikan konsumsi obat sebagai bagian dari rutinitas sehari-hari sehingga risiko lupa atau menghentikan pengobatan secara sepihak dapat diminimalkan.

Pengaruh Sobat Tensi (Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi) Terhadap Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi Di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep

Berdasarkan uji Paiired T-Test didapatkan nilai α = 0,000 dan nilai α = 0,05 berarti P < α maka H0 ditolak, artinya Ada Pengaruh Sobat Tensi (Whatsapp Blast Reminder Minum Obat Anti Hipertensi) terhadap kepatuhan minum obat anti hipertensi di Puskesmas Sapeken Kabupaten Sumenep.

WhatsApp sebagai media pengingat waktu minum obat merupakan salah satu intervensi berbasis *mobile health* (mHealth) yang terbukti dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat sesuai jadwal. Pengingat yang dikirim melalui WhatsApp membantu pasien mengingat waktu minum obat, meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya terapi, serta memperkuat motivasi untuk mematuhi pengobatan. (Thakkar, J., et al. 2023). Pada pasien dengan penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, tuberkulosis, maupun HIV/AIDS, ketidakpatuhan minum obat sering disebabkan oleh lupa, kurangnya pemahaman tentang manfaat terapi, efek samping obat, dan rendahnya motivasi. Pengiriman pesan pengingat secara berkala melalui WhatsApp dapat mengurangi faktor lupa tersebut sehingga pasien lebih konsisten dalam menjalankan terapi. Selain berfungsi sebagai pengingat, WhatsApp juga memungkinkan tenaga kesehatan memberikan edukasi kesehatan, motivasi, serta kesempatan bagi pasien untuk berkonsultasi apabila mengalami kendala selama pengobatan. Interaksi dua arah ini meningkatkan efikasi diri pasien dan mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik (Normalita, 2026). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi berupa pesan pengingat melalui WhatsApp mampu meningkatkan skor kepatuhan minum obat secara signifikan dibandingkan dengan pelayanan standar. Peningkatan kepatuhan tersebut juga berdampak pada perbaikan luaran klinis, seperti penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi, kontrol kadar gula darah yang lebih baik pada pasien diabetes, serta meningkatnya keberhasilan terapi pada penyakit kronis lainnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Normalita (2026) mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara kepatuhan dan control tekanan darah (p-value=0,000), bahkan menunjukkan bahwa individu yang tidak patuh memiliki kemungkinan hingga 31 kali lebih besar untuk mengalami tekanan darah tidak terkontrol. Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa kepatuhan minum obat menjadi elemen kunci dalam keberhasilan pengelolaan hipertensi, sehingga memerlukan peningkatan melalui edukasi berkelanjutan dan dukungan aktif dari tenaga Kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh iska (2025) hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh pasien Hipertensi (57,3%) memiliki tekanan darah meningkat dan 42,7% pasien Hipertensi memiliki kepatuhan minum obat rendah. Uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value = 0,001 (p <0,05), yang berarti terdapat hubungan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Belimbing Padang. Penelitian yang dilakukan oleh Desi (2024) Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh (64,8%) pasien Hipertensi tidak patuh minum obat, lebih dari separuh

(58,9%) pasien Hipertensi tekanan darah tidak normal. Hasil uji statistik diperoleh ada hubungan antara kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan pvalue =0,000 (? <0,05). Dapat disimpulkan bahwa kepatuhan minum obat mempengatuhi tekanan darah pasien hipertensi.

Peneliti berpendapat bahwa penggunaan WhatsApp sebagai media pengingat waktu minum obat memberikan manfaat yang signifikan dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap terapi pengobatan. Pengingat yang dikirim secara terjadwal membantu pasien mengingat waktu konsumsi obat, sehingga mengurangi risiko lupa yang merupakan salah satu penyebab utama ketidakpatuhan, terutama pada pasien dengan penyakit kronis seperti hipertensi, manfaat WhatsApp tidak hanya terbatas sebagai pengingat, tetapi juga sebagai media edukasi dan motivasi. Melalui pesan singkat, tenaga kesehatan dapat menyampaikan informasi mengenai pentingnya kepatuhan minum obat, manfaat menjaga tekanan darah tetap terkontrol, serta risiko komplikasi apabila terapi tidak dijalankan secara teratur. Informasi yang diterima secara berulang mampu meningkatkan pengetahuan, membentuk persepsi positif terhadap pengobatan, dan memperkuat komitmen pasien untuk tetap patuh menjalani terapi

KESIMPULAN

Penerapan inovasi SOBAT TENSI (WhatsApp Blast Reminder Minum Obat Antihipertensi) efektif dalam meningkatkan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sapeken, Kabupaten Sumenep. Sebelum intervensi, sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan sedang (80,6%), sedangkan setelah intervensi sebagian besar responden memiliki kepatuhan tinggi (53,7%) dan tidak ditemukan lagi responden dengan kepatuhan rendah. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kepatuhan minum obat sebelum dan sesudah penerapan SOBAT TENSI ($p < 0,05$). Dengan demikian, SOBAT TENSI dapat menjadi salah satu alternatif inovasi berbasis teknologi untuk meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi dalam mengonsumsi obat secara teratur.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2010). Metode Peneltian. *Jakarta: Rineka Cipta*.

Assishah. (2019). Upaya Penurunan Nyeri Dengan Terapi Musik Gamelan Jawa Pada Asuhan Keperawatan Hipertensi. *Pku Muhammadiyah Surakarta*, 2, 4–13.

Batubara, I. Y. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Padangmatinggi Tahun 2022.

Berhimpong, V. M. (2023). Pengaruh Short Message Service Reminder Terhadap Kepatuhan Minum Obat Anti Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kakaskasen. *Jurnal Ilmiah Obsgin: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan*, 15(4), 726–32.

Berliana, R., Fari, A. I., & Frisca, S. (2025). Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hemodialisa Di Rumah Sakit Palembang. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(3), 167–76.

Erpiyana, R., Yulendasari, R., Chrisanto, E. Y., & Ayu, S. A. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) On Hd Terhadap Ansietas Menggunakan Terapi Relaksasi Genggam Jari. *Journal Of Qualitative Health Research & Case Studies Reports*, 4(1), 14–19.

Manuntung, A. (2019). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Wineka Media.

Nasution, F., Andilala., & Siregar, A. A. (2021). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan,* 9(2), 94–102.

Nursalam. (2008). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Edisi Kedua*. Kedua. Jakarta: Salemba Medika.

Pratama, M. P., Al-Gifari, M. K. G., & A, Pertiwi. (2022). Aplikasi Notifikasi Tagihan Penggunaan Air Pelanggan Pdam Kota Makassar Berbasis Sms Gateway Menggunakan Metode Fifo (First In First Out). *Patria Artha Technological Journal*, 6(2), 168–73.

Rahmawati, N. A,, Rosyidah, T., & Marharani, A. (2016). Hubungan Pelaksanaan Senam Hamil Dengan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Iii Di Bidan Praktek Mandiri Supadmi, Kunden Bulu, Sukoharjo. *Involusi Jurnal Ilmu Kebidanan*, 7(12).

Saiful, M. (2022). Perencanaan Hidroterapi Yang Aman Dan Nyaman Di Umbul Jolotundo. Universitas Widya Dharma.

Savira, M. D., Kurniawati, H. F., Azizah, S. A. N., & Others. (2022). Pengaruh Kepatuhan Pengisian Surgical Safety Checklist Terhadap Patient Safety Di Instalasi Bedah Sentral Literature Review. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.

Savitri, N. Y. (2023). Pengaruh Edukasi Video Melalui Media Sosial Whatsapp Terhadap Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pituruh. Universitas Muhammadiyah Magelang.

Sudarmi, S., Wahyuni, I. G. A. P. S., Sundayani, L., & Angraeni, N. P. D. A. (2022). Efek Leaflet, Sms Reminder Terhadap Konsumsi Ttd Dan Peningkatan Hemoglobin Pada Kehamilan. *Media Bina Ilmiah*, 17(3), 473–84.

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.

Sumertini, N. P. A., Arisudhana, G. A. B., & Putra, P. W. K. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis Short Message Service (Sms) Terhadap Self Care Management Pada Pasien Tuberkulosis Di Kabupaten Klungkung: The Effect Of Sms-Based Health Education Towards Self-Care Management Experienced By Tuberculosis Patients In Klungkung Regency. *Journal Nursing Research Publication Media (Nursepedia)*, 1(1), 1–11.

Wahyudin, D., Supriyatna, N., & Mulyono, S. (2021). Pengaruh Health Coaching Pada Self Help Group Terhadap Efikasi Diri Dan Kepatuhan Program Pengobatan Pasien Tuberkulosis Paru Di Kota Sukabumi. *Jurnal Penelitian Kesehatan: Suara Forikes (Journal Of Health Research" Forikes Voice)*, 12, 73–77.

Yanita, N. I. S. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Bumi Medika.

Copyright©2026: Lina Herawati, M. Suhron, M. Hasinuddi, & Eny Susanti

Yunita, F., Veronica, R. I., Ratnasari, L., Suhendra, A., & Basuki, H. (2019). Rancang Bangun Aplikasi Kepatuhan Pengobatan Tbc. *Informatika Kedokteran: Jurnal Ilmiah*, 2(1), 54–69.

Yuswar, M. A., Rachmadani, E., & Untari, E. K. (2022). Identifikasi Dampak Interaksi Obat Antihipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Geriatri Hipertensi Yang Dirawat Inap Di Rsud Dr Soedarso Pontianak. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 8(1), 163–72.