

## PENINGKATAN PENGETAHUAN LANSIA MELALUI EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR DENGAN GERAKAN CERDIK DAN PATUH

Ani Nuraeni<sup>1\*</sup>, Zahri Darni<sup>2</sup>,

<sup>1</sup> Prodi Sarjana Keperawatan, STIKes Fatmawati, Jakarta, Indonesia

<sup>2</sup> Prodi Diploma Tiga Keperawatan, STIKes Fatmawati, Jakarta, Indonesia

\*e-mail korespondensi: [aniharris753@gmail.com](mailto:aniharris753@gmail.com)

### Abstract

*An elderly person was someone who has reached the age of 60 years. When people getting older, they were likely to have more health problems such as hypertension, stroke, diabetes mellitus, and joint disorders. The results of the preliminary study showed that the highest number of residents suffered from non-communicable diseases who sought treatment at the Pondok Labu Village Community Health Center were hypertension, diabetes mellitus, stroke, asthma, and heart disease. The high prevalence of this disease was because there are still many people who have not modified their behavior, so they need health education. This community service activity was carried out on 23 elderly people from the FKLK group who were located at the RPTRA Pola Idaman RW 01 Pondok Labu Village on June 7, 2023. This activity aims to increase knowledge about controlling non-communicable diseases through CERDIK and PATUH Efforts. The results of the activity showed that most of the elderly suffered from non-communicable diseases, diabetes mellitus, hypertension, and gout, the results of health examinations showed that blood pressure and blood sugar were controlled and there was an increase in knowledge, whereas before being given the intervention, knowledge in the good category was only 39.1% and after being given the intervention it becomes 73.9%. This activity can increase the knowledge of the elderly so that they can implement CERDIK and PATUH behavior, but it needs to be followed up with family empowerment.*

**Keywords:** CERDIK, Education, Elderly, PATUH, Non-Communicable Diseases

### Abstrak

Lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun. Semakin bertambah usia maka semakin banyak mengalami masalah kesehatan seperti hipertensi, stroke, diabetes melitus, dan gangguan sendi. Hasil studi pendahuluan diperoleh data warga yang menderita penyakit tidak menular terbanyak yang berobat ke Puskesmas Kelurahan Pondok Labu adalah hipertensi, diabetes melitus, stroke, asma dan penyakit jantung. Tingginya prevalensi penyakit ini disebabkan karena masih banyak masyarakat yang belum melakukan modifikasi perilaku sehingga diperlukan pendidikan kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada lansia kelompok FKLK sejumlah 23 orang yang bertempat di RPTRA Pola Idaman RW 01 Kelurahan Pondok Labu pada tanggal 7 Juni 2023. Adapun kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai pengendalian penyakit tidak menular melalui Upaya CERDIK dan PATUH. Hasil kegiatan didapatkan sebagian besar lansia menderita penyakit tidak menular diabetes melitus, hipertensi dan gout, hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan tekanan darah dan gula darah terkontrol serta terjadi peningkatan pengetahuan dimana sebelum diberikan intervensi, pengetahuan kategori baik hanya 39,1% dan setelah diberikan intervensi menjadi 73,9%. Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan lansia sehingga dapat menerapkan perilaku CERDIK dan PATUH namun perlu ditindaklanjuti dengan pemberdayaan keluarga.

**Kata Kunci:** CERDIK, Edukasi, Lansia, PATUH, Penyakit Tidak Menular

Accepted: 2023-11-23

Published: 2024-01-04

## PENDAHULUAN

Lanjut usia menurut undang-undang nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Nies & McEwen, 2019). Batasan usia lanjut dimulai setelah pensiun, biasanya antara usia 65 dan 75 tahun (Stanhope & Lancaster,

1996). Patokan usia kronologis seseorang memasuki usia lanjut di Amerika Serikat adalah 65 tahun (Miller, 2004). Saat ini jumlah lansia di dunia mencapai 2 milyar penduduk yang tersebar di 195 negara. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk lansia meningkat dari 18 juta jiwa (7,6%) pada tahun 2010 meningkat menjadi 27 juta jiwa (10%) pada tahun 2020. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat menjadi 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035 (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Menua adalah proses natural yang dialami oleh seluruh kehidupan makhluk hidup. Proses penuaan sebagai akumulasi dari kerusakan pada tingkat seluler dan molekuler yang terjadi dalam waktu yang lama dan seringkali dikaitkan dengan kejadian penyakit tidak menular. Berbagai studi telah menunjukkan usia merupakan salah satu faktor risiko penyakit tidak menular. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes melitus dan hipertensi meningkat seiring pertambahan usia. Bahkan peningkatan signifikan prevalensi diabetes melitus terjadi pada kelompok usia 55 – 65 tahun yaitu meningkat dari 3,88% pada usia 45 – 54 tahun menjadi 6,29%. Prevalensi penyakit jantung dan stroke pun mengalami peningkatan seiring dengan bertambahnya usia penderita. Prevalensi penyakit jantung meningkat secara signifikan pada umur 45 – 54 tahun yaitu dari 1,3% pada umur 35 – 44 tahun menjadi 2,4%. Sedangkan prevalensi stroke meningkat secara signifikan terjadi pada kelompok umur 55 – 64 tahun yaitu meningkat dari 14,2% pada umur 45 – 54 tahun menjadi 32,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2022)

Selain faktor usia, penyakit tidak menular disebabkan oleh faktor risiko lainnya seperti kebiasaan merokok, diet atau pola makan yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan konsumsi minuman beralkohol. Selain itu, riwayat kesehatan keluarga juga dapat menjadi pemicu penyakit tidak menular. Hasil riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa penduduk Indonesia yang berumur 10 tahun ke atas menunjukkan perilaku kurang sehat seperti kebiasaan merokok sebanyak 28,8%, konsumsi minuman beralkohol sebanyak 3,3%, kurang aktivitas fisik sebanyak 33,5%, kurang konsumsi buah dan sayur sebanyak 95,5%. Tingginya pola perilaku yang tidak sehat tersebut menyebabkan terjadinya peningkatan penyakit tidak menular di Indonesia.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) membuat target untuk menurunkan PTM dengan mengendalikan faktor risiko perilaku (konsumsi alkohol, tembakau, garam, dan aktivitas fisik) dan faktor risiko metabolik (obesitas dan tekanan darah). Sementara itu, program pemerintah Indonesia untuk mengurangi konsumsi garam, gula, lemak, alkohol, dan tembakau, meningkatkan aktivitas fisik, dan istirahat yang cukup yang dituangkan dalam Rencana Aksi Nasional pengendalian PTM (Arifin et al., 2022). Salah satu upaya pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah mencanangkan perilaku CERDIK dan PATUH untuk mengendalikan penyakit menular.

CERDIK merupakan singkatan dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stress. Perilaku ini dianjurkan dilakukan setiap hari sebagai pola hidup sehat oleh individu yang sehat dan berisiko menderita penyakit tidak menular agar dapat mencegah penyakit tidak menular. Bagi penyandang penyakit tidak menular diharapkan menerapkan program PATUH yang meliputi Periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter, Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, Tetap diet dengan gizi seimbang, Upayakan aktivitas fisik dengan aman, Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik. Program CERDIK dan PATUH ini merupakan langkah preventif yang dibuat agar masyarakat yang sehat dapat terhindar dari berbagai Penyakit Tidak Menular (PTM).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan perilaku CERDIK dan PATUH efektif dalam mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular. Hasil penelitian Supriyatin dan Novitasari (2022) menunjukkan perilaku CERDIK berhubungan dengan tekanan darah peserta prolanis dimana semakin meningkatnya perilaku CERDIK maka tekanan darah lebih terkontrol, sehingga dapat disimpulkan bahwa apabila penderita hipertensi menerapkan perilaku CERDIK maka tekanan

darah akan terkontrol dalam batas normal. Penelitian Erwanto dan Kurniasih (2020) menunjukkan hasil terdapat hubungan signifikan antara perilaku CERDIK di masyarakat dengan kejadian PTM. Hasil penelitian tersebut menunjukkan responden yang melakukan cek kesehatan secara rutin, tidak merokok, melakukan aktivitas fisik di rumah, mengonsumsi buah dan sayur lebih dari 3 kali seminggu di rumah, memiliki waktu istirahat yang cukup (6 – 8 jam perhari), dan tidak mengalami stress lebih banyak yang tidak mengalami PTM.

Berdasarkan studi pendahuluan diperoleh data warga yang menderita penyakit tidak menular terbanyak yang berobat ke Puskesmas Kelurahan Pondok Labu adalah hipertensi, diabetes melitus, stroke, asma dan penyakit jantung. Tingginya prevalensi penyakit ini disebabkan karena masih banyak masyarakat yang belum melakukan modifikasi perilaku. Oleh karena itu untuk mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular diperlukan edukasi kesehatan tentang program pemerintah melalui gerakan masyarakat (GERMAS) berupa edukasi mengenai Pola Hidup Sehat CERDIK dan PATUH untuk meningkatkan pemahaman agar berperilaku memperbaiki pola hidup sehat. Hasil penelitian Anita, dkk (2016) menunjukkan terdapat pengaruh pemberian edukasi pola hidup sehat CERDIK dan PATUH modifikasi cegah stroke berulang terhadap perilaku penderita stroke serta terhadap risiko kejadian stroke berulang.

Guna memastikan masyarakat berdaya dan mampu dalam penerapan perilaku CERDIK dan PATUH dibutuhkan peran dari petugas kesehatan untuk melakukan transfer IPTEK kepada masyarakat mengenai perilaku CERDIK dan PATUH sebagai upaya pemberdayaan berbasis masyarakat dalam pengendalian penyakit tidak menular. Berdasarkan hal tersebut maka kami sebagai pelaksana pengabdian kepada masyarakat STIKes Fatmawati telah melakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan dan edukasi pengendalian penyakit tidak menular melalui gerakan CERDIK dan PATUH kepada kelompok lansia yang tergabung dalam FKLU (Forum Komunikasi Lanjut Usia) di Kelurahan Pondok Labu sebagai upaya melaksanakan program pemerintah dalam mengendalikan penyakit tidak menular di masyarakat.

## **METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilaksanakan melalui tahapan sebagai berikut:

### **1. Tahap persiapan**

Tim pelaksana PkM yang terdiri dari dosen dan mahasiswa menyusun proposal kegiatan untuk diajukan kepada UPPM. Setelah mendapatkan persetujuan, kegiatan selanjutnya tim pelaksana PkM melakukan kontrak dan mengajukan perizinan kegiatan kepada Kepala Puskesmas Kelurahan Pondok Labu. Selanjutnya Ketua Tim Pelaksana berkoordinasi dengan Ketua FKLU (Forum Komunikasi Lanjut Usia) Kelurahan Pondok Labu untuk mensosialisasikan kegiatan kepada anggota FKLU Kelurahan Pondok Labu. Setelah mengurus perizinan dan koordinasi kegiatan dengan peserta, selanjutnya tim pelaksana PkM menyiapkan media pendidikan kesehatan, alat dan bahan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan serta menyiapkan format-format untuk pencatatan dan pelaporan kegiatan.

### **2. Tahap pelaksanaan**

Tahap ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 7 Juni 2023 bertempat di RPTRA Pola Idaman RW 01 Kelurahan Pondok Labu dengan jumlah 23 orang. Pada tahap ini diawali dengan kegiatan pendidikan kesehatan yang terdiri dari tahapan pengisian kuesioner pretest, penyampaian materi, dan diakhiri dengan pengisian posttest. Setelah kegiatan pendidikan kesehatan dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran TB, BB dan lingkar perut, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kadar asam urat, gula darah, dan terakhir dilakukan konseling tentang pengendalian penyakit tidak menular.

### 3. Tahap evaluasi

Tahap ini dilakukan untuk mengukur pencapaian tujuan kegiatan dengan menganalisis hasil kegiatan pendidikan kesehatan untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan dan menganalisis hasil pemeriksaan kesehatan untuk mendeteksi kondisi kesehatan lansia. Setelah pelaksanaan kegiatan, tim pelaksana PkM menyusun laporan kegiatan dan diserahkan kepada UPPM sebagai bukti pertanggungjawaban kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pada tanggal 7 Juni 2023 didapatkan gambaran karakteristik data peserta kegiatan PkM yang diuraikan pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1  
Karakteristik Peserta Kegiatan (N = 23)

Variabel	F	%	N
<b>Jenis Kelamin</b>			
Perempuan	21	91,3	23
Laki-laki	2	8,7	
<b>Usia</b>			
45 – 59 tahun	2	8,7	23
60 – 74 tahun	15	65,2	
75 – 90 tahun	6	26,1	
<b>Riwayat Hipertensi</b>			
Diabetes Melitus (DM)	3	13,0	23
Hipertensi	1	4,3	
Gout Arthritis	2	8,7	
Hipertensi dan DM	4	17,4	
Hipertensi dan Gout Arthritis	2	8,7	
DM dan Gout Arthritis	7	30,4	
Hipertensi, DM dan Gout Arthritis	3	13,0	
Tidak ada riwayat	1	4,3	

Tabel di atas menunjukkan sebagian besar peserta kegiatan PkM berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (91,3%), berusia 60 – 74 tahun sebanyak 15 orang (65,2%), dan mengidap beberapa penyakit tidak menular dimana lansia paling banyak memiliki riwayat penyakit DM disertai Gout Arthritis sebanyak 7 orang (30,4%). Berbagai penyakit tidak menular yang diderita oleh lansia tersebut sesuai dengan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang menunjukkan prevalensi hipertensi, diabetes melitus dan gangguan sendi semakin meningkat seiring dengan penambahan usia. Hasil Riskesdas menunjukkan prevalensi DM terjadi peningkatan dari 3,9% pada umur 45 – 54 tahun menjadi 6,3% pada umur 55 – 64 tahun, prevalensi hipertensi dari 45,3% pada umur 45 – 54 tahun menjadi 55,2% pada umur 55 – 64 tahun, sedangkan gangguan sendi dari 11,1% pada umur 45 – 54 tahun menjadi 15,5% pada umur 55 – 64 tahun (Kemenkes RI, 2018)

Seseorang yang memasuki masa lanjut usia akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Semakin bertambah usia maka semakin banyak mengalami masalah kesehatan dan faktor risiko terhadap kejadian penyakit pun meningkat. Kondisi ini disebabkan sel-sel tubuh mengalami kemunduran sehingga mekanisme kerja sel tidak optimal, daya tahan tubuh menurun. Penyakit tidak menular yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah hipertensi, stroke, diabetes mellitus, dan gangguan sendi.

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan mendapatkan gambaran kondisi kesehatan lansia berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan yang diuraikan pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2  
Hasil Pemeriksaan Kesehatan Lansia (N = 23)

Hasil Pemeriksaan	F	%	N
<b>Tekanan Darah</b>			
Normal	15	65,2	23
Tinggi	8	34,8	
<b>Gula Darah Sewaktu</b>			
Normal	16	69,6	23
Tinggi	7	30,4	
<b>Asam Urat</b>			
Normal	7	30,4	23
Tinggi	16	69,6	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tekanan darah normal sebanyak 15 orang (65,2%), gula darah sewaktu dalam batas normal sebanyak 16 orang (69,6%) namun memiliki kadar asam urat yang tinggi sebanyak 16 orang (69,6%). Hasil pemeriksaan kesehatan yang menunjukkan dalam batas normal ini sejalan dengan hasil wawancara yang menyatakan sebagian besar para lansia kondisi kesehatannya terkontrol karena para lansia rutin melakukan pemeriksaan kesehatan di puskesmas dan teratur minum obat sesuai dengan dosis obat yang dianjurkan. Hasil ini sesuai dengan penelitian Larasati dan Husna (2019) yang menunjukkan sebanyak 34 orang (38,20%) kondisi tekanannya terkontrol pada pasien hipertensi dengan tingkat kepatuhan minum obat dalam kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan antara kepatuhan minum obat antihipertensi terhadap tekanan darah. Hasil penelitian lainnya menunjukkan sebanyak 52 orang (58,43%) pasien yang rutin datang ke puskesmas menunjukkan tekanan darahnya terkontrol. Pasien yang datang secara rutin ke puskesmas akan mendapatkan konsultasi langsung oleh dokter dan akan selalu diingatkan untuk jadwal kedatangan pasien berikutnya sehingga pasien tidak sampai kehabisan obat di rumah. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan konsultasi saat pemeriksaan kesehatan terhadap penurunan tekanan darah. Penelitian Nopitasari, et al (2019) juga menunjukkan hasil adanya pengaruh yang signifikan antara kepatuhan minum obat terhadap penurunan tekanan darah systole dan hasil analisis menunjukkan adanya korelasi positif yang artinya semakin patuh pasien minum obat maka tekanan darah pasien dapat terkontrol dengan baik.

Hasil penelitian Eli dan Soraya (2022) menunjukkan hasil responden yang tidak patuh minum obat (kepatuhan minum obat rendah), cenderung kadar gula darahnya tinggi sebanyak 22 orang (86,4%), responden dengan kepatuhan sedang memiliki kadar gula darah yang seimbang sebanyak 14 orang (57,1%), dan responden dengan kepatuhan tinggi akan memiliki keseimbangan kadar gula darah berjumlah 4 orang (100%). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Fandinata dan Darmawan (2020) yang menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum obat dengan perubahan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin dan teratur minum obat agar terpantau kondisi kesehatan para lansia.

Tabel 3 berikut menguraikan tingkat pengetahuan tentang pengendalian penyakit tidak menular melalui gerakan CERDIK dan PATUH sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu:

Tabel 3  
Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi (N = 23)

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	F	%	F	%
Baik	9	39,1	17	73,9

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Intervensi		Setelah Intervensi	
	F	%	F	%
Kurang	14	60,9	6	26,1

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan mengenai pengendalian penyakit tidak menular melalui gerakan CERDIK dan PATUH. Tingkat pengetahuan lansia sebelum diberikan intervensi dalam kategori baik hanya 39,1% dan setelah diberikan intervensi mengalami peningkatan menjadi 73,9%. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Faizah et al., (2023) yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi, dimana rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi sebesar 36,92 meningkat menjadi 90,12 setelah diberikan edukasi.

Pendidikan kesehatan merupakan serangkaian upaya untuk meningkatkan kesehatan dengan cara menyebarkan dan mengenalkan kepada masyarakat tentang pesan-pesan kesehatan agar masyarakat mau untuk hidup sehat. Pemberian edukasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengendalian penyakit. Pendidikan kesehatan ini dapat diterima dan direspon dengan baik oleh responden. Pendidikan kesehatan memberikan dampak yang positif guna meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat dan aktif berperan serta dalam upaya kesehatan (Notoatmodjo, 2010).

Pengetahuan adalah merupakan hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini terjadi melalui panca indra manusia. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2012). Perubahan atau tindakan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang dihasilkan oleh pendidikan kesehatan ini didasarkan pada pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran. Sehingga perilaku tersebut dapat berlangsung lama karena didasari oleh kesadaran (Notoatmodjo, 2010).

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh lansia setelah mendapatkan edukasi menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan perubahan perilaku lansia dalam menerapkan perilaku CERDIK dan PATUH sehingga dapat mengendalikan penyakit tidak menular yang diderita oleh lansia yang akan berdampak dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Berikut adalah beberapa dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan:





Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berjalan dengan lancar dan target luaran telah tercapai yaitu teridentifikasinya karakteristik lansia yang menderita penyakit tidak menular, teridentifikasinya kondisi kesehatan berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan lansia dan terjadinya peningkatan pengetahuan tentang pengendalian penyakit tidak menular melalui gerakan CERDIK dan PATUH. Peningkatan pengetahuan lansia ini menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perubahan perilaku dalam mengendalikan penyakit tidak menular dengan melakukan upaya CERDIK dan PATUH. Walaupun tujuan kegiatan ini telah tercapai namun perlu ditindaklanjuti dengan pemberdayaan keluarga untuk melakukan monitoring penerapan perilaku CERDIK dan PATUH di rumah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, et.all. (2022). Analysis of Modifiable, Non-Modifiable, and Physiological Risk Factors of Non-Communicable Diseases in Indonesia: Evidence from the 2018 Indonesian Basic Health Research. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 15(September), 2203–2221. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S382191>
- Erwanto, R., & Kurniasih, D. E. (2020). Kajian Determinan Sosial dan Perilaku CERDIK terhadap Kejadian Penyakit Tidak Menular di Masa Pandemi Covid-19 pada ASN Kota Magelang. *Jurnal Jendela Inovasi Daerah*, 1(1), 1–15.
- Fransiska Anita, Yunita Carolina, Sr. Anita Sampe, SJMJ, F. G. (2016). Efektivitas Perilaku Cerdik dan Patuh untuk Mencegah Stroke Berulang. 19(2), 71–77.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Infodatin Lanjut Usia (lansia). In Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (p. 12).
- Nies, M. A., & McEwen, M. (2019). *Keperawatan Kesehatan Komunitas dan Keluarga* (J. Sahar, A. Setiawan, & N. M. Riasmuni (eds.)). Singapore: Elsevier.
- Supriyatin, T., & Novitasari, D. (2022). Hubungan Perilaku Cerdik dengan Tekanan Darah Peserta Prolanis di Puskesmas Bobotsari Kabupaten Purbalingga. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*, 15(2), 31–47. <https://doi.org/10.35960/vm.v15i2.879Andry>,
- Eli, I., & Soraya, A. (2022). Pengaruh Kepatuhan Minum Obat Terhadap Keseimbangan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Cipayung. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 657. <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>
- Faizah, A., Batam, U., & Leadership, D. (2023). *Pengaruh Edukasi " CERDIK " terhadap Pengetahuan Pra Lansia tentang Hipertensi*. 17(June), 125–133.

- Fandinata, S. S., & Darmawan, R. (2020). Pengaruh Kepatuhan Minum Obat Oral Anti Diabetik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 10(1), 23–31. <https://doi.org/10.52643/jbik.v10i1.825>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Larasati, N., & Husna, N. (2019). the Effect of Prolanis and Medication Adherence To Blood Pressure of Hypertension Patients in Puskesmas Gamping 1. *Media Ilmu Kesehatan*, 8(2), 87–93.
- Nopitasari, B. L., Adikusuma, W., Qiyaam, N., & Fatmala, A. (2019). Pengaruh Kepatuhan dan Ketepatan Waktu Minum Obat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Primer. *Jurnal Ulul Albab*, 23(1), 28. <https://doi.org/10.31764/jua.v23i1.646>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan: Teori & Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.