

Determinan Perilaku CERDIK sebagai Upaya Pencegahan Dini Penyakit Tidak Menular pada Mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Determinants of CERDIK Behavior as an Effort to Prevent Non-Communicable Diseases in students of Hang Tuah University Pekanbaru

Aisah Nadiatul Rahma^{1*}, Lita², Christine Vita Gloria Purba³

^{1,2,3} Universitas Hang Tuah Pekanbaru

ABSTRACT

CERDIK behavior is the behavior of preventing non-communicable diseases. According to the initial data survey of students who have non-communicable diseases at Hang Tuah University, Pekanbaru, as many as 17 students, including hypertension, diabetes mellitus, and asthma. The purpose of this study was to determine the factors associated with CERDIK behavior with knowledge, attitudes, sources of information, social support (family and peers) in Hang Tuah University students in Pekanbaru. This research method is quantitative analytic with cross sectional research design with proportional random sampling technique. The population of this study was 2434 students. The sample of this research is 182 students. Measuring tool used is a questionnaire. Processing data using computerization. The analysis used was univariate and bivariate analysis with the chi square test. The results of this study show that the factors associated with CERDIK behavior have a P value $< \alpha$ 0.05, namely knowledge ($p = 0.002$, POR = 2.852), attitude ($p = 0.000$, POR = 16.060), sources of information ($p = 0.017$, POR = 2.603), and social support (family and peers) ($p = 0.000$, POR = 5.677). From these results it can be concluded that all of the four variables are related to CERDIK behavior (knowledge, attitudes, sources of information, and social support (family and peers) in Hang Tuah University students in Pekanbaru. The suggestion in this study is that students apply CERDIK behavior to prevent non-communicable diseases and to Hang Tuah University Pekanbaru to make early prevention programs for students to avoid non-communicable diseases.

ABSTRAK

Perilaku CERDIK adalah perilaku pencegahan penyakit tidak menular. Menurut survey data awal mahasiswa yang memiliki penyakit tidak menular di Universitas Hang Tuah Pekanbaru sebanyak 17 mahasiswa diantaranya hipertensi, diabetes mellitus, dan asma. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku CERDIK dengan pengetahuan, sikap, sumber informasi, dukungan sosial (keluarga dan teman sebaya) pada mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Metode penelitian ini ialah analitik kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional dengan teknik sampling proportional random sampling. Populasi penelitian ini sebanyak 2434 mahasiswa. Sampel penelitian ini sebanyak 182 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Pengolahan data menggunakan Komputerisasi. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji chi square. Hasil penelitian ini menunjukkan faktor yang berhubungan dengan perilaku CERDIK terdapat P value $< \alpha$ 0,05 adalah pengetahuan ($p = 0,002$, POR = 2,852), Sikap ($p = 0,000$, POR=16,060), sumber informasi ($p = 0,017$, POR = 2,603), dan dukungan sosial (keluarga dan teman sebaya) ($p = 0,000$, POR = 5,677). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa dari empat variabel semuanya berhubungan dengan perilaku CERDIK (pengetahuan, sikap, sumber informasi, dan dukungan sosial (keluarga dan teman sebaya) pada mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Saran dalam penelitian ini ialah agar mahasiswa menerapkan perilaku CERDIK untuk mencegah penyakit tidak menular dan kepada universitas hang tuah pekanbaru agar membuat program-program pencegahan secara dini pada mahasiswa agar terhindar dari penyakit tidak menular.

Keywords: CERDIK Behavior, Knowledge, Attitude, Resources, Social Support

Kata Kunci: Perilaku CERDIK, Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi, Dukungan Sosial

Corresponding author: Aisah Nadiatul Rahma

Email: aishanadiatul@gmail.com

• Received 23 Januari 2025 • Accepted 8 Mei 2025 • Published 31 Juli 2025

• p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 • DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol11.Iss2.2172>

Copyright ©2017. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial used, distribution and reproduction in any medium

PENDAHULUAN

Perilaku CERDIK adalah perilaku untuk pencegahan berbagai penyakit tidak menular. CERDIK yang dimaksud adalah cek kesehatan secara teratur, nyahkan asap rokok, aktivitas fisik/olahraga berat dan pola makan yang sehat dan seimbang (Kemenkes, 2016). Cerdik merupakan program aksi pemerintah untuk meningkatkan pencegahan dan pengobatan penyakit tidak menular. Cerdik terdiri dari rangkaian kegiatan pemeriksaan kesehatan yang mendorong berhenti merokok dan perilaku merokok, aktivitas fisik yang sadar, diet seimbang, istirahat yang cukup, dan manajemen stres. Banyak publikasi sebelumnya telah menyebutkan bahwa kegiatan terkait Cerdik yang mendorong pencegahan penyakit tidak menular. Seluruh kegiatan tersebut berdampak pada penurunan angka kejadian penyakit tidak menular, sebagai awal pencegahan penyakit menular (Hariawan, 2020).

Berdasarkan data WHO pada tahun 2018 sekitar 71% penyebab kematian diseluruh dunia adalah PTM, yang membunuh 36 juta orang pertahun, dari semua kematian termasuk penyakit kardiovaskular sekitar 44%, kanker 22%, penyakit pernapasan kronis sekitar 9% dan diabetes sekitar 4%. Saat ini, 73 persen kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular, dimana 35% diantaranya disebabkan oleh penyakit jantung dan pembuluh darah, 12% kanker, 6% penyakit pernapasan kronis, 6% karena diabetes dan 15% karena PTM lainnya (Damasceno, 2016). Prevalensi penyakit tidak menular di Indonesia yaitu seperti asma 2,4%, Kanker 1,8%, Stroke 10,9%, Ginjal Kronis 3,8%, penyakit sendi 7,8% prevalensi diabetes melitus 1,5%, dan penyakit jantung 1,5% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut dari data profil kesehatan Provinsi Riau pada tahun 2019 sampai 2020, Penyakit tidak menular di riau berjumlah 6 penyakit yaitu asma, hipertensi, diabetes, jantung, stroke, dan penyakit sendi. Prevalensi hipertensi dari 11,1% menjadi 14,2%, penderita diabetes mellitus dari 9,8% menjadi 70,2%, kanker sekitar 1,1% menjadi 1,8%, penyakit jantung sekitar 1,06%, dan penyakit sendi 7,10%. Data tersebut

adanya peningkatan penyakit tidak menular (PTM) meliputi hipertensi, diabetes mellitus dan kanker. Prevalensi penyakit tidak menular di Pekanbaru menurut umur > 15 tahun seperti penderita asma 2,41%, kanker 1,70%, hipertensi sekitar 8,1%, diabetes melitus sekitar 3,8% menjadi 38,0%, kanker sekitar 2,2% menjadi 5,4% (Rahayu, 2021).

Mahasiswa Universitas Hang Tuah merupakan mahasiswa yang masih kurang melaksanakan perilaku CERDIK dalam kehidupan sehari harinya, rata rata mahasiswa kurang memiliki kesadaran dalam menjalankan perilaku hidup sehat. Beberapa alasan yang didapatkan hal ini berpengaruh pada lingkungan yang berperilaku merokok, mengosumsi makanan berlemak serta menjalankan perilaku tidak sehat. Pengaruh lingkungan lainnya seperti kesibukan kuliah/organisasi sehingga mahasiswa tidak melakukan aktivitas fisik dan pola makan yang tidak teratur. Karena perilaku tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal mahasiswa (pengetahuan, sikap, kepribadian) dan faktor eksternal (lingkungan tempat siswa berada). Salah satu faktor yang paling berpengaruh adalah masih terbatasnya pengetahuan dan pandangan siswa tentang hidup sehat untuk mencegah Penyakit Tidak Menular (PTM) secara dini. serta kurangnya pemahaman tentang bagaimana hidup sehat untuk dapat dilaksanakan. Oleh karena itu penelitian belum pernah dilakukan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang determinan perilaku CERDIK sebagai upaya pencegahan PTM pada mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru.

METODE

Penelitian ini ialah penelitian analitik kuantitatif dengan desain penelitian "Cross Sectional" (potong lintang), yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor sebab (independent variabel) yaitu pengetahuan, sikap, sumber informasi, dan dukungan sosial dengan variabel akibat (dependent variabel) yaitu Perilaku CERDIK pada mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru melalui

pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) atau pada periode waktu bersamaan. Penelitian ini dilakukan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru, waktu penelitian dimulai dari bulan April sampai Mei 2023. Jumlah populasi pada penelitian ini 2434 mahasiswa. Sampel pada penelitian ini berjumlah 182 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Proportional Random Sampling*. Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan komputerisasi. Analisis dari penelitian ini ialah menggunakan analisis univariat dan bivariat.

HASIL

Analisis karakteristik responden penelitian berdasarkan Jenis Kelamin, umur, dan riwayat penyakit dapat dilihat pada Tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru

No	Karakteristik	f	%
1	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	68	37,4
	Perempuan	114	62,6
2	Umur		
	< 20 Tahun	48	26,4
	20-25 Tahun	118	64,8
	26-30 Tahun	14	7,7
	31 – 40 Tahun	2	1,1
3	Riwayat Penyakit		
	Hipertensi	4	2,2
	Diabetes Melitus	3	1,6
	PJK	-	-
	Stroke	-	-
	Asma	6	3,3
	Tidak ada Penyakit	169	92,9
	Total	182	100

Tabel 1, menunjukkan bahwa dari 182 responden (100%), sebagian besar sebanyak 114 responden (62,6%) berjenis kelamin perempuan

dan 68 responden (37,4%) berkelamin laki-laki. karakteristik umur yang paling dominan ialah umur 20-25 tahun sebanyak 118 orang (64,8%). Sedangkan mahasiswa yang tidak mempunyai riwayat penyakit tidak menular ialah 169 responden (92,9%) tidak ada penyakit.

Tabel 2. Analisis Univariat

Variabel	f	%
Perilaku CERDIK		
1. Kurang Baik	55	30,2
2. Baik	127	69,8
Pengetahuan		
1. Rendah	80	44,0
2. Tinggi	102	56,0
Sikap		
1. Negatif	86	47,3
2. Positif	96	52,7
Sumber Informasi		
1. Tidak Mendapatkan Informasi	38	20,9
2. Mendapatkan Informasi	144	79,1
Dukungan sosial (Keluarga dan Teman Sebayu)		
1. Negatif	75	41,2
2. Positif	107	58,8
Total	182	100

Tabel 2, Menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki perilaku CERDIK yang baik. Berdasarkan variabel yang diteliti diketahui bahwa responden yang berpengetahuan tinggi sebanyak 102 orang (56,0%), sikap negatif responden sebanyak 86 responden (52,7%). Responden yang mendapatkan sumber informasi tentang pencegahan PTM dengan CERDIK sebanyak 144 responden (79,1%). Responden yang mendapatkan dukungan sosial yang positif (keluarga dan teman sebayu) baik itu dukungan emosional, informatif dan sebagainya sebanyak 107 responden (58,8%), sedangkan responden yang mendapatkan dukungan negatif sebanyak 75 responden (41,2%).

Tabel 3. Analisis Bivariat

Variabel	Perilaku CERDIK				Total	P Value	POR (95%CI)	
	Kurang Baik		Baik					
	n	%	n	%				n
Pengetahuan								
Rendah	34	24,2	46	55,8	80	100	0,002	2,852
Tinggi	21	30,8	81	71,2	102	100		(1,483 – 5,479)
Sikap								
Negatif	48	55,8	38	44,2	86	100	0,001	16,060
Positif	7	7,3	89	92,7	96	100		(6,667 – 38,690)
Sumber Informasi								
Tidak	18	47,7	20	52,6	38	100	0,017	2,603
Mendapatkan	37	25,7	107	74,3	144	100		(1,244 – 5,446)
Mendapatkan								
Dukungan Sosial (Keluarga dan Teman sebaya)								
Negatif	32	56,1	25	43,9	57	100	0,001	5,677
Positif	23	18,4	102	81,6	125	100		(2,843 – 11,336)
Total	55	30.2	127	69.8	182	100		

Tabel 3, menunjukan variabel pengetahuan, sikap, sumber informasi, dukungan sosial (keluarga dan teman sebaya) berhubungan dengan perilaku CERDIK dengan nilai yang Signifikan ($p\text{-value} < 0,05$).

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku CERDIK

Berdasarkan analisa statistik dengan menggunakan uji *Chi-square* didapatkan ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku cerdik dengan ($P < 0,05$) artinya ada hubungan pengetahuan dengan Perilaku CERDIK mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Dalam penelitian ini mahasiswa yang memiliki pengetahuan rendah sebanyak 34 responden (24,2%) dengan perilaku CERDIK yang kurang baik. Penelitian ini sejalan dengan Junaidi dan sari ada hubungan tingkat pengetahuan dengan Perilaku CERDIK hipertensi.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya perilaku dan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Natoatmodjo,2018). Hal ini berkaitan dengan perilaku CERDIK yang dimana terjadi karena

terbentuknya perilaku kesehatan berupa perilaku CERDIK diawali dengan tahu dan memahami tentang pentingnya melakukan perilaku tersebut yang akhirnya akan memunculkan sebuah reaksi berupa tindakan untuk mengikutinya.

Pengetahuan dengan perilaku cerdik berhubungan dikarenakan seseorang yang memiliki pengetahuan tentang perilaku CERDIK atau disebut perilaku pencegahan penyakit tidak menular, akan mempengaruhi seseorang dalam menjaga kesehatan dan pola hidup sehatnya. Ini dibuktikan mereka yang mempunyai pengetahuan baik cenderung untuk berperilaku CERDIK yang baik. Hal ini dikarenakan dengan adanya pengetahuan tentang perilaku pencegahan penyakit tidak menular seperti CERDIK dan akibat yang akan ditimbulkan bila tidak menerapkan perilaku CERDIK dalam kehidupan sehari-hari, ditambah dengan pengalaman mereka sendiri akan mendorong seseorang untuk berperilaku CERDIK.

Hubungan Sikap dengan Perilaku Cerdik

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh $p\text{ value} = 0,000$ ($P\text{ value} < 0,05$), dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara sikap dengan perilaku CERDIK. Dalam penelitian ini sebanyak 48 responden (55,8%) yang memiliki sikap yang

negative dengan perilaku cerdik yang kurang baik. Hal ini disebabkan karena sudah menjadi kebiasaan seseorang dalam menjalankan pola hidup yang sehat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Mulyanin adanya hubungan sikap responden dengan aktivitas-aktivitas CERDIK yang ingin dilakukan untuk pencegahan penyakit tidak menular, memiliki sikap yang baik terhadap aktivitas fisik dan pencegahan sebagai upaya mencegah penyakit tidak menular.

Perilaku manusia ditentukan Sikap mengacu pada apa yang orang ingin lakukan dan terbuat dari apa mereka keyakinan tentang konsekuensi dari perilaku, aturanterikat secara sosial dengan apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka dan kebiasaan yang berhubungan dengan apa yang biasa mereka lakukan.

Faktor terpenting dalam perilaku manusia adalah niat untuk berperilaku. Niat individu untuk menunjukkan suatu perilaku adalah kombinasi dari sikap untuk menunjukkan perilaku dan norma subyektif. Sikap individu terhadap perilaku meliputi keyakinan tentang perilaku, penilaian terhadap hasil perilaku, norma subyektif, keyakinan normatif, dan motivasi untuk mengikutinya. Jika seseorang merasa bahwa menampilkan suatu perilaku itu positif, mereka akan memiliki sikap positif terhadap perilaku itu. Bisa juga dikatakan sebaliknya jika perilaku itu dianggap negatif.

Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Cerdik

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh (P value $< 0,05$) dapat disimpulkan bahwa sumber informasi/media massa ada hubungan yang bermakna dengan perilaku CERDIK pada Mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Penelitian ini sejalan dengan Utami terdapat hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan Perilaku CERDIK.

Perilaku pencarian informasi yang berkaitan langsung dengan system information retrieval perilaku informasi merupakan pola tingkah laku manusia dalam hal yang bersifat informasi, baik dalam keterlibatan menggunakan maupun

dalam pencarian informasi. Perilaku yang dimaksud disini adalah bagaimana seseorang memperoleh informasi melalui perilakunya. Sementara seseorang membutuhkan semua jenis informasi, pikirkan tentang informasi, cari informasi dan gunakan informasi yang Anda terima dari berbagai sumber untuk mencarinya. Selama kriteria ini dimasukkan, semuanya termasuk dalam perilaku pencarian informasi. Waktu dan teknologi juga memengaruhi pengumpulan informasi seiring perkembangannya. Dengan kemajuan teknologi, dapat dikatakan bahwa perilaku pencarian informasi lebih dinamis dan fleksibel.

Sumber informasi dengan perilaku CERDIK yang disebabkan karena kemajuan teknologi mengakibatkan maraknya timbul berbagai media massa terutama media elektronik dan internet. Media tersebut mahasiswa dapat dengan mudah mengakses informasi yang tidak dibatasi umur, tempat dan waktu.

Hubungan Dukungan sosial (Keluarga dan Teman sebaya) dengan Perilaku Cerdik

Berdasarkan analisis statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh (P value $< 0,05$), dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial (keluarga dan teman sebaya) ada hubungan yang bermakna dengan perilaku CERDIK pada Mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Dalam Penelitian ini, sebanyak 107 responden (58,8%) yang mendapatkan dukungan sosial yang positif (keluarga dan teman sebaya) baik itu dukungan emosional, informatif dan sebagainya ini menunjukkan bahwasannya dukungan sosial itu sangat penting untuk merubah terjadinya perilaku. Penelitian ini sejalan dengan Utami adanya hubungan dukungan keluarga dengan perilaku CERDIK pada Penderita Hipertensi di Masa Pandemi Covid-19.

Seseorang menerima lebih banyak dukungan sosial dari teman sebaya. seseorang menganggap teman sebagai karakter yang dapat memahami perasaan remaja, mereka memiliki perasaan senasib, mereka memahami satu sama lain, simpati teman sebaya lebih diterima daripada orang tua. Dalam hal ini, misalnya, remaja merasa

lebih nyaman mendengarkan keluhan teman sebaya sebagai wadah untuk menekan perasaan emosi negatif dan positif serta mengurangi kecemasan.

Keluarga dan teman sebaya merupakan peran penting dalam seseorang berperilaku, dengan demikian dengan adanya dorongan untuk menerapkan perilaku CERDIK. Anggota keluarga yang memberikan dukungan emosional yang membantu seseorang untuk menangani stres akibat dampak dari pola hidup yang tidak baik. Ketika keluarga memberikan dukungan kepada seseorang, maka akan mendapatkan dorongan perubahan perilaku. Dukungan keluarga yang meningkat akan berhubungan dengan pola hidup sehat yang lebih baik.

SIMPULAN

Berdasarkan Hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Determinan Perilaku Cerdik sebagai Upaya Pencegahan Dini Penyakit Tidak Menular Pada Mahasiswa Hang Tuah Pekanbaru maka dapat disimpulkan variabel pengetahuan ($p=0,002$), sikap ($0,001$), sumber informasi ($0,017$), dan dukungan sosial (keluarga dan teman sebaya) ($0,001$) dibawah nilai p -Value $0,05$ artinya ada hubungan yang bermakna antara ke empat variabel dengan perilaku CERDIK. Faktor yang paling dominan adalah sikap ($p=0,001$) dengan nilai $OR=16,060$ yang artinya responden yang memiliki sikap negatif berpeluang 16 kali melakukan perilaku CERDIK yang kurang baik dibandingkan dengan responden yang memiliki sikap positif.

Perlu bagi mahasiswa meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penyakit tidak menular dan menambah wawasan serta informasi dari berbagai media khususnya media elektronik dan tenaga kesehatan. Mahasiswa diharapkan melakukan cek kesehatan secara dini dan melakukan istirahat yang cukup guna untuk pencegahan penyakit tidak menular demi masa depan dihari tua yang sehat dan jasmani. Universitas Hang Tuah Pekanbaru diharapkan penelitian ini bisa memberikan rekomendasi kepada instansi agar membuat program senam atau

aktifitas fisik untuk mahasiswa seminggu sekali. Membuat poster untuk dipajang di setiap fakultas tentang perilaku CERDIK ialah sebagai pencegahan penyakit tidak menular.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada Kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada 1) Allah SWT dan Orang tua yang memberikan bantuan dana, semangat dan doa, 2) Universitas Hang Tuah Pekanbaru yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian, 3) Ibu Ns. Lita S.Kep.M.Kep, ibu Sri Desfita, SST., M.Kes, ibu Dr. Nurvi Susanti, SKM., M.Kes, ibu Christine Vita GP, SKM.. M.Kes selaku pembimbing dan penguji yang memberikan kontribusi dalam penyusunan laporan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
2. Andriana Y. (2017). Determinan Perilaku "CERDIK" sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular pada masyarakat peserta posbindu PTM. In Repository. Unej. Ac.Id.
3. Bustan, M. N. (2015). Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Rineka Cipta, 2012.
4. Damasceno, A. (2016). Noncommunicable Disease. In *Heart of Africa: Clinical Profile of an Evolving Burden of Heart Disease in Africa*. <https://doi.org/10.1002/9781119097136.part5>
5. Eagle, D. E., Hybels, C. F., & Bell, R. (2018). Perceived Social Support, Received Social Support, and Depression among Clergy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20 (10), 1-19.
6. Falabiba, N. E. (2019). Landasan Teori Sikap dan Perilaku. 8-18.
7. Habut, M. Y., Nurmawan, I. P. S., & Wiryanthini, I. A. D. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Aktivitas Fisik terhadap

- Daya Tahan Kardiovaskular pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Erepo Unud*, 831, 1–14.
8. Hariawan, H. (2020). CERDIK Meningkatkan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia. : : *Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 10(1), 16–20.
 9. Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Absolute Media.
 10. Junaidi et al., (2023) Junaidi, A., Rahayu, D., Arisandi, W., Adyas, A., & Karyus, A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Cerdik Hipertensi Pada Remaja. 11(April).
 11. Kemenkes. (2016). *Cek Kesehatan secara Rutin*.
 - 12.
 13. Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.
 14. KemenKes RI. (2018). Rencana Aksi Nasional Penyakit Tidak Menular 2015-2019. In Kementrian Kesehatan RI (pp. 1–166).
 15. Masriadi. (2019). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular* (T. Ismail (ed.); 2nd ed.). Trans Info Media.
 16. Natoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Rieneka Cipta
 17. Ofori, D. A., Anjarwalla, P., Mwaura, L., Jamnadass, R., Stevenson, P. C., Smith, P., Koch, W., Kukula-Koch, W., Marzec, Z., Kasperek, E., Wyszogrodzka-Koma, L., Szwer, W., Asakawa, Y., Moradi, S., Barati, A., Khayyat, S. A., Roselin, L. S., Jaafar, F. M., Osman, C. P., ... Slaton, N. (2020). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Regulasi Diri Remaja Akhir. *Molecules*, 2(1), 1–12.
 18. Permenkes, 2015. (2015). Permenkes RI Nomor 71 tahun 2015 Tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular. Menteri Kesehatan Republik Indonesia Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, Nomor 15(879), 2004–2006.
 19. Purnama, R. (2021). Model perilaku pencarian informasi (analisis teori perilaku pencarian informasi menurut David Ellis). *Pustaka Karya : Jurnal Ilmiah Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, 9(1), 10. <https://doi.org/10.18592/pk.v9i1.5158>
 20. Pusphandani, C. T. & M. E. (2015). *Pengantar Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
 21. Rahayu. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Riau. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 9, 1–287.
 22. Rif'ati, R. etMas I., VDMA, M. I., Föhling, J., Industry, M., Nielsch, W., Abbildung, D., Turtle, P., Lanza, G. et al., Messe, H., Cases, U., Ar-anwendungen, P., Reality, A., Werkzeug, M., App, D., Vsm, S. I. M., E.V., T.-I. S. K., BSI, B. F. S. in der I., Group, S. S., Heller, J., ... Kommission, E. (2018). , Azizah Arumsari, Nurul Fajriani, Virgin S Maghfiroh, Ahmad Fathan Abidi, Achmad Chusairi, Cholichul Hadi. *Bitkom Research*, 63(2), 1–3.
 23. Rusiana, H. putri. (2021). Pendidikan Teman sebaya Solusi Problematika Pendidikan dan Kesehatan.
 24. Salim, I. H., Sibarani, J. P., Pryta, A., & Simaremare, R. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Perilaku CERDIK Mahasiswa Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan The Effect of Social Support on CERDIK Behavior among Medical Students at HKBP Nommensen University Medan. 29(1), 11–17.
 25. Sari, L. M., & Ardianto, A. J. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku “CERDIK” pada Penderita Hipertensi Selama Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Gulai Bancah Bukti Tinggi. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2, 368–374.
 26. Sasmita, R. S. (2020). Research & Learning in Primary Education Pemanfaatan Internet Sebagai Sumber Belajar. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 1, 1–5.
 27. Sekarrini, R. (2022). Gambaran Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Di Kelurahan Umban Sari Kecamatan Rumbai Pekanbaru Menggunakan Pendekatan Stepwise Who. *Jurnal Ilmiah Multi Disiplin Indonesia*, 2(1), 163–173.

28. Soewondo, P., Johar, M., Pujisubekti, R., Halimah, H., & Irawati, D. O. (2019). Inspecting Primary Healthcare Centers in Remote Areas: Facilities, Activities, and Finances. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 7(1), 89. <https://doi.org/10.20473/jaki.v7i1.2019.89-98>
29. Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 60–66. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
30. Sugiyono, P. D. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta CV.
31. Taufik. (2021). Hipotesis Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Ilmu Administrasi*, 3(2), 96–102.
32. Tarigan, M. (2018). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Yang Memiliki OrangTua Tunggal. *Jurnal Diversita*. ISSN- 2461-1263. Penulisnya.
33. Utami, N. M. S. N., & Wideasavitri, P. N. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Penerimaan Diri Individu yang Mengalami Asma. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 12–21. <https://doi.org/10.24843/jpu.2013.v01.i01.p02>
34. Who. 2018. *Survailance Of Noncommunicable Diseases*. Switzerland : WHO press
35. Widayanti, A. (2019). *Perilaku Kesehatan (Health Behavior):Aplikasi Teori Perilaku Untuk Promosi Kesehatan*.
36. Yarmaliza, Z. (2019). Keywords: PTM, GERMAS, counseling ABSTRAK. 3(2), 93–100.
37. Yuningrum, H., Trisnowati, H., & Rosdewi, N. N. (2021). 343-916-1-Pb. 6(1), 41–49.