

Intervensi Program Sehat PHBS Bagi Siswa Kelas V dan VI di Sd Negeri 1 Picungremuk

**Alfiana Sugistiani¹, Apipah Rohadatul Asyi Zamilah², Syifa Nurlaeli Wahidah³,
Risma Nazmi Nuradila⁴, Salwa Nurhaliza⁵, Nabila Assyifa⁶, Matswa Finnury
Jannata⁷, Ninda Salma Nurfitri⁸, Kharisma Nurul Fazrianti Rusman⁹**

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Universitas Siliwangi, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Matswa Finnury Jannata

E-mail: matswafinnury14@gmail.com

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangat penting dalam membentuk kebiasaan sehat sejak usia sekolah dasar, namun tingkat penerapannya masih rendah di berbagai wilayah Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program intervensi “SEHATI PHBS” (Sehat Aktif Terapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa kelas V dan VI di SD Negeri 1 Picungremuk, Kota Tasikmalaya. Intervensi dilaksanakan dengan metode edukatif-partisipatif berbasis teori Health Belief Model (HBM), mencakup penyuluhan interaktif, demonstrasi praktik mencuci tangan enam langkah, pemutaran video animasi, serta permainan edukatif. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test yang dianalisis menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor dari 7,25 menjadi 9,06 dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah intervensi. Hasil ini membuktikan bahwa program edukasi interaktif mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap PHBS secara signifikan. Program ini dapat dijadikan model edukasi kesehatan berbasis sekolah yang efektif dan aplikatif di wilayah padat penduduk lainnya.

Kata kunci – PHBS, intervensi kesehatan, HBM, siswa, edukasi kesehatan.

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is crucial in developing healthy habits from an early age, particularly during elementary school. However, its implementation remains low in various regions of Indonesia. This study aimed to evaluate the effectiveness of the “SEHATI PHBS” (Healthy and Active Implementation of Clean and Healthy Living Behavior) intervention program in improving the knowledge and behavior of 5th and 6th-grade students at SD Negeri 1 Picungremuk, Tasikmalaya City. The intervention employed an educational-participatory approach based on the Health Belief Model (HBM), incorporating interactive counseling, demonstrations of the six-step hand washing technique, animated video screenings, and educational games. The evaluation was conducted using pre-test and post-test assessments analyzed with the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed an increase in the average score from 7.25 to 9.06 with a $p\text{-value}$ of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant difference before and after the intervention. These findings demonstrate that interactive educational programs can significantly improve students’ understanding of PHBS. This program can serve as an effective and applicable model for school-based health education in other densely populated areas.

Keywords – PHBS, health intervention, HBM, students, health education

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bagian integral dari strategi promotif dan preventif dalam pembangunan kesehatan masyarakat, khususnya pada anak usia sekolah. PHBS mencakup perilaku sadar individu untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya, seperti mencuci tangan dengan sabun, menggunakan jamban sehat, mengonsumsi makanan bergizi, serta menjaga kebersihan lingkungan (Kemenkes RI, 2023). Sekolah sebagai institusi formal memiliki peran strategis dalam menanamkan nilai-nilai PHBS melalui kegiatan edukatif yang konsisten dan menyenangkan.

Meskipun demikian, penerapan PHBS di sekolah-sekolah dasar di Indonesia masih menghadapi berbagai tantangan. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat bahwa proporsi siswa yang mencuci tangan dengan benar hanya sebesar 48,2%, dan yang rutin berolahraga hanya 46,1% (Kemenkes RI, 2023). Di tingkat regional, Provinsi Jawa Barat mencatat bahwa dari total 38.012 sekolah dasar, baru sekitar 77,46% yang menerapkan PHBS secara aktif (Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2024). Masalah utama yang dihadapi antara lain keterbatasan fasilitas sanitasi dan belum optimalnya keterlibatan guru serta keluarga dalam membentuk kebiasaan sehat.

Di Kota Tasikmalaya, khususnya Kecamatan Kawalu yang merupakan wilayah padat penduduk, tantangan implementasi PHBS di sekolah semakin kompleks (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2023). SD Negeri 1 Picungremuk, sebagai salah satu sekolah dasar di wilayah tersebut, meskipun telah memiliki fasilitas yang memadai, masih mengalami kendala dalam membiasakan siswa untuk menerapkan PHBS secara konsisten, seperti mencuci tangan sebelum makan dan membuang sampah pada tempatnya.

Penerapan teori *Health Belief Model* (HBM) dalam program "SEHATI PHBS" didasarkan pada pemahaman bahwa perubahan perilaku kesehatan tidak cukup hanya dengan pemberian informasi, melainkan juga perlu membentuk persepsi siswa terhadap pentingnya perilaku sehat. Model ini menekankan bahwa seseorang akan terdorong untuk melakukan tindakan kesehatan apabila ia merasa memiliki kerentanan terhadap suatu masalah kesehatan, memahami tingkat keparahan akibat yang mungkin timbul, serta meyakini bahwa tindakan yang dilakukan akan membawa manfaat yang lebih besar daripada hambatan yang dirasakan (Glanz, Rimer, & Viswanath, 2008). Dalam konteks siswa sekolah dasar, membentuk persepsi ini membutuhkan pendekatan yang sesuai dengan tahap perkembangan kognitif anak, melalui media yang komunikatif, menarik, dan mudah dipahami.

Melalui kegiatan penyuluhan interaktif, demonstrasi langsung seperti cara mencuci tangan yang benar, pemutaran video edukatif, serta permainan edukatif yang menyenangkan, program ini bertujuan menciptakan lingkungan belajar yang mendorong perubahan perilaku yang positif. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan siswa, tetapi juga menstimulasi motivasi intrinsik untuk menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2012). Selain itu, keterlibatan aktif guru dan dukungan dari keluarga menjadi faktor pendukung penting dalam memperkuat pesan-pesan kesehatan yang disampaikan melalui program ini (Depkes RI, 2010).

Dengan dilaksanakannya intervensi "SEHATI PHBS" di SD Negeri 1 Picungremuk, diharapkan akan terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan perilaku siswa terkait PHBS. Hal ini sejalan dengan tujuan promotif dalam promosi kesehatan, yakni meningkatkan kemampuan individu dan masyarakat untuk mengendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatannya (Kemenkes RI, 2023). Lebih luas lagi, keberhasilan program ini diharapkan dapat menjadi model implementasi edukasi kesehatan berbasis teori perilaku yang dapat diterapkan di sekolah dasar lainnya di wilayah perkotaan padat penduduk, seperti di Kecamatan Kawalu, dan berkontribusi terhadap pencapaian target indikator PHBS di tingkat daerah maupun nasional (Dinkes Kota Tasikmalaya, 2023; Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2024).

METODE

Kegiatan intervensi ini dirancang sebagai program edukasi kesehatan berbasis sekolah dengan pendekatan edukatif-partisipatif. Pendekatan ini menggabungkan metode *health education* dengan teori

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



Health Belief Model (HBM) yang bertujuan membentuk persepsi siswa terhadap risiko kebiasaan tidak sehat serta manfaat perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Intervensi dilaksanakan pada Sabtu, 8 Maret 2025, di SD Negeri 1 Picungremuk, Kabupaten Tasikmalaya, yang dipilih berdasarkan hasil observasi awal dan diskusi dengan pihak sekolah. Sasaran kegiatan adalah siswa kelas 5 dan 6 dengan jumlah peserta lebih dari 50 orang.

Pelaksanaan kegiatan terbagi dalam tiga tahap: (1) Persiapan, meliputi koordinasi dengan sekolah, penyusunan materi dan media edukatif (*PowerPoint*, video animasi, alat praktik), serta simulasi kegiatan oleh tim pelaksana; (2) Pelaksanaan, mencakup penyuluhan interaktif mengenai PHBS, demonstrasi praktek cuci tangan enam langkah, dan games edukatif seperti kuis dan tebak gambar; (3) Evaluasi, dilakukan melalui kuis pasca-kegiatan, observasi langsung keterlibatan siswa, dan diskusi informal dengan guru untuk menilai dampak awal dan potensi keberlanjutan program.

Media edukasi yang digunakan disesuaikan dengan tingkat pemahaman siswa, berupa presentasi visual, video animasi, alat praktik (sabun, air, baskom), serta permainan edukatif. Evaluasi dilakukan menggunakan lembar kuis untuk menilai pemahaman siswa, observasi partisipasi selama kegiatan, dan wawancara informal dengan guru sebagai triangulasi informasi terkait perubahan perilaku siswa pasca-intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Pengujian normalitas pada data pre-test dan post-test dilakukan menggunakan SPSS versi 16.0 dengan uji Kolmogorov-Smirnov, karena jumlah sampel melebihi 50 peserta. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal.

Hasil uji menunjukkan nilai signifikansi untuk pre-test dan post-test masing-masing adalah 0,000. Karena nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Ketidakteraturan distribusi data, khususnya pada post-test, disebabkan oleh penyebaran data yang condong ke kanan (kategori nilai sedang hingga tinggi). Oleh karena itu, digunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Ranks Test untuk menguji pengaruh perlakuan dalam penelitian ini.

Tabel 1.
Daftar Hasil Pre-Test Kelas V dan VI

No	Jenis Kelamin	Nilai
1	Laki-laki	3
2	Laki-laki	7
3	Laki-laki	7
4	Laki-laki	8
5	Laki-laki	7
6	Laki-laki	8
7	Laki-laki	8
8	Laki-laki	7
9	Laki-laki	6
10	Laki-laki	8
11	Laki-laki	7
12	Laki-laki	7
13	Laki-laki	8

14	Laki-laki	8
15	Laki-laki	7
16	Perempuan	8
17	Perempuan	7
18	Perempuan	6
19	Laki-laki	7
20	Laki-laki	6
21	Laki-laki	6
22	Perempuan	5
23	Laki-laki	6
24	Laki-laki	7
25	Laki-laki	6
26	Laki-laki	6
27	Perempuan	7
28	Perempuan	6
29	Perempuan	6
30	Perempuan	7
31	Perempuan	8
32	Laki-laki	7
33	Perempuan	6
34	Perempuan	7
35	Perempuan	6
36	Perempuan	8
37	Perempuan	8
38	Perempuan	7
39	Perempuan	7
40	Perempuan	8
41	Perempuan	7
42	Perempuan	8
43	Perempuan	7
44	Perempuan	7
45	Perempuan	8
46	Perempuan	8
47	Perempuan	8
48	Perempuan	7
49	Perempuan	7

50	Perempuan	8
51	Perempuan	8
Rata-rata		7,25

Tabel 2.
Daftar Hasil Post-Test Kelas V dan VI

No	Jenis Kelamin	Nilai
1	Laki-laki	8
2	Laki-laki	9
3	Laki-laki	9
4	Laki-laki	9
5	Laki-laki	10
6	Laki-laki	10
7	Laki-laki	9
8	Laki-laki	9
9	Laki-laki	9
10	Laki-laki	10
11	Laki-laki	9
12	Laki-laki	9
13	Laki-laki	9
14	Laki-laki	9
15	Laki-laki	9
16	Perempuan	10
17	Perempuan	9
18	Perempuan	9
19	Laki-laki	9
20	Laki-laki	9
21	Laki-laki	8
22	Perempuan	8
23	Laki-laki	8
24	Laki-laki	10
25	Laki-laki	9

26	Laki-laki	8
27	Perempuan	8
28	Perempuan	9
29	Perempuan	8
30	Perempuan	9
31	Perempuan	9
32	Laki-laki	10
33	Perempuan	8
34	Perempuan	10
35	Perempuan	9
36	Perempuan	10
37	Perempuan	10
38	Perempuan	9
39	Perempuan	9
40	Perempuan	9
41	Perempuan	9
42	Perempuan	9
43	Perempuan	9
44	Perempuan	9
45	Perempuan	9
46	Perempuan	9
47	Perempuan	10
48	Perempuan	9
49	Perempuan	10
50	Perempuan	10
51	Perempuan	10
Rata-rata		9,06

Karena data pre-test dan post-test tidak berdistribusi normal, dilakukan Uji Wilcoxon Signed Rank Test sebagai alternatif dari Uji Paired Sample T-test. Uji ini digunakan untuk menganalisis perbedaan skor pre-test dan post-test dalam konteks data non-parametrik. Hasil analisis uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari intervensi yang diberikan terhadap

peningkatan skor post-test dibandingkan pre-test (positive ranks = 51), tanpa adanya penurunan nilai atau nilai yang tetap. Ini mengindikasikan bahwa intervensi berhasil meningkatkan pengetahuan atau perilaku peserta sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Oleh karena itu, intervensi ini dapat dianggap efektif dan direkomendasikan untuk diterapkan dalam skala yang lebih luas atau pada program serupa di masa mendatang.

B. Pembahasan

Penelitian di SD Negeri 1 Picungremuk bertujuan untuk mengukur pengaruh edukasi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa. Sebelum intervensi, rata-rata skor pre-test adalah 7,25, menunjukkan pemahaman dasar yang belum sepenuhnya diterapkan dalam perilaku sehari-hari. Masalah utama yang ditemukan meliputi membuang sampah sembarangan, tidak mencuci tangan, dan jajan sembarangan.

1. Gambaran Perilaku Sebelum Intervensi

Sebelum dilakukan intervensi edukasi, siswa telah memiliki pemahaman dasar mengenai konsep PHBS. Namun, Pemahaman tersebut belum secara konsisten diterapkan dalam perilaku sehari-hari. Beberapa Faktor yang menjadi penyebab rendahnya penerapan PHBS di antaranya adalah kurangnya pengetahuan yang mendalam, terbatasnya fasilitas pendukung seperti tempat mencuci tangan dan tempat sampah, serta minimnya pengawasan dan keterlibatan guru dalam membentuk kebiasaan sehat di lingkungan sekolah.

2. Perubahan Setelah Intervensi

Intervensi yang diberikan berupa edukasi PHBS melalui metode penyuluhan dan praktik mencuci tangan yang benar. memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Hal ini ditunjukkan oleh hasil post-test yang mengalami peningkatan menjadi rata-rata 9,06. Metode edukasi yang bersifat interaktif terbukti efektif dalam menarik minat siswa dan memudahkan pemahaman serta penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

3. Dampak Edukasi Terhadap Perubahan Perilaku

Peningkatan dari hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap siswa terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Meskipun demikian, perubahan perilaku yang berkelanjutan tidak hanya tergantung pada edukasi semata, melainkan juga memerlukan dukungan dari lingkungan sekolah yang kondusif, ketersediaan fasilitas yang memadai, serta peran aktif guru dan orang tua dalam membimbing dan mengawasi siswa agar tetap menerapkan PHBS secara konsisten.

4. Relevansi dengan Promosi Kesehatan

Intervensi edukasi PHBS ini sangat relevan dengan prinsip promosi kesehatan, yaitu memberdayakan individu untuk memiliki kendali atas kesehatan mereka dan menciptakan lingkungan yang mendukung perubahan perilaku. Edukasi yang tepat, apabila dilakukan secara berkelanjutan, dapat menjadi sarana yang efektif dalam mendorong perubahan perilaku sehat, khususnya pada siswa di sekolah dasar.

5. Perbandingan dengan Teori dan Studi Sebelumnya

Hasil penelitian ini selaras dengan teori PRECEDE-PROCEED yang menyatakan bahwa perubahan perilaku dipengaruhi oleh faktor predisposisi (pengetahuan), faktor pendukung (ketersediaan fasilitas), dan faktor penguat (dukungan sosial dari guru, orang tua, serta lingkungan). Studi-studi terdahulu juga menunjukkan bahwa metode edukasi yang bersifat aktif, seperti praktik langsung, lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan membentuk perilaku dibandingkan metode ceramah pasif

6. Faktor Pendukung dan Penghambat Intervensi

Faktor pendukung keberhasilan intervensi ini didukung oleh beberapa faktor, diantaranya adalah adanya dukungan dari pihak sekolah, metode edukasi yang interaktif dan partisipatif, serta keterlibatan guru dalam proses edukasi. Namun, masih terdapat beberapa

hambatan yang dihadapi, seperti keterbatasan fasilitas pendukung seperti kurangnya tempat cuci tangan, dan tempat sampah. Kurangnya edukasi yang dilakukan secara rutin, serta adanya kebiasaan lama yang sulit diubah dalam waktu singkat.

Kegiatan intervensi komunikasi yang dilaksanakan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Intervensi ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Picungremuk dengan sasaran siswa kelas V dan VI. Kegiatan tersebut berlangsung pada hari Sabtu, tanggal 8 Maret 2025, dengan mengusung tema “SEHATI PHBS” yang merupakan singkatan dari Sehat Aktif Terapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.



Gambar 1.

Kegiatan penyuluhan SEHATI PHBS kepada siswa SD Negeri 1 Picungremuk

Kegiatan SEHATI PHBS diawali dengan sesi pengenalan oleh para mahasiswa, dilanjutkan dengan pengisian Pre-test oleh para siswa untuk mengukur pengetahuan awal mengenai PHBS. Setelah itu, Mahasiswa menyampaikan materi Edukasi terkait PHBS, yang kemudian dilanjutkan dengan praktik mencuci tangan yang di peragakan secara langsung oleh seluruh siswa di dalam kelas. Selanjutnya, Siswa menyaksikan tayangan video animasi edukasi mengenai tata cara mencuci tangan yang benar. Selama kegiatan berlangsung, para siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi, baik dalam menyimak materi, mengikuti praktik secara aktif, maupun dalam sesi diskusi. Kegiatan diakhiri dengan pengisian post-test sebagai evaluasi pemahaman setelah intervensi dilakukan. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon, diperoleh adanya perbedaan signifikan antara pre-test dan post-test, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku siswa terkait PHBS.

Program ini diharapkan dapat mengubah perilaku siswa SD Negeri 1 Picungremuk secara konsisten pada kehidupan sehari-hari bukan hanya di sekolah saja namun dapat di terapkan di rumah. intervensi ini dapat mengubah perilaku PHBS pada siswa sekolah dasar. edukasi ini diharapkan ada pengawasan dari guru maupun wali kelas mengenai kesadaran para siswa untuk terus konsisten pada program phbs ini.



Gambar 2.
Demonstrasi Praktik 6 langkah mencuci tangan dengan benar

KESIMPULAN

Intervensi edukasi melalui program “SEHATI PHBS” (Sehat Aktif Terapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) yang dilaksanakan di SD Negeri 1 Picungremuk terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terhadap pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Berdasarkan hasil evaluasi menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test, diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara hasil pre-test dan post-test siswa. Hal ini membuktikan bahwa metode edukatif-partisipatif yang diterapkan, seperti penyuluhan interaktif, demonstrasi mencuci tangan, pemutaran video edukatif, serta permainan edukatif, mampu menarik minat siswa dan memudahkan mereka dalam memahami serta menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Selain peningkatan pengetahuan, intervensi ini juga mulai membentuk perilaku positif siswa, seperti rajin mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya. Keberhasilan program ini juga didukung oleh keterlibatan guru dan pihak sekolah, serta suasana belajar yang komunikatif dan menyenangkan. Namun, untuk menjaga keberlanjutan perubahan perilaku tersebut, perlu adanya pengawasan rutin dari guru serta dukungan dari orang tua di rumah. Dengan keberhasilan yang ditunjukkan, program SEHATI PHBS memiliki potensi besar untuk direplikasi di sekolah dasar lainnya, khususnya di wilayah padat penduduk yang menghadapi tantangan serupa dalam penerapan PHBS. Program ini dapat menjadi model edukasi kesehatan berbasis sekolah yang aplikatif dan berdampak nyata dalam membentuk generasi muda yang sadar akan pentingnya hidup sehat sejak dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan kegiatan intervensi ini tentunya tidak akan terlaksana sesuai rencana jika tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu sehingga kegiatan intervensi ini dapat terlaksana dengan baik. Adapun ucapan terimakasih tersebut ditujukan kepada:

1. Kepala Sekolah SD Negeri 1 Picungremuk
2. Wali Kelas 5

3. Wali Kelas 6
4. Dosen Mata Kuliah Intervensi Komunitas
5. Serta siswa SD Negeri 1 Picungremuk

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. (2010). Petunjuk Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya. (2023). *Profil Kesehatan Kota Tasikmalaya Tahun 2023*. Tasikmalaya: Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2024). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2024*. Bandung: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2024). Strategi peningkatan PHBS di lingkungan sekolah dasar. Bandung: Dinkes Provinsi Jawa Barat.
- Dinkes Kota Tasikmalaya. (2023). Laporan Tahunan Program PHBS. Tasikmalaya: Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya.
- Glanz, K., Rimer, B.K., & Viswanath, K. (2008). *Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice* (4th ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarafino, E. P. (2011). Health psychology: Biopsychosocial interactions (7th ed.). New York: Wiley
- Smet, B. (1994). Psikologi kesehatan. Jakarta: Grasindo.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). Health program planning: An educational and ecological approach (4th ed.). New York: McGraw-Hill.