



Kepatuhan terhadap Regimen Terapeutik pada Penderita Hipertensi di Kalangan Awak Kapal Motor

Akhmad Khunaeni^{1,2*}, Ani Haryani¹, Dewi Rahmawati¹, Darwis Manto Juli Manihuruk²

¹Universitas Faletihan

²PT. PELNI

*Corresponding Author: akhmad.khunaeni@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan kepatuhan jangka panjang terhadap pengobatan dan modifikasi gaya hidup. Kondisi kerja maritim, seperti pola kerja bergilir, keterbatasan ruang, dan akses layanan kesehatan yang terbatas, dapat menjadi hambatan kepatuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kepatuhan terhadap regimen terapeutik hipertensi pada awak kapal motor. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional* dan dilakukan pada April–Juni 2025 terhadap 129 responden yang dipilih secara purposif dari 156 awak kapal dengan hipertensi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner daring berbasis *Health Belief Model* dan teori kepatuhan pasien, mencakup lima domain: pengelolaan hipertensi, kepatuhan pengobatan, diet, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Dari 30 butir, 26 dinyatakan valid dengan reliabilitas sangat baik ($\alpha=0,938$). Analisis dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia ≥ 50 tahun (45,7%) dan masa kerja >20 tahun (54,3%). Sebanyak 61,2% memiliki kepatuhan baik. Proporsi tertinggi terdapat pada pengelolaan hipertensi (83,7%), diikuti pengelolaan stres (75,2%), diet (68,2%), aktivitas fisik (64,3%), dan kepatuhan pengobatan (54,3%). Mayoritas awak kapal menunjukkan kepatuhan yang relatif baik, namun kepatuhan pengobatan masih terendah. Diperlukan penguatan edukasi, pemantauan kepatuhan obat, dan jaminan ketersediaan obat selama pelayaran.

Kata Kunci: awak kapal, hipertensi, kepatuhan, regimen terapeutik

Adherence to Therapeutic Regimens among Motor Boat Crew with Hypertension

Abstract

Hypertension is a chronic disease that requires long-term adherence to medication and lifestyle modifications. Maritime working conditions, such as rotating work patterns, limited space, and limited access to healthcare, can be barriers to compliance. This study aimed to describe compliance with the therapeutic regimens of hypertension among the crew of motorboats. A descriptive quantitative study with a cross-sectional approach was conducted in April–June 2025 to 129 respondents who were purposively selected from 156 crew members with hypertension. Data were collected using an online questionnaire based on the Health Belief Model and patient compliance theory, covering five domains: hypertension management, medication adherence, diet, physical activity, and stress management. Of the 30 items, 26 were declared valid with very good reliability ($\alpha=0.938$). The analysis was carried out univariately. The results showed that most of the respondents were ≥ 50 years old (45.7%) and had a working period of >20 years (54.3%). As many as 61.2% had good compliance. The highest proportion was found in hypertension management (83.7%), followed by stress management (75.2%), diet (68.2%), physical activity (64.3%), and medication adherence (54.3%). The majority of the crew showed relatively good adherence, but medication adherence was still lowest. It is necessary to strengthen education, monitor drug compliance, and ensure the availability of drugs during the voyage.

Keywords: adherence, crew members, hypertension, therapeutic regimen

Pendahuluan

Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama pada kelompok usia dewasa di berbagai negara. World Health Organization (2025) menempatkan hipertensi sebagai faktor risiko penting bagi penyakit jantung, stroke, dan penyakit ginjal. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1% berdasarkan Risesdas 2018, sehingga pengendalian hipertensi tetap menjadi prioritas layanan kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Pengelolaan hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga pada kepatuhan terhadap diet, aktivitas fisik, pengelolaan stres, dan pemantauan kesehatan secara teratur. Tantangan utama dalam pengendalian hipertensi adalah sifat penyakit yang sering tidak bergejala sehingga pasien dapat menghentikan pengobatan ketika merasa sehat. Kondisi tersebut berisiko meningkatkan terjadinya komplikasi kardiovaskular dan menurunkan kualitas hidup penderita (Heidari et al., 2022; Iqbal & Jamal, 2023).

Pada populasi pekerja maritim, kepatuhan terhadap regimen terapeutik dapat menjadi lebih kompleks. Jadwal kerja yang panjang, tuntutan operasional yang tinggi, keterbatasan ruang gerak, pola makan di kapal, serta akses terhadap pelayanan kesehatan dan obat selama pelayaran merupakan faktor kontekstual yang perlu diperhatikan. Penelitian sebelumnya pada populasi kerja maritim juga menunjukkan bahwa hipertensi dan faktor risikonya masih ditemukan pada awak kapal dan pekerja pelabuhan (Asrun et al., 2023).

Faktor-faktor ini menunjukkan pentingnya penerapan pendekatan edukatif yang lebih intensif, terarah, dan bersifat personal dalam upaya meningkatkan kepatuhan awak kapal. Adapun pemberian edukasi tidak hanya difokuskan pada informasi yang sifatnya dasar mengenai penyakit hipertensi, tetapi perlu dikemas dalam bentuk konseling yang berkelanjutan yang lebih menekankan urgensi pemeriksaan rutin kesehatan, terutama dalam pemeriksaan tekanan darah (Hidayat & Agnesia, 2021).

Intervensi dengan pendekatan edukatif ini perlu diarahkan untuk memperkuat motivasi internal para awak kapal agar mereka mampu mempertahankan regimen terapeutik yang dianjurkan (Anggraini & Yunita, 2023).

Meskipun dihadapkan dengan faktor kelelahan secara psikologis individu dan tuntutan pekerjaan di lingkungan maritim yang berat. Pendekatan ini diharapkan mampu membangun kesadaran dan komitmen jangka panjang dalam pengelolaan penyakit hipertensi (Hidayat & Agnesia, 2021).

Pendekatan proaktif yang dapat membantu meningkatkan kepatuhan terapi adalah Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). Program ini merupakan salah satu strategi efektif dalam mendukung para penderita hipertensi menjalani terapi regimen dalam jangka panjang. Dalam hal ini, penderita hipertensi yang secara konsisten mengikuti kegiatan Prolanis cenderung memiliki tingkat kepatuhan terapi yang lebih baik dan disiplin (Kurnia & Sabichiyah, 2021).

Efektivitas Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) ini memberikan gambaran mengenai pendekatan edukatif dan pemantauan yang terkontrol. Intervensi yang menekankan edukasi dan pemantauan kesehatan secara rutin ini dapat menjadi strategi penting dalam meningkatkan kepatuhan terapi pada penderita hipertensi (Kurnia & Sabichiyah, 2021). Melalui kegiatan edukasi dan pendampingan secara terkontrol ini, awak kapal tidak hanya memperoleh pemahaman mengenai konsep penyakit dan pengobatannya, melainkan didukung dengan pentingnya pengelolaan hipertensi untuk jangka panjang (Hidayaturahmah & Syafitri, 2021).

Health Belief Model (HBM) dapat digunakan sebagai landasan konseptual untuk memahami perilaku kepatuhan pada penyakit kronis. Persepsi terhadap kerentanan, tingkat keparahan, manfaat tindakan, hambatan, dan isyarat untuk bertindak dapat memengaruhi perilaku pengelolaan hipertensi (Rosenstock, 1990; Glanz et al., 2008). Dalam konteks kerja maritim, pemahaman mengenai profil kepatuhan pada berbagai domain regimen terapeutik penting sebagai dasar penyusunan edukasi dan dukungan kesehatan kerja yang lebih terarah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kepatuhan terhadap regimen terapeutik hipertensi pada awak kapal motor PT PELNI, baik secara keseluruhan maupun pada subvariabel pengelolaan hipertensi, kepatuhan pengobatan, diet hipertensi, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Desain ini dipilih untuk memperoleh gambaran kepatuhan terhadap regimen terapeutik hipertensi pada satu periode pengamatan tanpa melakukan intervensi.

Penelitian dilaksanakan pada kapal-kapal motor PT PELNI yang beroperasi di perairan Indonesia selama April hingga Juni 2025. Populasi target adalah awak kapal motor PT PELNI yang menderita hipertensi. Populasi terjangkau adalah awak kapal yang aktif bekerja, tergabung dalam grup WhatsApp kapal pada saat pengumpulan data, dan dapat mengakses tautan kuesioner daring.

Sampel ditentukan menggunakan teknik purposive sampling. Kriteria inklusi meliputi: telah mendapat diagnosis hipertensi dari tenaga kesehatan berdasarkan laporan diri responden, bersedia mengikuti penelitian, dan memiliki masa kerja minimal enam bulan. Kriteria eksklusi adalah respons yang tidak lengkap dan data ganda. Dari populasi 156 orang, perhitungan menggunakan rumus Slovin menghasilkan kebutuhan sampel minimal 124 responden. Sebanyak 136 responden mengisi kuesioner, kemudian 7 data ganda dikeluarkan sehingga jumlah data valid yang dianalisis adalah 129 responden.

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang dikembangkan peneliti berdasarkan Health Belief Model (Rosenstock, 1990; Glanz et al., 2008) dan teori kepatuhan pasien (Becker & Maiman, 1975). Penyusunan item diarahkan untuk merepresentasikan persepsi dan perilaku yang berkaitan dengan pengelolaan hipertensi, kepatuhan terhadap pengobatan, diet hipertensi, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Kuesioner menggunakan skala Likert dan disebarluaskan secara daring melalui Google Form.

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada sekitar 20 awak kapal selain awak kapal PT PELNI yang singgah di Pelabuhan Makassar, Sulawesi Selatan. Dari 30 butir awal, 26 butir dinyatakan valid pada taraf signifikansi 5% ($r_{hitung} > 0,444$). Nilai Cronbach's alpha sebesar 0,938 menunjukkan reliabilitas internal yang sangat baik.

Analisis data dilakukan secara univariat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Skor total dan subskor disajikan dalam kategori baik/patuh dan kurang baik/kurang patuh sesuai scoring sheet instrumen penelitian. Karena instrumen ini disusun peneliti dan belum memiliki

titik potong baku eksternal, kategorisasi digunakan secara terbatas untuk kepentingan deskriptif, bukan untuk penetapan status klinis maupun pengujian hubungan antarvariabel.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Universitas Faletehan dengan nomor: 002340/UNIVERSITAS FALETEHAN/2025.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik responden disajikan pada Tabel 1. Kelompok usia terbanyak adalah ≥ 50 tahun (45,7%), sedangkan penderita hipertensi dengan masa kerja terbanyak adalah >20 tahun (54,3%).

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=129)

Variabel	n	%
Lama bekerja		
5–10 tahun	26	20,2
11–20 tahun	33	25,6
>20 tahun	70	54,3
Usia		
<30 tahun	9	7,0
30–39 tahun	30	23,3
40–49 tahun	31	24,0
≥ 50 tahun	59	45,7

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori baik untuk kepatuhan regimen terapeutik secara keseluruhan (61,2%). Domain dengan proporsi tertinggi adalah pengelolaan hipertensi (83,7%), sedangkan proporsi terendah terdapat pada kepatuhan terhadap pengobatan (54,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa kepatuhan tidak merata pada semua domain regimen terapeutik.

Table 2. Distribusi Kepatuhan terhadap Regimen Terapeutik Hipertensi (n-129)

Variabel	n	%
Regimen terapeutik (total)		
Kurang baik	50	38,8
Baik	79	61,2
Pengelolaan hipertensi		
Kurang baik	21	16,3
Baik	108	83,7
Kepatuhan terhadap pengobatan		
Kurang patuh	59	45,7
Patuh	70	54,3
Kepatuhan diet hipertensi		
Kurang patuh	41	31,8

Patuh	88	68,2
Kepatuhan aktivitas fisik		
Kurang patuh	46	35,7
Patuh	83	64,3
Pengelolaan stres		
Kurang baik	32	24,8
Baik	97	75,2

Penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok usia terbesar pada awak kapal dengan hipertensi adalah ≥ 50 tahun dan lebih dari separuh responden telah bekerja >20 tahun. Temuan ini menggambarkan bahwa responden didominasi oleh pekerja yang telah lama berada dalam lingkungan kerja maritim. Dominasi usia lanjut juga sejalan dengan peningkatan risiko hipertensi akibat proses penuaan, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah. Namun demikian, karena penelitian ini bersifat deskriptif, karakteristik tersebut tidak dapat ditafsirkan sebagai faktor yang memengaruhi kepatuhan, melainkan hanya sebagai profil responden penelitian.

Secara umum, sebagian besar responden berada pada kategori baik dalam kepatuhan terhadap regimen terapeutik hipertensi. Proporsi tertinggi terdapat pada domain pengelolaan hipertensi dan pengelolaan stres. Hasil ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden telah memiliki pemahaman dan kesadaran yang cukup baik mengenai pentingnya pengendalian hipertensi, serta mampu mengimplementasikan sebagian perilaku pengelolaan diri. Temuan ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa kepatuhan pada pasien hipertensi dapat meningkat ketika pasien memahami manfaat pengobatan dan pengendalian penyakit kronis (Kurnia & Sabichiyah, 2020). Dengan kata lain, aspek kognitif berupa pengetahuan dan persepsi terhadap manfaat tampaknya berperan dalam membentuk perilaku kepatuhan yang lebih baik.

Meski demikian, domain kepatuhan terhadap pengobatan menunjukkan proporsi terendah dibanding domain lain. Temuan ini menjadi perhatian penting mengingat kepatuhan minum obat merupakan komponen utama pengendalian tekanan darah. Dalam konteks kerja maritim, terdapat sejumlah kondisi yang berpotensi menjadi hambatan dalam kepatuhan minum obat yang dapat dipengaruhi oleh kelelahan kerja, keterbatasan konsultasi saat pelayaran, serta ketersediaan obat selama cuti atau ketika kapal berada pada rute

panjang. Secara konseptual, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai hambatan (*perceived barriers*) yang memengaruhi perilaku kepatuhan individu. Penelitian lain juga melaporkan bahwa kompleksitas regimen dan hambatan praktis dapat menurunkan kepatuhan pengobatan pada pasien hipertensi (Yasin & Chaerani, 2022).

Kepatuhan terhadap diet hipertensi dan aktivitas fisik pada penelitian ini berada pada kategori sedang cenderung baik. Walaupun proporsi responden yang patuh cukup tinggi, hasil tersebut masih menunjukkan ruang perbaikan. Pada lingkungan kerja kapal pemenuhan diet sehat sangat dipengaruhi oleh logistic dan ketersediaan bahan makanan, sedangkan aktivitas fisik dipengaruhi oleh keterbatasan ruang, jadwal kerja, dan kondisi kelelahan. Oleh karena itu, intervensi yang bersifat kontekstual menjadi penting, melalui dukungan organisasi berupa penyediaan menu yang lebih sesuai, edukasi gizi yang praktis, dan aktivitas fisik yang realistis untuk setting kapal. Pendekatan ini berpotensi membantu keberlanjutan dan mempertahankan kepatuhan pada dua domain tersebut.

Pada domain pengelolaan stres menunjukkan proporsi baik yang relatif tinggi. Temuan ini dapat mengindikasikan adanya strategi adaptasi individu maupun dukungan sosial di lingkungan kerja, seperti interaksi antar awak kapal yang dapat menjadi sumber coping. Namun demikian, hasil ini tetap perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena seluruh data dikumpulkan menggunakan self-report. Responden mungkin melaporkan perilaku yang lebih baik daripada kondisi sebenarnya, terutama pada aspek yang bernilai sosial positif, seperti kemampuan mengendalikan stres atau mematuhi anjuran kesehatan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kepatuhan *crew* kapal PT. PELNI terhadap regimen terapeutik hipertensi tergolong tinggi, meskipun dipengaruhi oleh faktor lingkungan kerja maritim yang ketat namun tetap memiliki pengawasan medis yang baik dalam membentuk perilaku kepatuhan. Temuan ini menekankan pentingnya pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek fisik, psikologis, dan perilaku dalam pengelolaan hipertensi untuk mencapai hasil kesehatan yang optimal.

Dalam hal ini, manajemen kapal dapat melakukan pendekatan yang melibatkan penyediaan fasilitas kesehatan yang memadai,

serta dukungan sosial yang konsisten diyakini dapat mengatasi hambatan-hambatan yang masih ada, seperti keterbatasan logistik dan stres kerja. Oleh karena itu, pendekatan edukatif menjadi kunci dalam mempertahankan kepatuhan, terutama para *crew* kapal dengan usia dan masa kerja yang panjang, yang rentan mengalami kejenuhan dalam menjalankan terapi untuk tetap konsisten dalam kepatuhan regimen terapeutik hipertensi.

Dengan demikian, penelitian ini menekankan pada sebuah pemahaman bahwa kepatuhan terhadap regimen terapeutik hipertensi yang dijalankan oleh *crew* kapal PT. PELNI merupakan serangkaian kerjasama yang berkesinambungan dan terencana untuk menekan risiko komplikasi hipertensi, meningkatkan kualitas hidup, dan produktivitas, serta meningkatkan kunjungan klinik para *crew* kapal. Temuan ini menjadi dasar penting dalam program kesehatan untuk mengelola hipertensi yang berorientasi pada sektor maritime.

Simpulan

Mayoritas awak kapal motor PT PELNI dengan hipertensi dalam penelitian ini menunjukkan kepatuhan yang relatif baik terhadap regimen terapeutik hipertensi, dengan proporsi tertinggi pada domain pengelolaan hipertensi dan pengelolaan stres, sedangkan kepatuhan terhadap pengobatan merupakan domain yang paling perlu mendapat perhatian. Temuan ini menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi di lingkungan kerja maritim perlu diperkuat melalui edukasi berkelanjutan, pemantauan rutin, dukungan ketersediaan obat, dan strategi praktis yang sesuai dengan kondisi kerja di kapal agar pengendalian tekanan darah dapat dipertahankan secara optimal.

Referensi

Anggraini, N. V., & Yunita, D. (2023). Analysis Of Nursing Care with Walking Sports Intervention to Reduce Sedentary Behavior in Children with Obesity In Rt 03 Rw 09 Grogol, Limo, Depok. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 8(2), 93–98. <https://doi.org/10.20473/ijchn.v8i2.46134>

Asrun, A., Wahiduddin, Ansariadi, Amiruddin, R., Balqis, Zainuddin, A. A., & Mallongi, A. (2023). Analysis of risk factors for hypertension in ship crews of seaports work coverage for Poso Port Health Office, Bungku working area. *Journal of Law and Sustainable*

Development, 11(10), e926. <https://doi.org/10.55908/sdgs.v11i10.926>

Becker, M. H., & Maiman, L. A. (1975). Sociobehavioral determinants of compliance with health and medical care recommendations. *Medical Care*, 13(1), 10–24. <https://doi.org/10.1097/00005650-197501000-00002>

Glanz, K., Lewis, F. M., & Rimer, B. K. (Eds.). (2008). *Health behavior and health education: Theory, research, and practice*. Jossey-Bass/Wiley.

Heidari, B., Avenatti, E., & Nasir, K. (2022). Pharmacotherapy for essential hypertension: A brief review. *Methodist DeBaakey Cardiovascular Journal*, 18(5), 5–16. <https://doi.org/10.14797/mdevj.1175>

Hidayat, R., & Agnesia, Y. (2021). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Pulau Jambu Uptd Blud Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 5(1), 8–10. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>

Hidayaturahmah, R., & Syafitri, Y. O. (2021). Rasionalitas Penggunaan Obat Antihipertensi Di Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Periode Januari-Juni 2021. *Jurnal Farmasi Malahayati*, 4(2), 227–236.

Iqbal, A. M., & Jamal, S. F. (2023). Essential hypertension. In *StatPearls*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/>

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Prevalensi, dampak, serta upaya pengendalian hipertensi & diabetes di Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.

Kurnia, D. A., & Sabichiyah, N. A. (2020). Gambaran kepatuhan regimen terapi pada klien hipertensi di wilayah Puskesmas Gombang II. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 5(1), 33–40. <https://doi.org/10.32419/jppni.v5i1.214>

Rosenstock, I. M. (1990). *The health belief model: Explaining health behavior through expectancies*.

World Health Organization. (2025). *Hypertension*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension>

Yasin, D. D. F., & Chaerani, E. (2022). Regimen terapeutik sebagai prediktor kepatuhan minum



obat pada pasien hipertensi. *Journal of Nursing Care and Biomoleculer*, 7(1), 105–110. <https://doi.org/10.32700/jnc.v7i1.263>