

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN HIPERTENSI DENGAN PERILAKU CERDIK PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TAMBAH SUBUR

Catria Rahmawati¹, Zulfa Mahdiatur Rasyida²
catriarahmawati05@gmail.com¹, zulfarasyida@aiska-university.ac.id²
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai the silent kiler, hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmhg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmhg. Angka kejadian hipertensi di dunia mencapai 1,28 miliar, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 30,8% dan prevalensi hipertensi kabupaten Lampung Timur 33,1 %. Hipertensi menyebabkan komplikasi seperti stroke, serangan jantung, dan lainnya. Untuk menghindari komplikasi diperlukan tingkat pengetahuan yang baik dan perilaku CERDIK. Tujuan: untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur. Metode: metode penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan cross sectional, teknik pengambilan sampel accidental sampling dengan jumlah sampel 96 responden dengan instrumen penelitian kuesioner tingkat pengetahuan hipertensi dan perilaku CERDIK dengan uji statistik Spearman Rank. Hasil: penelitian di dapatkan p value sebesar 0,000 atau p value $<0,05$ yang meunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Kesimpulan: terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur.

Kata Kunci: Hipertensi, Pengetahuan, Perilaku CERDIK.

ABSTRACT

Background: Hypertension, or high blood pressure, is often referred to as the silent killer. Hypertension is an increase in systolic blood pressure ≥ 140 mmHg or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. The global incidence of hypertension reaches 1.28 billion people, with a prevalence of 30.8% in Indonesia, and a prevalence of 33.1% in East Lampung Regency. Hypertension causes complications such as stroke, heart attack, and other conditions. To avoid these complications, a good level of knowledge and CERDIK behavior are required. Objective: To determine the relationship between hypertension knowledge levels and CERDIK behavior in hypertension patients in the Tambah Subur Community Health Center work area. Method: This quantitative research method used a cross-sectional approach, using an accidental sampling technique, with a sample size of 96 respondents. The research instrument was a questionnaire on hypertension knowledge levels and CERDIK behavior; using the Spearman Rank statistical test. Results: The study obtained a p-value of 0.000 or a p-value <0.05 , indicating that H_a was accepted and H_0 was rejected. Conclusion: There is a relationship between the level of knowledge of hypertension and CERDIK behavior in hypertension sufferers in the work area of Tambah Subur Health Center.

Keywords: Behavior CERDIK, Hypertension, Knowledge.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai the silent killer dikarenakan tidak mempunyai tanda-tanda dan gejala, sehingga mereka yang memiliki tekanan darah tinggi tidak sadar dan setelah terjadi komplikasi mereka baru menyadarinya (Muliani et al., 2023). Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah arteri sistemik yang menetap dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmhg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmhg (Alfianur dan Novikasari, 2021).

Menurut World Health Organization WHO (2023) diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023) menyatakan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran total penduduk Indonesia usia ≥ 18 tahun sebesar 30,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Hipertensi merupakan penyakit terbanyak dengan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2% (Kemenkes RI, 2024).

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Lampung tahun 2023, penyakit hipertensi termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di Provinsi Lampung menduduki peringkat ke tiga dengan jumlah 139.866 penderita hipertensi. Kabupaten Lampung Timur menduduki urutan ke tiga Se-Provinsi Lampung dengan prevalensi hipertensi 33,1 % dari hasil pengukuran usia ≥ 15 tahun penduduk di Lampung Timur (Dinkes Provinsi Lampung, 2023). Penyakit hipertensi menduduki peringkat kedua dari sepuluh besar penyakit yang ada di Kabupaten Lampung Timur dengan jumlah 12198 kasus (Dinkes Kabupaten Lampung Timur, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Tambah Subur diperoleh dari data capaian program deteksi dini penyakit hipertensi pada periode Januari 2024 - Desember 2024 pada aplikasi sehat Indonesiaku di Puskesmas Tambah Subur terdapat 2445 orang terdeteksi hipertensi di Kecamatan Tambah Subur. Beberapa desa dengan jumlah hipertensi terbanyak terdapat di Desa Kali Pasir (401), Toto Projo (335), Taman Negeri (315), dan desa dengan jumlah hipertensi terendah berada di desa Toto Mulyo (242).

Hipertensi memiliki berbagai faktor penyebab, baik faktor yang dapat dimodifikasi maupun yang tidak. Salah satu faktor yang dapat dimodifikasi adalah gaya hidup seseorang, yang sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya mengenai suatu penyakit. Sementara itu, faktor yang tidak dapat dimodifikasi adalah faktor genetik (Kemenkes RI, 2022). Beberapa faktor penyebab hipertensi adalah penambahan usia, jenis kelamin, genetik, riwayat keluarga, obesitas dan pola hidup tidak sehat. Adapun pola hidup tidak sehat yang dimaksud yakni kurang aktifitas fisik, kebiasaan merokok, pola konsumsi makanan dengan kadar garam tinggi secara berlebihan, stress, sampai pada penggunaan obat-obatan tertentu (Sari et al., 2023).

Dampak penyakit hipertensi dapat menyebabkan komplikasi seperti kerusakan organ meliputi otak, karena hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan stroke kemudian kerusakan pada jantung, hipertensi meningkatkan beban kerja jantung yang akan menyebabkan pembesaran jantung sehingga meningkatkan gagal jantung, dan gagal ginjal (Fadila et al., 2024). Hipertensi juga beresiko menimbulkan berbagai macam penyakit lainnya yaitu seperti gagal jantung, jantung koroner, penyakit ginjal dan stroke, sehingga penanganannya harus segera dilakukan sebelum komplikasi dan akibat buruk lainnya terjadi seperti dapat menurunkan umur harapan hidup penderitanya (Siregar, 2022).

Kementerian Kesehatan dalam hal ini telah membuat beberapa program dalam hal pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Salah satu program penanggulangan hipertensi oleh pemerintah adalah perilaku CERDIK. CERDIK

adalah akronim dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stres (Kemenkes RI, 2024). Penderita hipertensi perlu memahami bagaimana cara mengatasi tekanan darahnya agar tetap stabil dengan menerapkan perilaku CERDIK di kehidupan sehari-hari.

Menurut Kementerian Kesehatan Kemenkes RI (2019), perilaku CERDIK dalam mengontrol hipertensi dengan cara melakukan pemeriksaan kesehatan rutin minimal sebulan sekali untuk memeriksa tekanan darah, berat badan, lingkaran perut dan kolesterol, bagi perokok aktif dapat berusaha untuk berhenti merokok dan rajin olahraga setidaknya 30 menit per hari atau 3-5 kali dalam seminggu, melakukan diet sehat dan seimbang dengan mengonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan, kemudian mengurangi asupan gula, garam dan lemak yang tinggi, melakukan istirahat yang cukup sekitar 6-8 jam/hari, dan kendalikan stres dengan melakukan aktivitas sesuai minat, menonton televisi, dan berbincang dengan teman dekat/rekan.

Perilaku CERDIK dalam manajemen pengelolaan hipertensi dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti faktor pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, faktor fisiologis dan psikologis dan kepatuhan minum obat (Sari dan Ardianto, 2021). Pengetahuan memberi informasi kepada seseorang yang mempelajarinya sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan serta mendatangkan perubahan perilaku, dapat berupa pola hidup sehat pada penderita hipertensi. Pengetahuan yang harus dimiliki penderita hipertensi terkait penyakit hipertensi, gejala hipertensi, faktor risiko, komplikasi dan pentingnya melakukan pengobatan secara teratur serta mengetahui bahaya yang akan timbul jika tidak meminum obat maka akan mempengaruhi keadaan penderita hipertensi (Nengsih, 2022).

Kurangnya pengetahuan terkait hipertensi akan menyebabkan kekambuhan hipertensi sehingga munculnya kembali tanda dan gejala yang serupa dengan sebelumnya bahkan akan menyebabkan komplikasi dari hipertensi. Pengetahuan yang baik merupakan modal awal yang harus dimiliki oleh penderita hipertensi agar penderita memahami bagaimana agar tekanan darah tetap terkontrol secara baik (Khansa et al., 2023).

Menurut penelitian Wiranto et al. (2023) disebutkan bahwa pengetahuan mengenai penyakit hipertensi berhubungan secara signifikan dengan kejadian hipertensi. Sebab kurangnya pengetahuan mengenai penyakit hipertensi menjadi salah satu penyebab terjadinya penyakit hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sari dan Ardianto, 2021) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku CERDIK penderita hipertensi di masa pandemi Covid-19. Bahwa pengetahuan penderita hipertensi dapat meningkat dan dapat mengubah gaya hidup dan dapat meningkatkan perubahan perilaku CERDIK sehingga derajat kesehatan meningkat secara optimal di masa pandemi Covid-19.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Tambora Subur hasil wawancara dengan 8 pasien hipertensi ada 5 pasien tidak melakukan cek kesehatan secara berkala, sedangkan 3 pasien lainnya melakukan cek kesehatan setiap bulan namun hanya mengecek tekanan darah saja, 8 pasien yang masih merokok/terpapar asap rokok di rumah, 3 pasien jarang melakukan aktivitas fisik (jogging, berkebun, melakukan pekerjaan rumah), 7 pasien belum melakukan diet seimbang karena masih belum membatasi asupan garam, dan 4 pasien belum mampu mengelola stres dengan baik. Hasil wawancara pada 8 pasien hipertensi didapatkan 4 pasien dengan pengetahuan hipertensi kurang, 2 pasien dengan pengetahuan cukup dan 2 pasien dengan pengetahuan hipertensi baik. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan kurangnya pengetahuan hipertensi masyarakat berkaitan dengan perilaku CERDIK masyarakat tentang bagaimana melakukan pengendalian tekanan darah.

Berdasarkan informasi di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian secara

mendalam dan detail untuk mengetahui informasi terbaru dengan judul penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan Perilaku CERDIK Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambah Subur”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian korelasi yang akan meneliti hubungan variabel dependen dan variabel independen. Penelitian ini akan dilakukan pengukuran variabel dependen dan independen untuk mencari hubungan antara variabel dan melakukan analisa terhadap data yang dikumpulkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional, yaitu jenis penelitian yang lebih menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya untuk satu kali pada saat yang sama. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Pengetahuan Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambah Subur

Pengetahuan merupakan hasil yang dihasilkan setelah individu melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Ira Nurmala, 2020). Berdasarkan hasil penelitian di peroleh tingkatan pengetahuan responden mayoritas pada kategori tingkat pengetahuan “baik” sebanyak 41 responden, atau 42.7% dari total keseluruhan 96 responden.

Pada penelitian ini hipertensi lebih banyak terjadi pada usia 51–60 tahun yaitu sebanyak 52 responden (54,2 %). Usia juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan tentang hipertensi dimana semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya baik tetapi bukan dengan lansia yang beruasa 70 tahun keatas. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Saputri & Purnomo, 2021) didapatkan hasil penelitian tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 198 reponden (59.5%) dan tingkat pengetahuan rendah sebanyak 135 responden (40.5%) hal ini dikarenakan bahwa usia seseorang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya adapun usia pada penelitian ini yaitu 60-74 tahun sebanyak 318 responden (95.5%), semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin banyak informasi yang didupatkannya, usia juga memepengaruhi perkembangan.

Jenis kelamin juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Menurut (Hikmawati et al., 2022) mengemukakan bahwa adanya perbedaan respon antara perempuan dan laki-laki terjadi karena perempuan memiliki verbal center pada kedua bagian otaknya, sedangkan laki-laki hanya memiliki verbal center pada otak bagian kiri. Pada penelitian ini hipertensi lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu sebanyak 57 responden (59,4 %) dikarenakan produksi hormon esterogen menurun sehingga perempuan menjadi lebih rentan terhadap hipertensi. Abdullah mengemukakan bahwa tekanan darah perempuan khususnya sistolik meningkat lebih tajam sesuai usia setelah 55 tahun perempuan memang mempunyai resiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi, salah satu penyebabnya yaitu produksi hormone esterogen menurun sehingga tekanan darah meningkat (Abdullah et al., 2024).

Pada penelitian ini ditemukan sebagian reponden yang memiliki pengetahuan baik tetapi tidak melakukan upaya pengendalian hipertensi dengan perilaku CERDIK, hal ini ditunjukkan dengan sebagian reponden tidak menerapkan perilaku CERDIK seperti cek kesehatan berkala, perilaku enyahkan asap rokok dan perilaku diet seimbang. Perilaku CERDIK dalam manajemen pengelolaan hipertensi dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti

faktor pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, faktor fisiologis dan psikologis, kepatuhan minum obat. Penelitian ini didukung oleh (Sari dan Ardianto 2022) tentang hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku CERDIK penderita hipertensi di masa pandemi Covid-19 didapatkan hasil bahwa 24 (77,4%) orang responden memiliki perilaku CERDIK baik. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan dalam memanejemen diri hipertensi, pada dasarnya berhubungan erat dengan dukungan dari keluarga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah melalui informasi dan media sosial yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun nonformal dapat berpengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan ataupun peningkatan pengetahuan. Pengetahuan juga dipengaruhi oleh kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh masyarakat di lingkungan tertentu. Lingkungan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik (Herawati, 2020).

Responden memiliki tingkat pengetahuan mayoritas baik sebab responden aktif dalam mencari informasi mengenai hipertensi dan responden ini selalu mengikuti penyuluhan tentang hipertensi dari tenaga kesehatan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Ariani et al., 2022) bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Melintang tahun 2023. responden dengan pengetahuan baik memiliki kecenderungan 3,866 kali lebih besar dalam pengendalian tekanan darah dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya kurang.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rusnita et al., (2023) yang menyatakan bahwa pengetahuan masyarakat tentang hipertensi berada dalam kategori baik yaitu 16 orang (53,3%). Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat di RT 004 Kelurahan Tamalanrea Jaya, sudah mengetahui dengan baik tentang hipertensi. Pengetahuan sangat berpengaruh dalam pembentukan sikap seseorang. Pengetahuan seorang individu dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain tingkat pendidikan, sumber informasi, dan pengalaman yang dapat diperoleh dari diri sendiri maupun orang lain.

Tingkat pengetahuan memegang peran penting dalam mencegah dan mengatasi kejadian hipertensi. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi (faktor resiko, gejala dan pengobatan) membantu seseorang memahami bagaimana meminimalisir risiko terkena hipertensi dan bagaimana mengatasinya serta efek samping yang mungkin terjadi jika mereka menderita kondisi tersebut sehingga memastikan kualitas hidup yang baik (Maulana dan Pahria 2021).

Peneliti berpendapat bahwa tingkat pengetahuan yang baik akan menimbulkan kesadaran terhadap pribadi seseorang untuk mengambil sikap sebagai wujud pengambilan keputusan ke arah yang lebih baik. Dalam hal ini seseorang akan menjaga kesehatan pribadinya dengan tingkat pengetahuan yang dimilikinya dengan cara patuh pada pengobatan dan akan sering mengunjungi fasilitas kesehatan.

2. Perilaku CERDIK Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambah Subur

Program CERDIK menjadi salah satu upaya pemerintah dalam penanganan hipertensi. Pengendalian tekanan darah dengan melakukan perilaku manajemen hipertensi atau perilaku CERDIK dapat mencegah terjadinya komplikasi bahkan kematian akibat hipertensi (Ariani et al., 2022). CERDIK merupakan program perilaku hidup sehat yang mampu menjauhkan dari berbagai Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti penyakit pembuluh darah, jantung, hingga masalah ginjal. Tujuan dari program kesehatan tersebut yaitu meningkatkan status kesehatan,

meningkatnya upaya peningkatan hidup sehat, menurunkan kematian, serta upaya untuk memonitoring dan deteksi dini pada faktor risiko penyakit tidak menular di masyarakat (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan hasil uji statistik 2 kategorik perilaku CERDIK, didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki perilaku CERDIK yang baik sebanyak 50 responden, atau 52,1% dari total keseluruhan 96 responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sari dan Ardianto, 2021) menunjukkan bahwa perilaku CERDIK dari 59 orang responden didapatkan hasil 33 orang (55,9%) responden memiliki perilaku CERDIK baik. Penelitian ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Seprina et al., 2022) didapatkan hasil sebanyak 38 (56,9%) hal tersebut menunjukkan mayoritas responden memiliki perilaku CERDIK baik.

Pada penelitian ini ditemukan responden yang sudah banyak melakukan program CERDIK terdiri dari Cek Kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet, Istirahat yang cukup dan Kelola stress dengan baik. Cek kesehatan berkala dalam hal ini adalah mengukur tekanan darah. Mengukur tekanan darah diperlukan pada pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darah secara berkala serta dapat mendeteksi awal risiko komplikasi hipertensi. Selain itu faktor lain adalah enyahkan asap rokok kebiasaan merokok dapat mempengaruhi hipertensi.

Perilaku dapat dipengaruhi oleh faktor predisposisi seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya; faktor pendukung seperti tersedia atau tidak tersedianya fasilitas- fasilitas atau sarana-sarana kesehatan misalnya Puskesmas, obat-obatan dan sebagainya; dan faktor pendorong seperti sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas yang lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat. Perilaku sehat dapat terbentuk oleh tiga aspek yaitu pengetahuan tentang kesehatan, sikap terhadap kesehatan dan praktik atau tindakan kesehatan (Junaidi et al., 2023).

Peneliti berpendapat bahwa program promosi kesehatan yang dilakukan Puskesmas Tambah Subur sudah berjalan dengan cukup baik, namun perlu ditingkatkan pada aspek yang masih kurang maksimal agar seluruh penderita hipertensi mampu menerapkan perilaku CERDIK secara menyeluruh

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan Perilaku CERDIK Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambah Subur

Pada penelitian ini terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur. Analisa hubungan Tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK, didapatkan hasil uji korelasi spearman rank dengan p value $0,000 < 0,05$ yang berarti H_a diterima dan H_0 di tolak, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur. Arah hubungan adalah searah yang artinya semakin tinggi tingkat pengetahuan hipertensi maka perilaku CERDIK semakin tinggi, dengan tingkat korelasi sebesar 0,485 yang artinya tingkat korelasi cukup kuat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari dan Ardianto, 2021) tentang hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku cerdik pada penderita hipertensi selama masa pandemi covid 19 yang menunjukkan bahwa pengetahuan penderita hipertensi dapat meningkat dan dapat mengubah gaya hidup serta dapat meningkatkan perubahan perilaku CERDIK sehingga derajat kesehatan meningkat secara optimal di masa pandemi Covid-19. Responden yang memiliki pengetahuan tinggi berpeluang 5 kali memiliki perilaku Cerdik dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan rendah.

Menurut penelitian Junaidi et al. (2023) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku CERDIK hipertensi, pembentukan perilaku CERDIK hipertensi harus melibatkan faktor lain seperti faktor pendukung dan faktor pendorong, jadi perilaku tidak dapat dibentuk oleh faktor predisposisi saja sebagaimana teori L.Green

menyebutkan bahwa perilaku dipengaruhi oleh faktor predisposisi seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya; faktor pendukung seperti tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan misalnya Puskesmas, obat-obatan dan sebagainya; dan faktor pendorong seperti sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas yang lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat.

Berdasarkan tingkatan pengetahuan menurut Notoatmodjo 2018 dalam (Putri Azhari, 2021), responden ini telah berada dalam tingkatan mengetahui dan memahami yang kemudian akan dilanjutkan dengan aplikasinya atau pengetahuan ini akan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Semakin tinggi tingkat pengetahuan hipertensi yang dimiliki responden, maka kemampuan dalam melakukan pencegahan dan pengobatan penyakit hipertensi akan semakin baik pula dan menyadari pentingnya perilaku CERDIK sebagai upaya pencegahan penyakit hipertensi.

Peneliti berpendapat bahwa dengan meningkatnya pengetahuan penderita hipertensi, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang lebih sehat dan konsisten, sehingga dapat menurunkan risiko komplikasi serta meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian hubungan tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur. Pada bulan Juli 2025 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan hipertensi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur dalam kategori baik.
2. Perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur dalam kategori baik.
3. Terdapat hubungan yang signifikan tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur dengan nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$. Kekuatan hubungan kedua variabel tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK adalah cukup kuat. Arah korelasi pada penelitian ini bersifat positif yang berarti semakin baik tingkat pengetahuan hipertensi maka semakin baik pula perilaku CERDIK pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, D., Dewi, N. P., Monaprya, D., & Chan, Z. (2024). Profil penderita hipertensi di RSUD Pasaman Barat Tahun 2022. *Nusantara Hasana Journal*, 3(11), 1–13.
- Alfianur, & Novikasari, B. Y. (2021). Hubungan aktifitas fisik terhadap tekanan darah pada Penderita hipertensi. *Journal of Medical Surgical Concern*, 58(2), 65–72.
- Anastasya, R., & Batubara, N. S. (2022). Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Desa Labuhan Labo Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(1), 79–88.
- Ariani, A., Angraini, B. R., & Faizal, M. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Cerdik Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(November), 1377–1386. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v6i1.2033>
- Bappeda Lampung Timur. (2022). Buku Profil pembangunan daerah kabupaten lampung timur. In Bappeda Lampung Timur. <https://lampungtimurkab.go.id/unduh/1.-Informasi-Ringkasan-Dokumen-RKPD-2023.pdf>
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Lampung 2023. In Dinas Kesehatan Provinsi Lampung (Issue Mi). <https://dinkes.lampungprov.go.id/Download/Profil-Kesehatan-Provinsi-Lampung-Tahun-2022/>
- Fadila, R., Syafriati, A., Studi, P. S., & STIKES Mitra Adiguna Palembang, K. (2024). Penerapan Perilaku Cerdik Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kampus Palembang. *Community Development Journal*, 5(3), 5475–5484.

- Ghozali, I. (2018). Aplikasi Analisis Multivariat Dengan Program IBM SPSS 23, Cetakan kedelapan. In Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro (Vol. 4).
- Herawati, L. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Di Uptd Puskesmas Pembantu Beragam Binjai. *Jurnal Maternitas Kebidanan*, 5(1), 7–13. <https://doi.org/10.34012/jumkep.v5i1.912>
- Hikmawati, Baharia M, N., & Debby P. A. (2022). Tingkat Pengetahuan Mempengaruhi Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*, 2(1), 45.
- Isnaini, & Hermawati. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Ngemplak Boyolali [Universitas 'Aisyiyah Surakarta]. In *IJOH: Indonesian Journal of Public Health* (Vol. 2, Issue 2). <https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH/article/view/329/353>
- Junaidi, A., Rahayu, D., Arisandi, W., Adyas, A., & Karyus, A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Cerdik Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 11(1), 56. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v11i1.200>
- Kemkes. (2024). Mengenal Klasifikasi Penyakit Hipertensi. P2Ptm.Kemkes.Go.Id. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit hipertensi/mengenal-klasifikasi-penyakit-hipertensi>. (Diakses 1 Maret 2025).
- Kemkes RI. (2019). CERDIK, Rahasia Masa Muda Sehat dan Masa Tua Nikmat! Kementerian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat. <https://infokes.dinus.ac.id/2019/01/25/ayu-cerdik-untuk-sehat-bagian-1/> <https://promkes.kemkes.go.id/cerdik-rahasia-masa-muda-sehat-dan-masa-tua-nikmat>. (Diakses 28 Februari 2025).
- Kemkes RI. (2021). Mengenal Penyakit Hipertensi. UPK Kemkes RI. <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>. (Diakses 28 Februari 2025).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Bahaya Hipertensi, Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi>. (Diakses 23 Februari 2025).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka. In Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Vol. 1). <https://www.badan.kebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Kebutuhan Tidur sesuai Usia. P2Ptm.Kemkes.Go.Id. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/kebutuhan-tidur-sesuai-usia>. (Diakses 3 April 2025).
- Khansa, F., Utomo, W., & Nurchayati, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 137–151. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.893>
- Kurnia, & Anih. (2020). Self Management Hipertensi. In Jakad Media Publishing. https://www.google.co.id/books/edition/SELF_MANAGEMENT_HIPERTENSI/a18XEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Maryati, H., Praningsih, S., Numalisyah, F. F., & Siswati. (2024). Hubungan Perilaku Cerdik Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 10(2), 421–425. <https://doi.org/10.33023/jikep.v10i2.2195>
- Moick, S., Sommer, I., & Gartlehner, G. (2023). WHO Guideline for the Pharmacological Treatment of Hypertension in Adults. *Gesundheitswesen*, 85(2), 139–142. <https://doi.org/10.1055/a-1989-1745>
- Muliani, S., Azzahri, L. M., & Nislawaty, N. (2023). Hubungan Perilaku “Cerdik” Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(4), 286–292. <https://doi.org/10.31004/sjkt.v2i4.19539>
- Nengsih, N. (2022). Penatalaksanaan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 1(1), 105–110.

- <https://journal.mandiracedikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/82%0A>
- Notoadmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. In Jakarta: EGC. yayasan kita menulis.
- P2PTM Kemenkes RI. (2024). Mari Mulai Gaya Hidup Sehat dengan CERDIK. Kemenkes RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-paru-kronik/mari-mulai-gaya-hidup-sehat-dengan-cerdik>. (Diakses 23 Februari 2025).
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Sianturi, E. I. M. E., Sitanggang, M. R. G. T. Y. F., & M, M. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan Martina. In Yayasan Kita Menulis. https://www.google.co.id/books/edition/Promosi_Kesehatan_dan_Perilaku_Kesehata%0A/MR0fEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=0
- Pambudi, A. (2019). Hubungan Perilaku Cerdik Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Pandanwangi Kota Malang [Universitas Brawijaya]. In Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang. http://repository.ub.ac.id/180165/1/Andik_Pambudi.pdf
- Rahajeng, E. (2020). Pengutan Posbindu PTM Dalam Menurunkan Prevalensi Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular. In Orasi Pengukuhan Profesor Riset Bidang Epidemiologi Dan Bistatistik (Vol. 44, Issue 8).
- Sinurat, S., Simanullang, M. S. D., & Panjaitan, N. P., (2024). Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gunung Tinggi Tahun 2023. *Jurnal Midwifery*, 6(2), 155–162. <https://doi.org/10.24252/jmw.v6i2.49913>
- Saputri, E. A., & Purnomo, S. (2021). Efektivitas Kepatuhan Minum Obat dengan Tingkat Tekanan Darah Pada ada Penderita Hipertensi : Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(1), 1490–1501. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/2658>
- Sari, L. M., & Ardianto, A. J. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Cerdik Pada Penderita Hipertensi Selama Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*, 1(2), 48–56.
- Sari, L. M., & Ardianto, J. A. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Cerdik Pada Penderita Hipertensi Selama Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 368–374. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.3236>
- Sari, N., Dewi, L. A., Ramadani, A. B., Zainuddin, A., Marzuki, M. F., & Syam, D. F. (2023). Penyuluhan Perilaku CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Penanggulangan Hipertensi pada Lansia di Desa Tonasa, Takalar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2018), 1–10. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i1.1295>
- Seprina, S., Herlina, H., & Bayhakki, B. (2022). Hubungan Perilaku CERDIK terhadap Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Masa Pandemi COVID-19. *Holistic Nursing and Health Science*, 5(1), 66–73. <https://doi.org/10.14710/hnhs.5.1.2022.66-73>
- Siregar, R. anastasya. (2022). Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di Desa Labuhan Labo Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(1), 79–88. <https://doi.org/10.51933/jpma.v4i1.740>
- Telaumbanua, R. A., & Tobing, A. N. L. (2022). Hubungan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia Dewasa Tengah Di Puskesmas Medan Helvetia. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 4415–4428. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.8963>
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Dennison Himmelfarb, C., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbigele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford, R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Wright, J. T. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Pr. *Circulation*, 138(17), e484–e594. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000596>
- WHO. (2023). Hypertension. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension>
- Widiyono, Indriyati, & Astuti, T. B. (2022). Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi. In Lembaga Chakra Brahmanda Lentera. Lembaga Chakra Brahmana Lentera. https://www.google.co.id/books/edition/Aktivitas_Fisi

[_Untuk_Mengatasi_Hiperten/saWnEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=pemeriksaan+hipertensi&pg=PA12&printsec=frontcover](#)

Wiranto, E., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2023). Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 226–232. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5189>.