

## **Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara**

**Riski Aprilia Nugraeni<sup>1</sup>, Julius Chandra Yapri<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

*\*Corresponding Author: riskiaprilia931@gmail.com*

### **Article Info**

#### **Article History:**

*Received, 03-02-2025*

*Accepted, 13-03-2025*

*Published, 01-07-2025*

#### **Kata Kunci:**

*PHBS, mahasiswa kedokteran, kebersihan, cuci tangan, cross-sectional*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2022 Universitas Tarumanagara. Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain cross-sectional. Data dikumpulkan melalui kuesioner online yang diisi oleh 167 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah menerapkan PHBS dengan baik, seperti perilaku BAB (100%), cuci tangan (88%), dan menjaga kebersihan kuku (89,8%). Namun, masih terdapat kekurangan dalam pemilihan jajanan sehat (47,3% perilaku buruk) dan frekuensi aktivitas fisik (88% kurang dari 5 kali/minggu). Sebagian besar responden juga telah berpartisipasi dalam pemberantasan sarang nyamuk (59,3%) dan memiliki kesadaran tinggi terhadap bahaya merokok (97% tidak merokok). Simpulan penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa telah menerapkan PHBS dengan baik, masih diperlukan edukasi lebih lanjut, terutama dalam aspek pemilihan jajanan sehat dan peningkatan aktivitas fisik.

### **Abstract**

#### **Keywords:**

*PHBS, medical students, hygiene, hand washing, cross-sectional.*

*This study aims to determine the description of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in the 2022 Faculty of Medicine students of Tarumanagara University. The research method used a descriptive approach with a cross-sectional design. Data were collected through an online questionnaire filled out by 167 respondents. The results showed that most students have implemented PHBS well, such as toilet hygiene (100%), hand washing (88%), and nail hygiene (89.8%). However, there are still shortcomings in the selection of healthy snacks (47.3% of bad behavior) and the frequency of physical activity (88% less than 5 times/week). Most respondents had also participated in mosquito nets eradication (59.3%) and had high awareness of the dangers of smoking (97% did not smoke). The conclusion of this study shows that although the majority of students have implemented PHBS well, further education is still needed, especially in the aspect of choosing healthy snacks and increasing physical activity.*

## **Pendahuluan**

Kesehatan merupakan hak asasi manusia yang harus diwujudkan, dan merupakan salah satu indikator penting dalam meningkatkan kesejahteraan suatu bangsa selain faktor ekonomi dan faktor sosial. Sebagaimana yang dimaksud dalam Pancasila dan Undang - Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Berkaitan dengan itu Undang - Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, menyatakan bahwa derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dicapai melalui penyelenggaraan berwawasan kesehatan (Sulistiyowati, L. S. 2011). Oleh karena itu Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dengan menjaga kesehatan secara sadar yang bisa

dilakukan sehari-hari. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat dilakukan secara umum oleh individu baik secara pribadi, keluarga, masyarakat dan lingkungan pembelajaran dengan tujuan meningkatkan kesehatan baik secara fisik, spiritual, mental dan sosial (Kementerian Sosial, 2024).

Hingga saat ini, kebersihan dan pola hidup sehat menjadi perhatian utama pemerintah. Hal ini dikarenakan Perilaku Hidup Sehat dijadikan sebagai tolak ukur untuk mencapai cakupan kesehatan yang lebih luas dalam program Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) tahun 2015 hingga 2030. Perilaku Hidup Sehat dan Sehat (PHBS) dalam SDGs merupakan salah satu jenis tindakan pencegahan di tiga bidang, seperti anggota keluarga, masyarakat umum dan lingkungan pendidikan, yang dapat efektif dalam jangka pendek untuk memperbaiki keadaan. Misalnya melalui pendidikan, meningkatkan sikap, pengetahuan dan perilaku agar masyarakat mengetahui dan mampu mengelola hidup sehat dan bersih setiap hari di rumah dan di lingkungan pendidikan (Ambar Wati, P. D. C., & Ridlo, I. A., 2020).

Petugas kesehatan merupakan tokoh panutan bagi masyarakat dalam melakukan suatu tindakan pada lingkungan masyarakat. Seperti seorang kader kesehatan yang memberikan penyuluhan kesehatan dan informasi mengenai Perilaku hidup bersih dan sehat sehingga tindakan ini bisa menjadi sebuah pendorong bagi masyarakat untuk melakukan kebiasaan pola hidup sehat (Ambar Wati, P. D. C., & Ridlo, I. A., 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di institusi pendidikan seperti kampus, sekolah, pesantren, dan lain-lain, merupakan sasaran primer yang harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan institusi pendidikan sehat yang mencakup antara lain, (1) Mencuci tangan menggunakan sabun. Dilakukan dengan tujuan menjaga kebersihan dari kotoran dan juga kuman yang mengakibatkan penyakit. Kuman yang menempel di tangan menyebabkan berbagai macam penyakit seperti penyakit diare, ke cacingan, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dan lain-lain. (2) Mengonsumsi makanan dan minuman sehat, makanan yang bersih dan sehat mengandung banyak vitamin, serat, mineral dan zat-zat yang bermanfaat bagi tubuh. (3) Menggunakan jamban sehat. Jamban sehat merupakan tempat pembuangan kotoran manusia yang terdiri atas tempat jongkok atau tempat duduk leher angsa atau tanpa leher angsa (Juanda et al., 2025). Ciri-ciri jamban sehat tidak mencemari sumber air minum, tidak berbau, tidak dapat dijangkau hewan seperti serangga dan tikus, tidak mencemari tanah sekitarnya, lantai kedap air, mudah dibersihkan, mempunyai alat pembersih dan lain sebagainya. (4) Membuang sampah di tempat sampah. Limbah sampah dari rumah tangga, rumah sakit atau pabrik akan diolah sehingga tidak menyebarkan penyakit dan tidak mencemari lingkungan. (5) Tidak merokok.

Asap rokok bisa mencemari kualitas udara yang dihirup. Satu puntung rokok yang dihisap akan mengeluarkan lebih dari 4000 bahan kimia berbahaya seperti nikotin, tar, dan karbon monoksida (CO). (6) Tidak mengonsumsi narkoba, (7) alkohol, (8) psikotropika dan zat adiktif lainnya (NAPZA). (9) Tidak meludah di sembarang tempat. (10) Memberantas jentik

nyamuk, melakukan pemeriksaan jentik berkala (PJB). Pemeriksaan dilakukan di tempat jentik nyamuk berkembang biak seperti di bak mandi, wc, vas bunga dan tempat yang digenangi oleh air. Pemeriksaan ini dilakukan secara berkala setiap minggu dan konsisten selain itu juga dilakukan pemberantas sarang nyamuk (PSN) dengan melakukan fogging di tempat-tempat yang dimungkinkan ada jentik nyamuk dan menerapkan cara 3M (menguras, mengubur, menutup. (11) mandi, menggunakan air bersih dan sabun minimal 2x sehari di pagi hari dan sore hari, (12) mencuci rambut dengan menggunakan sampo dan air bersih untuk membersihkan kotoran yang menempel di kulit kepala, (13) menggunakan air bersih, (14) menjaga kebersihan toilet (Dinas Kesehatan Aceh Utara, 2023).

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian tentang “Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara untuk melihat seberapa peduli nya menerapkan perilaku hidup bersih sehari-hari. Melalui PHBS diharapkan Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara dapat menerapkan cara hidup sehat dan menjaga kesehatannya.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional untuk menggambarkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2022 Universitas Tarumanagara. Populasi penelitian mencakup 167 mahasiswa aktif yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu terdaftar secara aktif dan bersedia mengisi kuesioner, dengan eksklusi mahasiswa yang tidak hadir atau tidak melengkapi kuesioner menggunakan simple random sampling. Data dikumpulkan pada Desember 2024 melalui kuesioner tervalidasi yang disebar via Google Formulir, mencakup indikator PHBS seperti perilaku BAB, jajan, cuci tangan, kebersihan kuku, aktivitas fisik, pemberantasan sarang nyamuk, dan merokok. Data dianalisis secara univariat menggunakan SPSS untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase.

Prosedur penelitian melibatkan pengajuan izin kepada fakultas, persetujuan etik dari komite etik universitas, dan informed consent dari responden untuk memastikan partisipasi sukarela. Pengumpulan data daring memudahkan akses, namun berpotensi menimbulkan bias karena ketidakmampuan memverifikasi kejujuran jawaban secara langsung. Keabsahan data dijaga melalui pemeriksaan ulang entri dan konsistensi jawaban, dengan mematuhi prinsip etika seperti kerahasiaan identitas responden. Keterbatasan metode ini mencakup generalisasi hasil yang terbatas pada populasi penelitian dan potensi bias dari pengisian kuesioner daring.

### **Hasil dan Pembahasan**

Data hasil penelitian yang didapatkan adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

| Karakteristik | Kategori                  | Frekuensi (n)    | Persentase (%) |
|---------------|---------------------------|------------------|----------------|
| Jenis Kelamin | Laki-laki                 | 128              | 76.6           |
|               | Perempuan                 | 39               | 23.4           |
| Usia          | Rata-rata (Mean $\pm$ SD) | 20.15 $\pm$ 0.68 | -              |

Penelitian ini menggambarkan karakteristik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada 167 mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2022 Universitas Tarumanagara, yang terdiri dari 128 perempuan (76.6%) dan 39 laki-laki (23.4%). Usia rata-rata responden adalah 20.15 tahun (SD  $\pm$  0.68), dengan rentang usia 19 hingga 24 tahun. Komposisi jenis kelamin yang didominasi perempuan kemungkinan dipengaruhi oleh kehadiran lebih banyak mahasiswi saat pengumpulan data, sedangkan usia rata-rata mencerminkan profil mahasiswa yang baru masuk perguruan tinggi pada usia 18-19 tahun dan berusia sekitar 20 tahun pada Desember 2024.

Berikut disajikan PHBS mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2022 Universitas Tarumanagara :

**Tabel 2.** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

| PHBS                                 | Kategori                       | Jumlah | Persentase |
|--------------------------------------|--------------------------------|--------|------------|
| Perilaku BAB                         | Baik                           | 167    | 100.0      |
| Perilaku Jajan                       | Baik                           | 88     | 52.7       |
|                                      | Buruk                          | 79     | 47.3       |
| Perilaku Cuci Tangan                 | Baik                           | 147    | 88.0       |
|                                      | Buruk                          | 20     | 12.0       |
| Perilaku Menjaga Kebersihan Kuku     | Baik                           | 150    | 89.8       |
|                                      | Buruk                          | 17     | 10.2       |
| Frekuensi Aktivitas Fisik            | <5x/minggu                     | 147    | 88.0       |
|                                      | $\geq$ 5x/minggu               | 20     | 12.0       |
| Jenis Aktivitas Fisik                | Berjalan                       | 123    | 73.7       |
|                                      | Berolahraga di gym             | 26     | 15.6       |
|                                      | Berlari                        | 13     | 7.8        |
|                                      | Berenang                       | 3      | 1.8        |
|                                      | Bersepeda                      | 2      | 1.2        |
|                                      | Berolahraga di gym             | 26     | 15.6       |
| Kegiatan Pemberantasan Sarang Nyamuk | Membuang barang bekas          | 99     | 59.3       |
|                                      | Menguras bak mandi             | 44     | 26.3       |
|                                      | Menutup tempat penampungan air | 24     | 14.4       |
| Frekuensi Merokok                    | Tidak pernah                   | 162    | 97.0       |
|                                      | 1-5 batang/hari                | 2      | 1.2        |
|                                      | 6-10 batang/hari               | 2      | 1.2        |
|                                      | >10 batang/hari                | 1      | 0.6        |
| Lokasi Merokok                       | Tidak pernah                   | 161    | 96.4       |
|                                      | Di tempat umum                 | 4      | 2.4        |
|                                      | Di rumah                       | 1      | 0.6        |
|                                      | Di tempat kerja/sekolah        | 1      | 0.6        |
|                                      | Di tempat umum                 | 4      | 2.4        |

Tabel 2 menunjukkan seluruh responden (167 orang, 100%) menunjukkan perilaku buang air besar (BAB) yang baik, mengindikasikan penggunaan jamban sehat dan kebersihan yang terjaga, yang penting untuk mencegah penyakit seperti diare. Dalam hal perilaku jajan, 88 responden (52.7%) memiliki kebiasaan baik, seperti memilih makanan dari tempat yang bersih, sementara 79 responden (47.3%) masih menunjukkan perilaku jajan yang kurang sehat, seperti membeli makanan dari pedagang yang kebersihannya tidak terjamin. Perilaku cuci tangan yang baik ditemukan pada 147 responden (88.0%), dengan 20 responden (12.0%) memiliki kebiasaan kurang baik, menunjukkan mayoritas mematuhi praktik higienis, meskipun masih ada ruang untuk perbaikan. Sebanyak 150 responden (89.8%) menjaga kebersihan kuku dengan baik, sementara 17 responden (10.2%) memiliki kebiasaan kurang optimal, seperti tidak memotong kuku secara rutin, yang berpotensi meningkatkan risiko infeksi.

Frekuensi aktivitas fisik menunjukkan bahwa 147 responden (88.0%) beraktivitas kurang dari lima kali seminggu, sementara hanya 20 responden (12.0%) melakukannya lima kali atau lebih, mengindikasikan rendahnya kepatuhan terhadap rekomendasi kesehatan. Jenis aktivitas fisik yang paling umum adalah berjalan (123 responden, 73.7%), diikuti olahraga di gym (26 responden, 15.6%), berlari (13 responden, 7.8%), berenang (3 responden, 1.8%), dan bersepeda (2 responden, 1.2%). Kegiatan pemberantasan sarang nyamuk dilakukan oleh mayoritas responden, dengan 99 responden (59.3%) membuang barang bekas, 44 responden (26.3%) menguras bak mandi, dan 24 responden (14.4%) menutup penampungan air. Alasan utama meliputi menjaga kebersihan lingkungan (88 responden, 52.7%) dan mencegah demam berdarah (78 responden, 46.7%), dengan hanya 1 responden (0.6%) melakukannya atas anjuran petugas kesehatan.

Perilaku merokok sangat rendah, dengan 162 responden (97.0%) tidak pernah merokok. Dari sedikit yang merokok, 2 responden (1.2%) mengonsumsi 1-5 batang/hari, 2 responden (1.2%) 6-10 batang/hari, dan 1 responden (0.6%) lebih dari 10 batang/hari. Lokasi merokok yang paling umum adalah tempat umum (4 responden, 2.4%), diikuti rumah dan tempat kerja/sekolah (masing-masing 1 responden, 0.6%), sementara 161 responden (96.4%) tidak pernah merokok. Secara keseluruhan, mayoritas mahasiswa menunjukkan penerapan PHBS yang baik, meskipun edukasi lebih lanjut diperlukan untuk meningkatkan perilaku jajan sehat, aktivitas fisik, dan kesadaran penuh terhadap kebersihan kuku dan cuci tangan.

Sebagian besar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2022 Universitas Tarumanagara sudah melakukan perilaku BAB dengan baik. Seluruh Mahasiswa sudah menggunakan jamban sehat dan jamban di rumah sering dibersihkan, hal ini merupakan upaya mencegah terjadinya penularan penyakit yang tidak diinginkan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan faktor utama yang berperan dalam meningkatkan status kesehatan. Selain itu, kondisi lingkungan termasuk kemudahan akses terhadap air bersih dan sanitasi dasar, juga menjadi penentu penting yang memengaruhi derajat kesehatan.<sup>7</sup> Menggunakan jamban sehat merupakan salah satu bentuk menjaga lingkungan agar tetap bersih dan tidak berbau,

tidak mencemari sumber air yang ada di sekitarnya, tidak mengundang datangnya lalat atau serangga yang berpotensi menjadi media penularan berbagai penyakit, seperti diare dan lainnya (Puskesmas Padureso, 2020, Dinkes Propinsi Jawa Tengah, 2017).

Penelitian ini mengungkap bahwa perilaku jajan di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2022 Universitas Tarumanagara masih perlu perhatian, dengan 88 responden (52.7%) menunjukkan kebiasaan jajan sehat, seperti memilih makanan dari tempat bersih, sementara 79 responden (47.3%) cenderung jajan sembarangan, meningkatkan risiko penyakit pencernaan seperti diare. Novia Nuraini (2018) mendukung temuan ini, mencatat hanya 16.4% siswa memiliki pola jajan sehat (Nuraini, Novia. 2018). Perilaku cuci tangan menunjukkan hasil lebih baik, dengan 147 responden (88.0%) mencuci tangan dengan sabun secara rutin, meskipun 20 responden (12.0%) masih kurang konsisten, sejalan dengan penelitian Monica Saptiningsih et al. (2014) yang menemukan 54.8% anak sekolah memiliki kebiasaan cuci tangan baik (Saptiningsih, M., Wijaya, Y. M., & Lili, M. M. (2014). Untuk kebersihan kuku, 150 responden (89.8%) menjaga kuku dengan baik, tetapi 17 responden (10.2%) kurang optimal, seperti tidak memotong kuku rutin, yang dapat memicu infeksi cacingan (Suherman, S., & Qurota 'Aini, F., 2018).

Frekuensi aktivitas fisik mayoritas rendah, dengan 147 responden (88.0%) beraktivitas kurang dari lima kali seminggu, jauh dari rekomendasi kesehatan, dan hanya 20 responden (12.0%) aktif lebih sering, sesuai dengan Riskesdas 2018 yang menyebut 33.5% masyarakat kurang Gerak (Riskesdas, 2018). Berjalan menjadi aktivitas dominan (73.7%), diikuti olahraga di gym (15.6%), berlari (7.8%), berenang (1.8%), dan bersepeda (1.2%), didukung GERMAS Kemenkes (2018) yang mendorong aktivitas sederhana (Kemenkes, 2018). Dalam pemberantasan sarang nyamuk, 99 responden (59.3%) membuang barang bekas, 44 (26.3%) menguras bak mandi, dan 24 (14.4%) menutup penampungan air, dengan alasan utama menjaga kebersihan lingkungan (52.7%) dan mencegah DBD (46.7%) (Nuryanti, E., Syamsulhuda, B. M., & Cahyo, K., 2011).

Perilaku merokok sangat minim, dengan 162 responden (97.0%) tidak merokok, dan hanya sedikit yang merokok 1-5 batang (1.2%), 6-10 batang (1.2%), atau lebih dari 10 batang (0.6%) per hari. Riset lain (Ngana et al., 2022) melaporkan 66.1% mahasiswa merokok [32]. Lokasi merokok terutama di tempat umum (2.4%), dengan 161 responden (96.4%) tidak pernah merokok, mencerminkan kesadaran tinggi akan bahaya rokok. Temuan ini menunjukkan mayoritas mahasiswa telah menerapkan PHBS dengan baik, namun edukasi tambahan diperlukan untuk meningkatkan perilaku jajan, aktivitas fisik, dan konsistensi kebersihan pribadi (UGM, 2020).

## **Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2022 Universitas Tarumanagara umumnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

dengan baik. Perilaku buang air besar, cuci tangan, dan menjaga kebersihan kuku mayoritas baik, mencerminkan kesadaran tinggi terhadap higiene, meskipun ada sedikit yang perlu perbaikan. Perilaku jajan terbagi antara sehat dan kurang sehat, menandakan perlunya edukasi untuk mencegah risiko penyakit. Aktivitas fisik cenderung rendah, dengan berjalan sebagai pilihan utama, sehingga diperlukan upaya meningkatkan kebugaran. Pemberantasan sarang nyamuk dilakukan baik, didorong oleh keinginan menjaga kebersihan dan mencegah demam berdarah. Perilaku merokok sangat minim, menunjukkan kesadaran akan bahaya rokok. Secara keseluruhan, PHBS telah diterapkan baik, namun edukasi dan fasilitas pendukung diperlukan untuk memperkuat perilaku jajan sehat, aktivitas fisik, dan higiene pribadi. Hasil ini dapat menjadi dasar bagi fakultas untuk merancang program promosi kesehatan mahasiswa berbasis kampus (*Health Promoting University*)

## Referensi

- Ambar Wati, P. D. C., & Ridlo, I. A. (2020). Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education, 8(1), 47– Tersedia di: <https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58>
- Sulistiyowati, L. S. (2011). Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat. Kementerian Kesehatan RI. Tersedia di: [https://dinkes.slemankab.go.id/wp-content/uploads/2020/03/files13583Pedoman\\_umum\\_PHBS-1.pdf](https://dinkes.slemankab.go.id/wp-content/uploads/2020/03/files13583Pedoman_umum_PHBS-1.pdf)
- Kementerian Sosial. (2024). Penguatan kapabilitas anak dan keluarga: Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Diakses 4 Agustus 2024. Tersedia di : <https://kemensos.go.id/uploads/topics/15863905705284.pdf>
- Dinas Kesehatan Aceh Utara. (2023, 18 September). Mengenal pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tersedia di : <https://dinkes.acehutama.go.id/berita/kategori/bidang-phbskesmas/mengenal-pentingnya-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs>
- Puskesmas Padureso, Kebumen. Ayo gunakan jamban sehat Dipublikasikan : 10 Agustus 2021. Tersedia di: <https://puskesmaspadureso.kebumenkab.go.id/index.php/web/post/110/ayo-gunakan-jamban-sehat>
- Dinkes provinsi Jawa Tengah. Dinas kesehatan imbau masyarakat rajin lakukan pemberantasan sarang nyamuk. Dipublikasikan 27 Januari 2017. Tersedia di : <https://jatengprov.go.id/beritadaerah/dinkes-imbau-masyarakat-rajin-lakukan-psn>
- Nuraini, Novia. 2018. Hubungan Pola Konsumsi Jajan dengan Kejadian Diare pada Siswa Kelas III dan IV (Studi di SDN Mangunharjo 6 Kota Probolinggo 2018). Skripsi. Program

- Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika, Jombang. Diakses pada 26 Mei 2025. Tersedia di: <https://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/2473/15/SKRIPSI.pdf>.
- Saptiningsih, M., Wijaya, Y. M., & Lili, M. M. (2014). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan perilaku mencuci tangan pada anak Sekolah Dasar Negeri 03 Kertajaya Padalarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Suherman, S., & Qurota 'Aini, F (2018). Analisis Kejadian diare pada siswa di SD Negeri Pamulang 02 Kecamatan Pamulang tahun 2018. *Jurnal. Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta*.
- Kemendes RI (2019). Laporan Nasional Rikesdas 2018. Jakarta : Lembaga Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Tersedia di : Repositori Badan Kebijakan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Mengenal Jenis Aktivitas Fisik. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. Diakses pada 26 Mei 2025. Tersedia di : <https://promkes.kemkes.go.id/content/?p=8807>.
- Juanda, J., Zubaidah, T., A., S., Haris, A., & Apriza, S. (2025). The Nexus of Home Sanitation, Personal Hygiene, and Dermatitis: Evidence from Banjarmasin, Indonesia. *Universal Journal of Public Health*, 13(2), 511–518. <https://doi.org/10.13189/ujph.2025.130223>
- Ugmsehat. (2020). Dampak Merokok. Health Promoting University Universitas Gadjah Mada. Di akses pada 26 Mei 2025. Tersedia di: <https://hpu.ugm.ac.id/2020/05/31/dampak-merokok/>.
- Ngana, O.D., Tahu, S. K., & Barimbing, M. (2022). Survei Perilaku Merokok pada Mahasiswa program Studi Ners Universitas Citra Bangsa Kupang. *CHMK Health Journal*, Vol 6: No. 3, Hal 463-467. Tersedia di: <https://cyberchmk.net/ojs/index.php/kesehatan/article/view/1167>.