# BAB I
# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling sering dialami oleh lansia dan dapat meningkatkan risiko terjadinya stroke serta penyakit jantung. Pengelolaan hipertensi pada lansia umumnya dilakukan melalui pengobatan jangka panjang. Oleh karena itu, kepatuhan lansia dalam minum obat sesuai jadwal dan dosis yang dianjurkan sangat penting. Namun, pada kenyataannya ketidakpatuhan minum obat masih sering terjadi, terutama pada lansia yang tinggal di panti werdha. Penelitian oleh (Asseggaf & Ulfah, 2022) menunjukkan bahwa sebagian pasien hipertensi tidak mencapai target tekanan darah karena tidak mengonsumsi obat secara teratur, baik dari segi waktu maupun dosis. Ketidakpatuhan tersebut disebabkan oleh berbagai faktor, seperti lupa, efek samping obat, kurangnya dukungan sosial, serta kurangnya pengawasan dari petugas kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diperlukan strategi intervensi yang tidak hanya mengidentifikasi hambatan kepatuhan, tetapi juga mampu mendukung perubahan perilaku minum obat lansia secara bertahap dan berkelanjutan

Secara global, prevalensi hipertensi pada lansia masih tergolong tinggi. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 60–70% lansia hidup dengan hipertensi dan kondisi ini menjadi salah satu penyebab utama kematian akibat stroke dan penyakit jantung iskemik (Nugroho et al., 2025). Survey Kesehatan Indonesia (*2023*) menunjukkan

bahwa prevalensi hipertensi pada lansia mencapai 30,8%, sedangkan di Provinsi Jawa Timur mencapai 36,3%. Di tingkat lokal, Profil Kesehatan Kabupaten Tulungagung mencatat prevalensi hipertensi sebesar 29,96%, dengan angka yang lebih tinggi pada kelompok usia 65–74 tahun dan di atas 75 tahun. Permasalahan hipertensi pada lansia tidak hanya berkaitan dengan tingginya angka kejadian, tetapi juga berkaitan dengan keberhasilan pengelolaan penyakit melalui kepatuhan terhadap terapi farmakologis. Ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi dapat menyebabkan tekanan darah tidak terkontrol dan meningkatkan risiko komplikasi. Data tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama pada lansia, sehingga perilaku ketidakpatuhan minum obat tidak dapat diabaikan.

Dalam studi pendahuluan pada tanggal 01 Desember 2025 di UPT PSTW Blitar di Tulungagung menunjukkan bahwa beberapa lansia hipertensi masih mengalami hambatan dalam kepatuhan minum obat, seperti lupa mengonsumsi obat sesuai jadwal, menunggu pengingat dari petugas, serta belum memahami pentingnya konsumsi obat secara rutin meskipun tidak merasakan gejala hipertensi. Kondisi ini dipengaruhi oleh penurunan daya ingat lansia, perasaan tidak adanya keluhan yang dirasakan, serta kejenuhan karena harus menjalani pengobatan jangka panjang. Di sisi lain, keterbatasan jumlah perawat dan petugas di panti werdha menyebabkan pengawasan minum obat belum dapat dilakukan secara individual dan berkelanjutan. Perawat dan petugas umumnya

berperan dalam menyiapkan serta membagikan obat dan memberikan pengingat secara umum, namun belum dapat mendampingi setiap lansia secara personal dalam proses minum obat. Akibatnya, kepatuhan lansia sangat bergantung pada kesadaran dan kondisi fisik maupun psikologis mereka pada saat itu. Hambatan tersebut menunjukkan perlunya pendekatan yang mampu memberikan pengingat, penguatan positif, serta meningkatkan keterlibatan lansia dalam aktivitas pengobatan. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah gamification.

Upaya penanganan ketidakpatuhan minum obat pada lansia selama ini lebih banyak dilakukan melalui edukasi kesehatan, konseling, dan pemberian informasi terkait obat. Dalam penelitian (Nursahara et al., 2024a) mengungkapkan bahwa pendekatan tersebut telah banyak diterapkan, namun belum sepenuhnya berhasil dalam mempertahankan kepatuhan minum obat dalam jangka panjang. Meskipun lansia mengetahui pentingnya minum obat, mereka tetap mengalami kesulitan untuk melakukannya secara konsisten karena kurangnya motivasi, kondisi emosional, serta pengaruh lingkungan sekitar.

Sementara itu, (Quesada-Caballero et al., 2023) mengungkapkan perkembangan teknologi kesehatan, seperti mobile health dan telemedicine, juga mulai digunakan dalam pemantauan hipertensi. Pendekatan tersebut dinilai dapat membantu pemantauan tekanan darah, namun penggunaannya pada lansia sering tidak berkelanjutan. Lansia cenderung lebih rendah dibanding kelompok usia lain, meskipun sebagian

besar memiliki akses terhadap teknologi. Hal ini menunjukkan bahwa suatu program kesehatan tidak hanya membutuhkan teknologi, tetapi juga pendekatan yang sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan lansia.

Gamification merupakan pendekatan yang memanfaatkan unsur desain permainan sederhana, seperti pengingat terstruktur, umpan balik langsung, target sederhana, dan penguatan positif untuk meningkatkan keterlibatan dan motivasi dalam melakukan perilaku kesehatan. Penelitian (Koivisto & Malik, 2021a) menunjukkan bahwa gamification dapat meningkatkan motivasi dan kepatuhan perilaku kesehatan, termasuk kepatuhan minum obat. (Ren et al., 2024) juga menegaskan bahwa elemen gamification, seperti penetapan tujuan dan umpan balik, dapat membantu menciptakan pengalaman yang lebih bermakna. Penelitian gamification sebagian besar masih berfokus pada populasi umum, sedangkan penerapannya pada lansia hipertensi di panti werdha masih jarang dikaji, terutama dari sisi proses pelaksanaannya (Koivisto & Malik, 2021a).

Dalam upaya perubahan perilaku kesehatan, gamification bekerja melalui beberapa tahapan yang saling berkaitan. Pemberian pemicu yang terstruktur, seperti pengingat atau tugas sederhana yang muncul secara konsisten, membantu individu mengingat dan mengaitkan waktu tertentu dengan perilaku yang diharapkan (Lieder et al., 2024). Pemicu perilaku dapat diperkuat melalui berbagai bentuk umpan balik seperti poin, tampilan kemajuan, badge, maupun bentuk apresiasi sederhana lainnya

(Krath et al., 2021). Tantangan bertahap dan target kecil memungkinkan individu mengalami keberhasilan berulang yang dapat meningkatkan motivasi, terutama ketika reward diberikan secara bervariasi agar tidak menimbulkan kejenuhan (Li et al., 2024; Lieder et al., 2024). Selain itu, dukungan teman sebaya dan pengakuan dalam kelompok juga membuat aktivitas terasa lebih bermakna dan menyenangkan (Queirós et al., 2023). Dalam penelitian ini, gamification diterapkan secara non-digital dan disesuaikan dengan kondisi panti werdha melalui media sederhana dan interaksi langsung antara lansia dan petugas. Melalui mekanisme tersebut, gamification diharapkan dapat membantu membentuk kebiasaan minum obat yang lebih konsisten. Perubahan perilaku tersebut dapat diamati melalui perbandingan tingkat kepatuhan sebelum dan setelah implementasi modul.

Berdasarkan uraian tersebut, ketidakpatuhan minum obat pada lansia hipertensi di panti werdha merupakan permasalahan yang kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari aspek individu seperti penurunan daya ingat dan motivasi, maupun faktor lingkungan dan system pelayanan panti. Pendekatan yang selama ini digunakan, seperti edukasi kesehatan dan pemanfaatan teknologi digital, belum sepenuhnya mampu membangun keterlibatan lansia secara berkelanjutan. Lansia sering kali memahami pentingnya minum obat, namun belum mampu mempertahankan kebiasaan tersebut secara

konsisten. Dibutuhkan strategi yang lebih kontekstual, sederhana, dan sesuai dengan kondisi lansia di panti werdha.

Modul terapi *gamification non-digital* dalam penelitian ini dirancang sebagai bentuk intervensi berbasis elemen permainan sederhana yang dapat diterapkan tanpa menggunakan perangkat elektronik. Modul ini menggunakan media seperti kartu kepatuha, pemberian stiker atau stempel sebagai umpan balik, penetapan target harian, serta dukungan sosial antar lansia sebagai bentuk penguatan positif. Pendekatan ini diintegrasikan dalam rutinitas minum obat sehari-hari di panti, sehingga tidak mengubah sistem yang sudah ada, tetapi memperkaya pengalaman lansia dalam menjalani terapi. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis kepatuhan minum obat lansia hipertensi sebelum dan setelah implementasi modul terapi gamification non-digital, serta mendeskripsikan pelaksanaan modul tersebut sebagai pendekatan dalam mendukung perubahan perilaku minum obat lansia di panti werdha.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena ketidakpatuhan minum obat pada lansia hipertensi di panti Werdha, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

"Bagaimana pelaksanaan modul terapi gamification non-digital pada lansia hipertensi dengan ketidakpatuhan minum obat di panti werdha?".

## C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Menganalisis kepatuhan minum obat pada lansia dengan hipertensi melalui implementasi modul terapi *gamification* di Panti Werdhapanti werdha.

2. Tujuan Khusus

   a. Menganalisis kepatuhan minum obat pada lansia sebelum implementasi modul terapi *gamification.*

   b. Mendeskripsikan pelaksanaan modul terapi *gamification* pada lansia hipertensi di panti werdha.

   c. Menganalisis perubahan kepatuhan minum obat pada lansia dengan hipertensi setelah implementasi modul terapi *gamification*.

## D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
    a. Menambah kajian teoretis mengenai penerapan pendekatan *gamification* dalam konteks keperawatan lansia, terutama dari sisi proses implementasi, bukan dari hasil atau efektivitas.
    b. Menjadi referensi teoretis bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji intervensi berbasis perilaku dan motivasi pada lansia dengan pendekatan kualitatif.
2. Manfaat praktis
    a. Bagi Lansia: Membantu lansia lebih terlibat dalam proses minum obat melalui pendekatan *gamification* yang disesuaikan dengan kondisi lansia.
    b. Bagi Panti Werdha dan Tenaga Kesehatan: Memberikan strategi intervensi yang adaptif untuk meningkatkan kepatuhan pengobatan lansia.
    c. Bagi Peneliti/Ilmuwan: Menjadi referensi pengembangan penelitian selanjutnya terkait *gamification* di populasi khusus lansia.