

ABSTRAK

Penyakit hipertensi merupakan *the silent disease* karena seseorang tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi. Perilaku berisiko yang dapat mengakibatkan hipertensi meliputi kurang sayur, konsumsi makanan tinggi penyedap, konsumsi makanan tinggi manis, merokok, konsumsi makanan asin, kurang aktifitas fisik dan gangguan mental. Pentingnya berperilaku CERDIK bagi masyarakat sebagai upaya untuk mencegah PTM salah satunya adalah penyakit hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan perilaku CERDIK dengan derajat hipertensi pada kelompok prolanis segar di Puskesmas Pucang sewu.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasi *cross sectional*. Subyek yang digunakan adalah penderita hipertensi pada kelompok prolanis segar di Puskesmas Pucang Sewu sebanyak 72 responden. Penelitian dilaksanakan selama 1 minggu di bulan Juni tahun 2023. Variabel independen penelitian ini adalah perilaku CERDIK, sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah derajat Hipertensi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini kuesioner perilaku CERDIK dan lembar observasi derajat Hipertensi. Uji statistik menggunakan *Rank Spearman* dengan *p value* < 0,05.

Hasil penelitian pada perilaku CERDIK hampir seluruhnya (94,44%) penderita Hipertensi berperilaku CERDIK baik, sedangkan derajat Hipertensi sebagian besar (66,67%) merupakan kategori Pre Hipertensi. Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan *p value* = 0,000, yang berarti terdapat hubungan antara perilaku CERDIK dengan derajat hipertensi pada kelompok prolanis segar di puskesmas Puskesmas Pucang Sewu.

Semakin tinggi perilaku CERDIK maka derajat hipertensi pada penderita hipertensi kelompok prolanis di Puskesmas Pucang Sewu semakin tinggi pula. Oleh sebab itu Puskesmas Pucang Sewu dapat meningkatkan kegiatan Posyandu lansia baik di Puskesmas dan diseluruh wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu.

Kata Kunci : Perilaku CERDIK, Derajat Hipertensi, Kelompok prolanis.