

PENGARUH BUKU HARIAN UNTUK MENINGKATKAN KEPATUHAN PADA PASIEN HIPERTENSI: Studi Kuasi Eksperimen pada Pasien Hipertensi

Amilatul Khoiriyah¹, Annastasia Ediati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

amilatulkhoiriyah@gmail.com

Abstrak

Kepatuhan merupakan faktor penting dalam keberhasilan program pengobatan penyakit kronis, termasuk hipertensi. Berbagai macam kondisi dan komplikasi penyakit, kecacatan dan kematian dapat dicegah melalui pengontrolan perilaku dan kepatuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh buku harian dalam meningkatkan kepatuhan pada pasien hipertensi. Desain eksperimen yang digunakan adalah *nonrandomized pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian berjumlah 23 orang merupakan pasien rawat jalan di RSUD Kota Semarang. Pemilihan subjek dilakukan dengan metode *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Skala Kepatuhan *Hill-Bone High Blood Pressure*. Perlakuan pada kelompok eksperimen berupa pemberian buku harian yang harus diisi oleh subjek setiap hari selama empat minggu berturut-turut. Hasil pengujian hipotesis dengan teknik statistik nonparametrik *Wilcoxon Test* pada kelompok eksperimen menunjukkan kepatuhan kelompok eksperimen lebih tinggi setelah menggunakan buku harian ($Mdn_{Pretest}=11$; $Mdn_{Posttest}=10$; $p=0,019$). Hasil perhitungan *Mann-Whitney U Test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan kepatuhan kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol ($Mdn_{Eksperimen}=10$; $Mdn_{Kontrol}=13$; $p=0,003$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan buku harian untuk membantu meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan hipertensi.

Kata kunci: kepatuhan, buku harian, pasien hipertensi

Abstract

Compliance is an important factor in treating chronic illness, including hypertension. Deformity and death can be prevented by behavior control and patient's compliance for all kind of illness. The aim of this study is to determine the influence of the diary for increasing hypertension patient's compliance. This is a nonrandomized pretest-posttest control group design. The participants were 23 patients registered in outpatient clinic of the RSUD Kota Semarang. A purposive sampling method is applied in selecting study sample. The Indonesian translation of the Hill-Bone High Blood Pressure Scale was applied to measure compliance. The experiment group received a diary book to record the frequency of taking medication during period of four weeks. The results of the Wilcoxon test indicated that patients who received diary book were scored higher after four weeks of using diary book than before using diary book ($Mdn_{Pretest}=11$; $Mdn_{Posttest}=10$; $p = .019$). The results of the Mann-Whitney U test showed that the patients who received diary book were scored higher than patients who did not received diary book ($Mdn_{Experiment}=10$; $Mdn_{Control}=13$; $p = .003$). experimental group has higher result in compliance. It can be concluded that the using diary book can help to improve compliance of patients with hypertension.

Keyword: compliance, diary book, hypertension

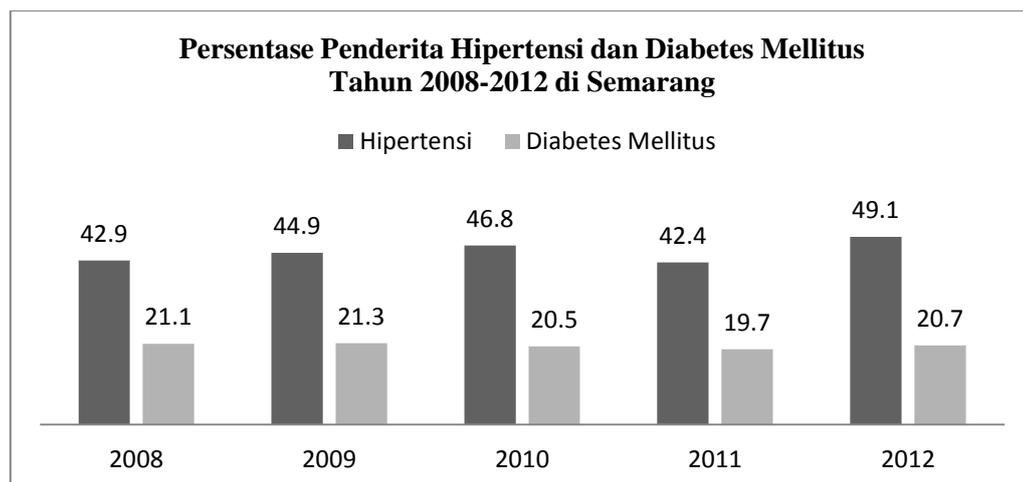
PENDAHULUAN

Pola penyakit di Indonesia telah mengalami perubahan yaitu dari penyakit menular (PM) ke penyakit tidak menular (PTM). Penyakit tidak menular mempunyai dampak negatif sangat besar karena merupakan penyakit kronis. Dampak tersebut menjadikan berbagai tingkatan aktivitas manusia terganggu dan serba terbatas karena menyesuaikan diri dengan jenis dan gradasi dari penyakit tidak menular yang dideritanya. Kondisi penting yang harus mendapatkan perhatian lebih adalah bahwa penyakit tidak menular merupakan penyebab kematian tertinggi dibanding dengan penyakit menular (Dinkes Provinsi Jateng, 2012).

Salah satu penyakit yang tergolong dalam penyakit tidak menular adalah hipertensi (Dinkes Provinsi Jateng, 2012). Penderita hipertensi di seluruh dunia mencapai hampir satu miliar orang. Idealnya, pengobatan hipertensi lebih ditingkatkan oleh segala lini masyarakat untuk menurunkan tingkat berkembangnya penyakit tersebut. Namun menurut data WHO (dalam Shanty, 2011) dari 50% penderita hipertensi, hanya 25% yang memperoleh pengobatan dan 12,5% yang dapat diobati dengan baik.

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, kasus tertinggi penyakit tidak menular pada tahun 2012 dari total 1.212.167 kasus yang dilaporkan sebesar 66,51% (806.208 kasus) adalah penyakit jantung dan pembuluh darah, termasuk di dalamnya yang banyak diderita adalah penyakit hipertensi esensial, yaitu 67,57% atau sejumlah 554.771 kasus (Dinkes Provinsi Jateng, 2012).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Semarang (2012), menunjukkan bahwa kasus terjadinya penyakit tidak menular yang menempati angka tertinggi adalah hipertensi dan diabetes mellitus. Nampak bahwa prevalensi hipertensi naik dari tahun 2008 hingga 2010. Terjadi penurunan pada tahun 2011, namun mengalami kenaikan pada tahun 2012. Persentase kedua penyakit tersebut sebagai berikut:



Gambar 1. Persentase Penderita Hipertensi dan Diabetes Mellitus Tahun di Semarang
(Sumber: Dinkes Semarang, 2012)

Hipertensi disebut *the silent disease* karena gejalanya cenderung tidak tampak secara nyata dan penderitanya tidak merasa kesakitan sebelumnya sehingga hipertensi hanya dapat diketahui dengan cara mengukur tekanan darah secara teratur. Hipertensi selain mengakibatkan angka kematian yang tinggi juga berdampak pada mahalnnya pengobatan dan perawatan yang harus ditanggung oleh penderita (Syafrudin, Damayani, & Delmaifanis, 2011).

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan, namun dapat dikendalikan tingkat keparahannya, yaitu melalui modifikasi gaya hidup (Widiarti, Yudha, Wahyuningsih, Tiar, & Ariani, 2012) dan pengobatan (Syafrudin, Damayani, & Delmaifanis, 2011). Upaya pengendalian tersebut dapat dicapai melalui kepatuhan penderita hipertensi terhadap program pengobatan yang telah dianjurkan oleh profesional medis.

Menurut Baughman dan Hackley (2000), penderita hipertensi memiliki potensi untuk tidak patuh terhadap program perawatan diri. Pasien yang tidak patuh terhadap pengobatan dapat memperburuk kondisi pasien tersebut karena ketidakpatuhan pasien dapat merujuk pada prognosis yang lebih buruk daripada pasien yang patuh terhadap pengobatan. Ketidakpatuhan meningkatkan jumlah kejadian penyakit kardiovaskular, biaya kesehatan lebih mahal dan memperburuk kualitas kesehatan. Sebagian pasien hipertensi tidak minum obat secara teratur atau minum obat apabila dirasa perlu. Hal ini sangat berbahaya karena dapat lebih meningkatkan tekanan darah sebelumnya dan dapat meningkatkan risiko komplikasi akibat hipertensi.

Salah satu metode yang dapat meningkatkan kepatuhan pasien adalah penggunaan buku harian kesehatan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2014) buku harian adalah buku tulis yang berisi tentang catatan kegiatan yang dilakukan atau kejadian yang dialami setiap hari. Sedangkan Sujanto (1996) mendefinisikan buku harian sebagai metode yang digunakan untuk mengumpulkan keterangan-keterangan, informasi-informasi ataupun data dengan buku harian sebagai sumber utamanya. Penggunaan buku harian sebagai sumber data adalah oleh karena penulis buku harian menggunakan buku hariannya sebagai tempat untuk mencurahkan segala gelora jiwa sepuasnya, hingga tentang rahasia hidupnya.

Sitairesmi, Mostert, Gundy, Ismail, dan Veerman (2013) menguji penggunaan buku harian kesehatan pada penyakit leukimia. Hasil dari penelitian tersebut adalah buku harian kesehatan berguna untuk meningkatkan kelangsungan hidup anak-anak pengidap leukimia, terutama pada pasien dengan ibu yang berpendidikan tinggi.

Penelitian lain tentang penggunaan buku harian dilakukan pada remaja yang memiliki penyakit radang sendi (Stinson, dkk, 2008). Hasil penelitian menunjukkan bahwa buku harian berguna untuk meningkatkan kepatuhan sebesar 72,9% pada pengukuran pertama, dan pada pengukuran kedua tingkat kepatuhan sebesar 70,5%.

Buku harian juga digunakan pada orang dewasa yang mengalami obesitas (Burke, Swigart, Turk, Derro, & Ewing, 2009). Buku harian digunakan sebagai media monitoring diri untuk mencatat perilaku makan dan olahraga subjek sehari-sehari. Penelitian ini menemukan tiga tipe subjek, yaitu tipe yang merasa mampu melakukan monitoring diri dengan tingkat kepatuhan tinggi, tipe yang merasa monitoring diri hanya sebatas pemenuhan tugas penelitian dengan tingkat kepatuhan sedang, dan tipe yang tidak patuh karena tidak memiliki dukungan yang baik dari sekitar.

Buku harian dapat digunakan sebagai media pengelolaan diri agar pasien hipertensi melakukan program pengobatan secara patuh. Buku harian didesain untuk memuat informasi tertulis terkait penyakit hipertensi. Hal ini sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Ley dan Moris (dalam Ogden, 2007) bahwa informasi tertulis dapat meningkatkan kepatuhan pasien sebanyak 60%.

Penelitian Mullen, dkk (dalam Ogden, 2007) memperkuat penemuan tentang peranan informasi untuk meningkatkan kepatuhan. Penelitian tersebut menggunakan meta-analisis untuk mengkaji efek informasi instruksional dan pendidikan terhadap kepatuhan. Hasilnya adalah 64% pasien lebih patuh bila pasien diberikan informasi dan pendidikan oleh profesional medis.

Kepatuhan dikenal memiliki dua istilah yang digunakan secara bergantian, yaitu *compliance* dan *adherence*. *Compliance* didefinisikan sebagai sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan rekomendasi resep. Namun, penggunaannya menurun karena menyiratkan kurangnya keterlibatan pasien. *Adherence* didefinisikan sebagai sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan kesepakatan berdasarkan rekomendasi pengobatan. Istilah tersebut telah diadopsi oleh banyak orang sebagai alternatif untuk menjelaskan tentang kepatuhan dalam upaya menekankan bahwa pasien bebas untuk memutuskan bersedia mematuhi rekomendasi dokter atau tidak, dan jika terjadi kegagalan dalam prosesnya maka tidak dapat dijadikan alasan untuk menyalahkan pasien. *Adherence* mengembangkan definisi *compliance* dengan menekankan perlunya kesepakatan (Horne, 2005).

Rekomendasi untuk meningkatkan kepatuhan, yaitu:

a. Informasilisan

Ley (dalam Ogden, 2007) mengemukakan bahwa salah satu cara untuk meningkatkan kepatuhan adalah dengan cara meningkatkan komunikasi dari segi isi informasi yang disampaikan kepada pasien. Faktor-faktor tersebut adalah efek keutamaan, menekankan pentingnya kepatuhan. Menyederhanakan informasi, menggunakan pengulangan, memberikan informasi yang spesifik, dan menindaklanjuti konsultasi dengan memberikan wawancara tambahan.

b. Informasi tertulis

Peneliti terdahulu juga mengkaji penggunaan informasi tertulis dalam meningkatkan kepatuhan. Ley dan Morris (dalam Ogden, 2007) meneliti efek informasi tertulis tentang pengobatan dan menemukan terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 90% dan peningkatan kepatuhan sejumlah 60%.

Berbagai macam studi penelitian tentang pasien hipertensi dan kepatuhan pada pemaparan latar belakang di atas, menunjukkan bahwa kepatuhan pada pasien hipertensi penting untuk diteliti. Penggunaan buku harian terbukti bermanfaat bagi pasien leukimia, pasien radang sendi, dan pasien obesitas, namun belum diketahui pengaruhnya pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, penggunaan buku harian perlu diuji berpengaruh atau tidak untuk meningkatkan kepatuhan pada pasien hipertensi. Peneliti merumuskan tujuan dari penelitian adalah adakah pengaruh buku harian terhadap peningkatan kepatuhan pada pasien hipertensi?.

METODE

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 23 pasien hipertensi, yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu 11 orang pada kelompok eksperimen dan 12 orang pada kelompok kontrol. Adapun karakteristik subjek penelitian adalah pasien hipertensi yang terdaftar sebagai pasien rawat jalan di RSUD Kota Semarang, dapat membaca dan menulis, belum pernah mengikuti penelitian sejenis, dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Penelitian eksperimen ini dilakukan menggunakan desain eksperimen *non-randomized pretest-posttest control group design*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala Kepatuhan *Hill-Bone High Blood Pressure*. Subjek penelitian diminta untuk mengisi buku harian selama empat minggu. Buku harian telah disusun secara khusus oleh peneliti. Buku harian terdiri dari poin-poin yang harus diisi oleh subjek berkaitan dengan aktivitas minum obat dan atau diet garam.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji hipotesis. Pengujian hipotesis menggunakan metode statistik nonparametrik dengan dua cara, yaitu *Mann-Whitney U Test* dan *Wilcoxon Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data diperoleh bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan. Terbukti dari hasil perhitungan menggunakan *Mann-Whitney U Test* diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,003 < p (0,05)$, artinya bahwa ada perbedaan kepatuhan pada pasien hipertensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan berupa buku harian.

Pada kelompok eksperimen menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Terbukti dari hasil perhitungan signifikansi menggunakan *Wilcoxon Test* diperoleh nilai sebesar $0,019 < p (0,05)$. Artinya bahwa buku harian dalam penelitian ini dapat meningkatkan kepatuhan pada pasien hipertensi

Berdasarkan analisis tersebut menunjukkan bahwa secara umum ada pengaruh buku harian untuk meningkatkan kepatuhan pada pasien hipertensi. Peningkatan kepatuhan dengan menggunakan buku harian dapat dikatakan terjadi karena buku harian merupakan alat yang menunjukkan adanya regulasi diri yang baik pada pasien hipertensi. Pasien hipertensi memiliki keyakinan diri bahwa kemampuan mengorganisir dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari untuk membentuk perilaku minum obat dan atau diet garam (Prochaska dkk, dalam Zimmerman, 2000).

Pengisian buku harian yang dilakukan setiap hari selama empat minggu berturut-turut dapat menciptakan kebiasaan yang baik pada pasien hipertensi agar minum obat dan atau diet garam secara teratur (Prochaska dkk, dalam Zimmerman, 2000). Ketika suatu perilaku telah menjadi kebiasaan, maka dengan sendirinya alam bawah sadar akan memberikan *alert* pada pasien hipertensi untuk minum obat dan atau diet garam sesuai jadwal.

Keyakinan diri dan kebiasaan yang baik selanjutnya dapat mempengaruhi gaya hidup pada pasien hipertensi. Gaya hidup merupakan suatu pilihan yang ditempuh seseorang dengan menyadari dan menerima segala konsekuensinya baik bersifat positif maupun negatif (Dariyo, 2003). Konsekuensi yang diterima oleh pasien hipertensi ketika mematuhi program pengobatan adalah tekanan darah menjadi stabil, mencegah komplikasi penyakit, kecacatan dan kematian (Falvo, 2004). Sebaliknya, konsekuensi yang diterima ketika tidak patuh adalah meningkatnya jumlah kejadian penyakit kardiovaskuler, biaya kesehatan mahal, memperburuk kualitas kesehatan (Baughman & Hackley, 2000) dan meningkatkan tekanan darah (Shanty, 2011).

Pengumpulan data kualitatif menggunakan Kuesioner Pengaruh Buku Harian mendukung terjadinya keberhasilan penggunaan buku harian. Subjek menyebutkan bahwa buku harian memberikan manfaat dalam kehidupan sehari-hari, di antaranya adalah sebagai alat kontrol atau alat pantau untuk menaati aturan pengobatan hipertensi, tekanan darah menjadi normal, penyemangat minum obat, dan selalu ingat atau disiplin untuk minum obat dan atau diet garam. Target subjek rajin minum obat dan atau diet garam adalah agar selalu sehat dan dapat mencapai tekanan darah yang normal (Kanfer dalam Febbaro & Clum, 2008).

Buku harian digunakan sebagai alat untuk melakukan evaluasi diri, yaitu membandingkan perilaku saat ini dengan target yang ingin dicapai untuk mengetahui sejauh mana kemajuannya (Kanfer dalam Febbaro & Clum, 2008). Buku harian disajikan dalam bentuk kolom-kolom mingguan sehingga subjek dapat membandingkan kemajuan minum obat dan atau diet garam dari minggu ke minggu.

Kadzin (dalam Febbaro & Clum, 2008) mengungkapkan bahwa penguatan diri paling efektif, ketika individu menentukan bahwa hal tersebut diperlukan dan dijalankan. Ketika pasien hipertensi merasa bahwa minum obat dan atau diet garam perlu untuk dijalankan, maka telah terjadi penguatan dalam diri pasien hipertensi. Penguatan diri dilakukan dengan memberikan penghargaan atau memberi hukuman kepada diri individu sesuai hasil yang telah dicapai (Kanfer dalam Febbaro & Clum, 2008).

Salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan adalah dengan cara memberikan edukasi kepada pasien tentang penyakit hipertensi dan pentingnya pengobatan untuk mengendalikannya (Zimmerman, Safer, Leventhal, & Baumann dalam Taylor, 2009). Buku harian dilengkapi dengan informasi mengenai penyakit hipertensi agar pengetahuan pasien mengalami peningkatan. Hasil penelitian Ekarini (2012) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan pasien hipertensi menemukan bahwa subjek yang memiliki pengetahuan tinggi akan memiliki kepatuhan yang tinggi dalam menjalani pengobatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh buku harian untuk meningkatkan kepatuhan pada pasien hipertensi. Kelompok eksperimen menunjukkan kepatuhan yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol setelah perlakuan diberikan ($MdnE = 10$; $MdnK = 13$; $p = 0,003$). Kepatuhan kelompok eksperimen

sesudah perlakuan lebih tinggi daripada sebelum perlakuan (MdnPre = 11; MdnPost = 10; $p = 0,019$).

DAFTAR PUSTAKA

- Baughman, D. C. & Hackley, J. C. (2000). *Keperawatan medikal-bedah: Buku saku untuk Brunner dan Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Burke, L. E., Swigart, V., Turk, M. W., Derro, N., & Ewing, L. J. (2009). Experiences of self-monitoring: Successes and struggles during treatment for weight loss. *NIHPA Author Manuscripts, 19*(6), 815-828.
- Dariyo, A. (2003). *Psikologi perkembangan dewasa muda*. Jakarta: Gramedia.
- Dinkes Provinsi Jawa Tengah. (2012). *Profil kesehatan Jawa Tengah*. Semarang: Dinkes Jateng.
- Dinkes Kota Semarang. (2012). *Profil kesehatan Semarang*. Semarang: Dinkes Semarang.
- Ekarini, D. (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan klien hipertensi dalam menjalani pengobatan di Puskesmas Gondangrejo Karanganyar. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surakarta: STIKES Husada.
- Falvo, D. R. (2004). *Effective patient education: A guide to increased compliance*. Kanada: Jones and Bartlett Publishers.
- Febbraro, G. A. R., & Clum, G. A. (2008). Self-regulation theory and self-help therapies. Dalam Watkins, P. L., & Clum, G. A. *Handbook of self help therapies*. New York: Routledge.
- Horne, Rob. (2005). Communal Aspects of Self-Regulation. Dalam M. Boekaerts, P.R. Pintrich & M. Zeidner (Ed). *Handbook of Self-Regulation*. San Diego: Academic Press.
- KBBI online. (2014). Diambil dari <http://kbbi.web.id/buku>.
- Ogden, J. (2007). *Health psychology*. London: Mc Graw Hill Education.
- Shanty, M. (2011). *Silent killer diseases: Penyakit yang diam-diam mematikan*. Jakarta: Javalitera.
- Sitairesmi, M. N., Mostert, S., Gundy, C. M., Ismail, D., & Veerman, J. P. (2013). *A Medication Harian-Book for Pediatric Patients With Acute Lymphoblastic Leukemia in Indonesia*. Diunduh dari

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=A+Medication+Harian-Book+for+Pediatric+Patients+With+AcuteLymphoblastic+Leukemia+in+Indonesia>.

Stinson, J. N., Petroz, G. C., Stevens, B. J., Feldman, B. M., Streiner, D., McGrath, P. J., & Gill, N. (2008). Working out the kinks: Testing the feasibility of an electronic pain diary for adolescents with arthritis. *Pain Res Manag*, 13(5): 375-382. Diunduh dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2799260/>.

Sujanto, A. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Syafrudin., Damayani, A. D., & Delmaifanis. (2011). *Himpunan penyuluhan kesehatan*. Jakarta: Trans Info Media.

Widiarti, D., Yudha, E.K., Wahyuningsih, E., Tiar, E., & Ariani, F. (2012). *Kapita selekta penyakit: Dengan implikasi keperawatan*. Jakarta: EGC.

Taylor, S. E. (2009). *Health psychology; Seventh edition*. Singapore: McGraw-Hill Education (Asia).

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation. Dalam M. Boekaerts, P. R., Pintrich., & M. Zeidner (Ed.). *Handbook of self-regulation*. San Diego: Academic Press.