

Wujudkan Keluarga Sehat dan Bahagia Melalui Pencegahan Penyakit Tidak Menular dengan Perilaku “CERDIK”

Creating a Healthy and Happy Family Through Preventing Non-Communicable Diseases with "CERDIK" Behavior

Sarah Geltri Harahap^{1*}, Ellynia², Paramita Boni³, Fariz Kahendra⁴

¹⁻⁴Program Studi Administrasi Kesehatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada, Indonesia

*Penulis Korespondensi: sarahgharahapp@gmail.com

Article History:

Naskah Masuk: 03 September 2025;

Revisi: 17 September 2025;

Diterima: 01 Oktober 2025;

Terbit: 04 Oktober 2025

Keywords: CERDIK; Health Education; Healthy Lifestyle Behavior; Knowledge Improvement; Non-Communicable Diseases.

Abstract: Non-Communicable Diseases (NCDs) remain a health issue that remains unresolved. Health education based on healthy lifestyle behaviors can be a preventative measure, specifically through the CERDIK approach. The purpose of this study was to determine the effect of CERDIK health education on respondents' knowledge levels. The study was conducted by administering pre-tests and post-tests before and after the education, involving 30 respondents. The instrument used was a questionnaire with 20 questions, and the results of each respondent's answers were then tested univariately to see the picture of knowledge and bivariate to see the resulting effect. The results of the univariate analysis showed that after the education was given, 30% had high knowledge, 66.7% had moderate knowledge, and 3% had low knowledge. In the bivariate comparison using the t-dependent test, the results also showed a significant effect ($p\text{-value} = <0.001$) between CERDIK education and increasing respondents' knowledge regarding NCD prevention, as evidenced by an increase in the average score from 45.50 to 70.50. In this way, after health education is carried out, it is hoped that the community will be able to implement steps to prevent NCDs in their daily lives so that NCD problems can be resolved.

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) masih menjadi persoalan di bidang kesehatan yang hingga saat ini belum terpecahkan. Edukasi kesehatan berbasis perilaku hidup sehat dapat menjadi upaya pencegahan, yakni melalui pendekatan CERDIK. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh yang ditimbulkan oleh edukasi kesehatan CERDIK terhadap tingkat pengetahuan responden. Penelitian dilakukan dengan pemberian pre-test dan post-test pada saat sebelum dan setelah dilakukannya edukasi dengan peserta yang terlibat ialah sebanyak 30 responden. Instrumen yang digunakan berupa kuisioner dengan 20 pertanyaan yang kemudian hasil dari jawaban masing-masing responden diuji secara univariat untuk melihat gambaran pengetahuan serta bivariat untuk melihat pengaruh yang ditimbulkan. Hasil analisa univariat menunjukkan setelah diberikan edukasi ditemukan, 30% pengetahuan tinggi, 66.7% pengetahuan sedang, 3% pengetahuan rendah. Pada perbandingan bivariatnya melalui uji t-dependent, hasil juga menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan ($p\text{-value} = <0.001$) antara edukasi CERDIK terhadap peningkatan pengetahuan responden mengenai pencegahan PTM yang juga dibuktikan melalui peningkatan nilai rata-rata dari 45.50 menjadi 70.50. Dengan begitu, setelah dilakukannya edukasi kesehatan, diharapkan masyarakat mampu menerapkan langkah-langkah dalam mencegah PTM dikehidupan sehari-hari sehingga permasalahan PTM dapat teratasi.

Kata Kunci: CERDIK; Edukasi Kesehatan; Peningkatan Pengetahuan; Penyakit Tidak Menular; Perilaku Hidup Sehat.

1. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) atau yang dikenal dengan Non-Communicable Diseases (NCDs) merupakan kondisi kesehatan yang tidak menular dari satu individu ke individu lainnya, namun dapat berkembang secara perlahan dengan jangka waktu yang tidak dapat diprediksi (bersifat kronis). Proses penyembuhan maupun pengendaliannya juga cukup berlangsung lambat dan membutuhkan waktu yang panjang (Fahdhienie et al., 2024). PTM umumnya dipengaruhi oleh gaya hidup individu, berbeda dengan penyakit menular yang biasanya disebabkan oleh virus, bakteri ataupun vektor (Mufidaturrosida, Utaminingsya, & Sanjaya, 2024). Kondisi ini yang kemudian cukup menggeser dominasi tantangan kesehatan dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular.

Secara global, PTM telah menjadi penyebab utama kematian, termasuk di Indonesia (Kemenkes, 2024). PTM setidaknya bertanggung jawab atas 38 juta dari 57 juta kematian yang terjadi pada setiap tahunnya dengan sekitar 85% kematian tersebut terjadi pada negara yang memiliki pendapatan rendah juga menengah (Akseer et al., 2020). Pernyataan ini didukung oleh hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang memperlihatkan terdapatnya peningkatan prevalensi PTM pada tahun 2007, 2013 dan 2018 yang didominasi oleh penyakit seperti hipertensi, stroke, jantung, kanker, serta asma (Kartika, Sarib, Saric, Romadhonad, & Putri, 2024). Persentase peningkatan tersebut dimulai dari hipertensi yakni meningkat sebesar 2.3% (dari 31.7% menjadi 34%), stroke sebesar 3.9% (dari 7% menjadi 10.9%), diabetes mellitus sebesar 1.6% (dari 6.9% menjadi 8.5%), kanker sebesar 0.4% (dari 1.4% menjadi 1.8%), serta jantung sebanyak 1,5% (Parlaungan, Fabanyo, & Mustamu, 2024).

Melihat dampak besar yang ditimbulkan, pemerintah terus berupaya untuk menekan angka kejadian PTM dengan meluncurkan beberapa program melalui upaya promotive, preventif, deteksi dini, pengobatan hingga rehabilitasi. Upaya ini tidak hanya dilakukan oleh lintas program dan sektor, tetapi juga menekankan pentingnya peran serta masyarakat (Supatmi, Purnomo, Pranawati, Purwaningsih, & K, 2023). Sebagaimana yang disebutkan dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009, keterlibatan masyarakat dapat berupa meningkatkan pengetahuan, kesadaran serta kemauan berperilaku sehat untuk mencegah terjadinya PTM (Parlaungan et al., 2024). Selain dalam UU, regulasi mengenai penanggulangan PTM juga diatur dalam Permenkes Nomor 71 Tahun 2015 tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular dan pembuatan Modul Penyakit Tidak Menular sebagai dasar panduan peran dari seluruh masyarakat maupun antar sektor, terutama fasilitas kesehatan tingkat primer (FKTP) (Jannati, Djanna, & Solikhah, 2024).

Salah satu bentuk nyata program yang dicanangkan oleh pemerintah ialah Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang mengedepankan upaya promotif serta preventif. Program ini dapat diimplementasikan dengan bentuk CERDIK untuk meminimalisir terjadinya kejadian PTM. CERDIK mengusung beberapa langkah yakni cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin berolahraga, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stres (Prastiwi, Anindhita, & Pornomo, 2021). Agar gerakan ini dapat berjalan dengan optimal, diperlukan penyebaran informasi serta edukasi kesehatan yang tepat. Hal ini dikarenakan kurangnya pemahaman dari masyarakat mengenai PTM seringkali menjadi pemicu utama rendahnya perhatian terhadap upaya pencegahan (Parlaungan et al., 2024).

Berdasarkan pada latar belakang yang telah tersusun, kegiatan pengabdian masyarakat dianggap penting untuk menjawab permasalahan PTM yang hingga kini masih menjadi beban di bidang kesehatan. Melalui penyuluhan, diskusi interaktif, maupun praktik langsung, diharapkan masyarakat akan lebih sadar mengenai pentingnya pencegahan serta mampu menerapkan langkah-langkah CERDIK dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk mendeskripsikan pengaruh yang terjadi dari kegiatan yang dilakukan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat. Tahap penelitian ini awalnya berupa pemberian edukasi kesehatan mengenai penyakit tidak menular serta tata cara untuk mencegahnya. 30 peserta yang terlibat kemudian diikutsertakan sebagai responden penelitian melalui tiga tahapan yakni pertama-tama para responden diberikan kuisioner pre-test dengan waktu pengerjaan selama 15 menit. Kemudian dilakukan sesi edukasi materi sebelum diberikannya kuisioner post-test.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis dalam tiga tahap. Pertama, dilakukan uji univariat untuk melihat gambaran kategori nilai dari hasil pre-test dan post-test. Kedua, dilanjutkan pengujian bivariat melalui dependent t-test dengan software SPSS yang dilakukan untuk membandingkan rata-rata hasil sebelum dan sesudah intervensi. Apabila nilai signifikansi yang dihasilkan dari pengujian ialah (α) $<0,05$, maka terbukti adanya perbedaan yang signifikan antar kedua variabel. Ketiga, efektivitas edukasi juga dihitung menggunakan nilai normalized gain (N-gain). Sehingga dengan kombinasi ketiga analisis tersebut, dapat diperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai sejauh mana edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk atasi PTM.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilaksanakan selama satu hari oleh tim Dosen dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada di Monumen Nasional pada hari Minggu, 18 Mei 2025 sebagai salah satu rangkaian acara Dies Natalis STIKes RS Husada yang ke-36. Pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan mengenai langkah untuk mengatasi PTM dengan perilaku CERDIK. Sebelum dilakukannya edukasi, tim memberikan pertanyaan sebagai pre-test yang dapat diakses melalui google form sebagai pre-test. Pertanyaan tersebut kemudian diisi kembali sebagai post-test setelah dilakukannya edukasi kesehatan. Selain edukasi kesehatan, dilakukan juga rangkaian kegiatan lainnya seperti pengecekan tekanan darah dan gula darah.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pemeriksaan dan Advokasi Kesehatan.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Edukasi Kesehatan Mengenai Perilaku CERDIK untuk Atasi PTM.

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	Distribusi	Persentase (%)	Distribusi	Persentase (%)
Rendah	30	100,0	1	3,3
Sedang	0	0	20	66.7
Tinggi	0	0	9	30.0
Jumlah	30	100,0	30	100,0

Pada analisa univariat, tingkat pengetahuan responden dikategorikan menjadi dua, yakni rendah apabila nilai responden ≤ 50 dan tinggi apabila nilai responden > 50 . Berdasarkan tabel 1, sebelum dilakukannya edukasi mayoritas tingkat pengetahuan responden berada pada kategori rendah, yakni sebanyak 70%. Namun setelah diberikan edukasi, persentase tersebut menurun signifikan menjadi hanya 33,3%.

Tabel 2. Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Mengenai Perilaku CERDIK untuk Atasi PTM.

	Mean	N	S-Deviasi	P Value
Sebelum	45,50	30	10,533	<0,001
Sesudah	70,50	30	10,614	<0,001

Hasil analisa pada tabel 2 menunjukkan jika rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum dilakukannya edukasi kesehatan ialah 43,83%, sedangkan setelah diberikannya edukasi, persentase tersebut meningkat menjadi 56,83%. Dalam pengujian pengaruhnya dengan uji *t-dependent* nilai p value yang dihasilkan ialah <0,001, artinya terdapat pengaruh signifikan dari edukasi kesehatan yang diberikan mengenai perilaku CERDIK untuk mengatasi PTM terhadap peningkatan pengetahuan responden.

Analisa selanjutnya dikuatkan dengan pengujian N-gain untuk melihat peningkatan yang terjadi antara kedua variabel, sehingga dapat diketahui tingkat efektivitasnya. Nilai N-gain dapat dibagi menjadi tiga klasifikasi yakni tinggi ($g \geq 0,70$), sedang ($0,30 < g < 0,70$) dan rendah ($g < 0,30$) (Guntara, 2020). Nilai N-gain dapat diuji dengan rumus hitung:

$$g = \frac{(\text{post test} - \text{pre test})}{\text{skor maksimal} - \text{pre test}}$$

Tabel 3. Tabel Nilai N-Gain dari Masing-Masing Responden Mengenai Perilaku CERDIK untuk Atasi PTM.

No	Nilai Pretest	Nilai Post Test	N-gain	Kategori
1	40	60	0.33	Sedang
2	55	70	0.33	Sedang
3	35	60	0.38	Sedang
4	55	70	0.33	Sedang
5	60	85	0.63	Sedang
6	55	70	0.33	Sedang
7	35	60	0.38	Sedang
8	45	65	0.36	Sedang
9	60	85	0.63	Sedang
10	60	85	0.63	Sedang
11	45	60	0.27	Rendah
12	30	60	0.43	Sedang
13	40	80	0.67	Sedang
14	30	60	0.43	Sedang
15	50	80	0.60	Sedang
16	50	85	0.70	Tinggi
17	55	90	0.78	Tinggi
18	55	90	0.78	Tinggi
19	30	60	0.43	Sedang
20	55	65	0.22	Rendah

21	40	65	0.42	Sedang
22	45	75	0.55	Sedang
23	50	65	0.30	Sedang
24	35	60	0.38	Sedang
25	40	60	0.33	Sedang
26	20	55	0.44	Sedang
27	55	70	0.33	Sedang
28	50	75	0.50	Sedang
29	50	80	0.60	Sedang
30	40	70	0.50	Sedang
N-Gain			0.47	Sedang

Berdasarkan paparan dari tabel 3, dapat diketahui jika N-gain dari masing-masing responden berkisar antara 0,22 sampai dengan 0,78. Hasil tersebut menunjukkan jika peningkatan pengetahuan responden berada pada kategori rendah hingga tinggi. Rata-rata dari N-gain (gave) memperoleh nilai sebesar 0,47 yang termasuk dalam kategori sedang sehingga edukasi kesehatan yang diberikan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai atasi PTM dengan CERDIK dan tingkat efektivitasnya tergolong sedang.

Pembahasan

Hasil dari pengujian sebelumnya menegaskan bahwa peningkatan pengetahuan masyarakat berperan penting dalam memahami jika PTM termasuk penyakit yang dapat dicegah (*preventable disease*) melalui pengenalan faktor risiko serta perubahan pola hidup menjadi lebih sehat. Manfaat pencegahan PTM sangat besar, baik bagi individu maupun masyarakat, sebab mampu menurunkan angka kesakitan serta kematian hingga derajat kesehatan juga akan meningkat (Vilasari, Ode, Sahilla, Febriani, & Purba, 2024). Bahkan, apabila sepertiga angka kematian dini akibat PTM dapat dikurangi pada tahun 2030, maka Pengendalian PTM maka target indikator Sustainable Development Programs (SDGs) juga dapat terpenuhi (Supatmi et al., 2023). Untuk itu, diperlukan perubahan gaya hidup Masyarakat dengan penerapan perilaku CERDIK. Perilaku CERDIK merupakan langkah penting dalam mencegah dan mendeteksi dini berbagai macam PTM, yang mencakup kegiatan diantaranya (RI, 2019):

- Cek kesehatan secara berkala, melalui pemeriksaan kesehatan dengan teratur
- Enyahkan asap rokok agar sebab seseorang dapat terhindar dari berbagai penyakit gangguan pernapasan
- Rajin berolahraga agar kesehatan jantung, tulang dan berat badan terjaga
- Diet sehat seimbang melalui makan makanan yang kaya nutrisi

- e. Istirahat yang cukup untuk mengelola stres dan meningkatkan imun tubuh
- f. Kelola stress dengan metode-metode sehat, seperti melalui olahraga, meditasi atau kegiatan relaksasi lainnya.

Promosi kesehatan menjadi kunci dalam mendukung penerapan perilaku CERDIK tersebut. Melalui intervensi edukasi, masyarakat dapat meningkatkan kesadaran, pengetahuan serta perilaku hidup sehat. Intervensi yang dilakukan salah satunya dapat berupa pengabdian masyarakat melalui edukasi serta diskusi interaktif mengenai langkah-langkah untuk mencegah penyakit tidak menular (Mufidaturrosida et al., 2024). Pemberian edukasi kesehatan dapat mendorong masyarakat untuk memahami pentingnya menjaga kebersihan diri, sanitasi lingkungan serta praktik-praktik kesehatan lainnya yang menghindari datangnya penyakit (Fahdhienie et al., 2024). Edukasi kesehatan juga menjadi cara yang ampuh untuk merubah pola hidup kesehatan individu atau masyarakat melalui peningkatan pengetahuannya sehingga masyarakat dapat menolong dirinya sendiri agar terhindar dari berbagai macam risiko penyakit (Oktavilantika, Suzana, & Damhuri, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan awal dan tingkat pengetahuan akhir pada partisipan yang telah diberikan intervensi (Ariyanti, Preharsini, & Sipolio, 2020). Selain pengetahuan, intervensi edukasi juga mampu meningkatkan sikap serta perilaku deteksi dini masyarakat terhadap faktor risiko PTM (Rosidawati, Nurhasah, & Iman, 2022). Hasil pengujian terdahulu lainnya juga menunjukkan edukasi terhadap PTM melalui penyuluhan langsung ataupun tidak langsung dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai PTM dan pencegahan melalui perilaku CERDIK (Leonita, Nurlisis, & Nopriadi, 2023). Sejalan pula dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kegiatan edukasi CERDIK bukan hanya meningkatkan pengetahuan usia produktif, tapi juga terbukti dapat meningkatkan pengetahuan lansia dalam pencegahan PTM dengan memanfaatkan fasilitas-fasilitas penunjang seperti posbindu (Sutriyawan et al., 2022).

Kurangnya informasi mengenai pencegahan PTM seringkali menjadi penghambat dalam upaya pencegahan. Oleh sebab itu, diperlukan penyuluhan yang lebih optimal disertai dengan evaluasi perubahan pengetahuan yang diterima oleh masyarakat setelah dilakukannya kegiatan, sehingga dapat terukur keberhasilannya (Hidayat, Laksono, K, W, & Zuhri, 2022). Dalam hal ini, penggunaan metode penyampaian interaktif yang diiringi oleh penggunaan media kreatif dan keterlibatan perangkat setempat seperti kader, dapat mendorong masyarakat untuk aktif dan mengikuti rangkaian edukasi yang diberikan. Sehingga pengabdian berjalan dengan optimal dan edukasi yang diberikan akan berdampak (Kasmad, Yasin, & Rahman, 2025).

Penelitian lainnya juga menyatakan hasil jika pemberian edukasi program berbasis komunitas yang dibantu oleh dukungan kader serta posyandu akan lebih efektif dan berkelanjutan sebab tidak hanya serta merta memberikan edukasi, melainkan membantu dan mengawasi masyarakat untuk membiasakan perilaku CERDIK PTM di kehidupan sehari-hari (Carina, Cahyono, & Meditama, 2025). Hal ini juga membuktikan jika selain kesadaran diri sendiri, terdapat faktor pendukung lainnya dalam mempengaruhi keberhasilan penerapan CERDIK di masyarakat. Dukungan sosial yang kuat mampu membuat individu menjadi lebih konsisten untuk menjalankan perilaku sehat (Rahma, Vita, & Purba, 2025).

Pemberian edukasi yang dilakukan kepada masyarakat memang cukup membantu untuk meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku masyarakat agar menjalankan perilaku hidup sehat (Putri & Sari, 2023). Pengetahuan yang diperoleh dari edukasi dapat berperan penting dalam meningkatkan pemahaman tentang pentingnya menerapkan perilaku CERDIK. Masyarakat dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan, menanamkan pola hidup sehat, mengenali tanda dan gejala penyakit tidak menular, dan pencegahan terjadinya penyakit tidak menular dengan penerapan perilaku CERDIK (Suwanti & Darsini, 2022). Hal ini dikarenakan edukasi kesehatan pada hakikatnya ialah suatu kegiatan ataupun usaha yang menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Edukasi akan secara langsung terhubung dengan pengetahuan yang akhirnya sampai pada perilaku, dimana pengetahuan yang telah dimiliki dapat digunakan untuk membentuk sebuah perilaku. Perilaku yang terbentuk dengan mengandalkan pengetahuan dinamakan teori belajar kognitif. Kognitif berperan dalam pembentukan perilaku yaitu untuk memberikan pengertian, menghasilkan emosi, pembentukan sikap, serta pemberian motivasi terhadap konsekuensi sebuah perilaku (Oktavilantika et al., 2023). Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang. Meningkatkan pengetahuan akan berdampak pada berkurangnya masalah kesehatan yang terjadi. Jika masyarakat memiliki pengetahuan pencegahan yang baik maka masyarakat juga memberlakukan pola hidup sehat. Dengan dilakukannya edukasi kesehatan tersebut maka diharapkan masyarakat, kelompok, atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik.

4. KESIMPULAN

Hasil dari penelitian ini membuktikan jika edukasi kesehatan, khususnya mengenai penerapan perilaku CERDIK efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM). Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat menjadi lebih sehat, sehingga diharapkan perubahan ini dapat menekan prevalensi kesakitan dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Terimakasih juga kami ucapkan kepada para responden yang telah bersedia untuk berpartisipasi sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat dan memberikan kontribusi nyata dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Akseer, N., Mehta, S., Wigle, J., Chera, R., Brickman, Z. J., Sorichetti, B., & Vandermorris, A. (2020). Non-communicable diseases among adolescents: Current status, determinants, interventions and policies. *BMC Public Health*, 20(1908), 1–20. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09988-5>
- Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. V. (2020). Edukasi kesehatan dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi pada lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 74–82. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>
- Carina, A., Cahyono, L., & Meditama, R. F. (2025). Community-based non-communicable diseases (NCDs) prevention in the elderly using the CERDIK method at Posyandu Kemuning. *Jurnal Empathy*, 6(1), 37–48. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v6i1.289>
- Fahdhienie, F., Savitri, H., Darwis, A., Kesehatan, F., Universitas, M., Aceh, M., & Korespondensi, P. (2024). Edukasi pencegahan penyakit menular dan tidak menular pada masyarakat di Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Surya Masyarakat*, 7(1), 53–59. <https://doi.org/10.26714/jsm.7.1.2024.53-59>
- Guntara, Y. (2020). *Normalized gain ukuran keefektifan treatment*. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.27603.40482>
- Hidayat, C. T., Laksono, S. B., K, H. A., W, N. E., & Zuhri, I. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan hipertensi dengan program CERDIK pada lansia di Desa Kasiyan RW 12 dan 13 Kabupaten Jember. *Trilogi: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Eksakta*, 1(2), 108–115. <https://doi.org/10.47134/trilogi.v1i2.26>

- Jannati, N. B., Djanna, S. N., & Solikhah. (2024). Literatur review: Promosi kesehatan berbasis masyarakat terhadap pengendalian hipertensi di Indonesia. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(6), 1342–1350.
- Kartika, J., Sarib, S. N., Saric, I. P. R., Romadhonad, S. B., & Putri, N. C. M. (2024). Edukasi pentingnya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) pada siswa-siswi MAN 1 Muara Enim. *JIKK: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 15(1), 87–93. <https://doi.org/10.26751/jikk.v15i1.2183>
- Kasmad, R., Yasin, Y. K., & Rahman, S. N. (2025). Penguatan perilaku "CERDIK" melalui edukasi inovatif dalam mencegah hipertensi pada lansia di Desa Kampung Beru. *Mammiri: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 94–99.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Laporan tematik survei kesehatan Indonesia tahun 2023*.
- Leonita, E., Nurlisis, & Nopriadi. (2023). Peningkatan kapasitas masyarakat pada upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) melalui gerakan perempuan "CERDIK" di Kota Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 3(3), 20–30. <https://doi.org/10.25311/jpkk.Vol3.Iss3.1764>
- Mufidaturrosida, A., Utamingtyas, F., & Sanjaya, A. (2024). Skrining dan edukasi penyakit tidak menular. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 6(3), 2–5. <https://doi.org/10.51933/jpma.v6i3>
- Oktavilantika, D. M., Suzana, D., & Damhuri, T. A. (2023). Literature review: Promosi kesehatan dan model teori perubahan perilaku kesehatan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 7, 1480–1494.
- Parlaungan, J., Fabanyo, R. A., & Mustamu, A. C. (2024). Edukasi CERDIK sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular pada masyarakat Klasaman Kota Sorong. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7, 4560–4575. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i10.16911>
- Prastiwi, D., Anindhita, M. A., & Pornomo, H. (2021). Edukasi cegah penyakit tidak menular dengan CERDIK dan PATUH di era pandemi. *Jurnal Abdimas*, 2, 20–25. <https://doi.org/10.31941/abdms.v2i0.1935>
- Putri, M. E., & Sari, M. T. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan manajemen CERDIK dan PATUH atasi hipertensi terhadap pengetahuan. *Jurnal Kesehatan*, 2, 142–146.
- Rahma, A. N., Vita, C., & Purba, G. (2025). Determinants of CERDIK behavior as an effort to prevent non-communicable diseases in students of Hang Tuah. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 11(2), 224–231. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol11.Iss2.2172>
- RI, K. K. (2019). *CERDIK, rahasia masa muda sehat dan masa tua nikmat!* Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/cerdik-rahasia-masa-muda-sehat-dan-masa-tua-nikmat>

- Rosidawati, Nurhasah, A., & Iman, A. T. (2022). Pengaruh edukasi multimedia terhadap pengetahuan, sikap, perilaku keluarga dalam deteksi dini faktor risiko PTM di Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Best Journal: Biology Education Science & Technology*, 5(1), 71–77.
- Supatmi, Purnomo, P. S., Pranawati, E., Purwaningsih, E., & K, D. N. (2023). Pengurangan dampak penyakit tidak menular dengan program penyuluhan dan pelaksanaan skrining. *Journal of Community Empowerment*, 5(3), 89–98.
- Sutriyawan, A., Suherdin, Ramdhani, L. R., Meilani, A., Dwinurani, H., Farhanudin, H., & Susilawati, S. (2022). Peningkatan pengetahuan lansia melalui promosi kesehatan dalam upaya meningkatkan kunjungan posbindu penyakit tidak menular. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(2). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i2.4692>
- Suwanti, I., & Darsini. (2022). Sosialisasi perilaku CERDIK dalam pengendalian penyakit tidak menular (PTM) pada masyarakat. *Jurnal Masyarakat Mandiri dan Berdaya*, 1, 11–19.
- Vilasari, D., Ode, A. N., Sahilla, R., Febriani, N., & Purba, S. H. (2024). Peran promosi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penyakit tidak menular (PTM): Studi literatur. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(7), 2635–2648. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i7.5626>