

ABSTRAK

PENERAPAN PERILAKU “CERDIK” PADA KLIEN HIPERTENSI DI DESA KEDUNGLO KABUPATEN SITUBONDO

Oleh: Oktica Putri Sulistyو

Penyakit yang sering muncul akibat gaya hidup yang tidak sehat salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi dapat disebabkan oleh penerapan perilaku atau gaya hidup yang bersifat negatif. Meningkatnya prevalensi hipertensi dari tahun ketahun selain karena jumlah penduduk yang bertambah, salah satunya juga karena rendahnya perilaku hidup sehat yaitu dengan penerapan perilaku CERDIK yang tidak diterapkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Penerapan Perilaku “CERDIK” Pada Klien Hipertensi di Desa Kedunglo Kabupaten Situbondo.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang terdiagnosis hipertensi minimal 1 tahun di Desa Kedunglo Kabupaten Situbondo yang berjumlah 120 orang. Dalam mengumpulkan data penelitian menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada responden melalui lembar kuesioner. Data yang terkumpul diberi kode, skoring, dan tabulasi, selanjutnya dianalisis menggunakan presentase.

Hasil penelitian penerapan perilaku “CERDIK ” pada klien hipertensi di Desa Kedunglo Kabupaten Situbondo diperoleh 76% klien tidak menerapkan perilaku cek kesehatan secara rutin, 67% menerapkan perilaku enyahkan asap rokok, 89% menerapkan perilaku rajin aktivitas fisik, 53% tidak menerapkan perilaku diet sehat dan seimbang, 75% menerapkan perilaku istirahat cukup, dan 87% klien menerapkan perilaku kelola stress.

Bagi klien hipertensi yang tidak menerapkan perilaku “CERDIK” diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan penerapannya dengan cara mencari informasi kembali tentang perilaku “CERDIK” baik kepada teman, tenaga kesehatan maupun media informasi tentang pentingnya melakukan penerapan perilaku “CERDIK” untuk menangani penyakit hipertensi.

Kata Kunci: Perilaku “CERDIK”, hipertensi

ABSTRACT

DESCRIPTIVE STUDY OF APPLICATION OF "CERDIK" BEHAVIOR TO HYPERTENSIVE CLIENTS IN KEDUNGLO VILLAGE SITUBONDO REGENCY

By: Oktica Putri Sulisty

One of the diseases that often arises due to an unhealthy lifestyle is hypertension. Hypertension can be caused by implementing negative behavior or lifestyle. The increasing prevalence of hypertension from year to year is not only due to the increasing population, one of the reasons is also due to the low level of healthy living behavior, namely the lack of implementation of "CERDIK" behavior. The purpose of this study was to determine the application of "CERDIK" behavior to hypertensive clients in Kedunglo Village Situbondo Regency.

This research uses descriptive research type. The population in this study were all people who were diagnosed with hypertension for at least 1 year in Kedunglo Village Situbondo Regency, totaling 120 people. In collecting data research using questionnaires distributed to respondents through questionnaire sheets. The collected data was coded, scored, and tabulated, then analyzed using percentages.

The results of the research on the application of "CERDIK" behavior to hypertensive clients in Kedunglo Village Situbondo Regency It was found that 76% of clients did not implement routine health checks, 67% implemented the behavior of getting rid of cigarette smoke, 89% implemented the behavior of diligent physical activity, 53% did not apply the behavior of a healthy and balanced diet, 75% implemented the behavior of adequate rest, and 87% of clients implemented the behavior manage stress.

For hypertensive clients who do not apply the behavior "CERDIK" It is hoped that it can increase knowledge and its application by seeking information again about "CERDIK" behavior both from friends and staff health and information media about the importance of implementing "CERDIK" behavior to treat hypertension.

Keywords: "CERDIK" behavior, hypertension