

PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DALAM MENINGKATKAN LITERASI KESEHATAN POLA HIDUP SEHAT DI PONDOK PESANTREN HILMATUL MADANI

Zukhrufa Aura Madani^{1*}, Saleha Rodiah², Asep Saeful Rohman³

Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Padjadjaran^{1,2,3}

*Corresponding Author : zukhrufa22001@mail.unpad.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji peran media sosial dalam meningkatkan literasi kesehatan santri di Pondok Pesantren Hilmatul Madani melalui pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Tujuan penelitian adalah menganalisis frekuensi penggunaan media sosial, persepsi kepercayaan terhadap informasi kesehatan, dan dampaknya pada perubahan perilaku hidup sehat. Melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi, hasil penelitian menunjukkan platform seperti Instagram, YouTube, TikTok, dan aplikasi Halodoc menjadi sumber informasi kesehatan yang efektif bagi santri. Media sosial berkontribusi signifikan dalam transformasi pengetahuan kesehatan, memungkinkan santri mengadopsi informasi kesehatan meskipun masih menghadapi kendala verifikasi informasi dan keterbatasan fasilitas. Literasi kesehatan pada era digital menjadi sangat penting karena arus informasi yang tidak terkendali dapat menyebabkan penyebaran informasi yang tidak akurat. Literasi kesehatan mencakup kemampuan untuk menemukan, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan secara efektif, yang sangat penting untuk membuat keputusan yang tepat dan menerapkan perilaku sehat. Sosialisasi literasi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran santri agar memiliki kemampuan dalam menyaring informasi kesehatan sebelum disebarluaskan kepada orang lain, dengan harapan santri mampu dan mau menyaring informasi kesehatan. Media sosial berpotensi meningkatkan literasi kesehatan dengan mempermudah akses informasi dan memungkinkan interaksi antar pengguna untuk berdiskusi tentang informasi kesehatan. Kesimpulan penelitian menegaskan pentingnya media sosial dalam meningkatkan literasi kesehatan santri, namun perlu pendampingan berkelanjutan untuk memastikan keakuratan dan implementasi informasi kesehatan yang diperoleh.

Kata kunci : literasi kesehatan, media sosial, pola hidup sehat, pondok pesantren

ABSTRACT

This study examines the role of social media in improving health literacy of students at the Hilmatul Madani Islamic Boarding School through a qualitative approach with a case study design. The purpose of the study was to analyze the frequency of social media use, perceptions of trust in health information, and its impact on changes in healthy living behavior. Through in-depth interviews, participant observation, and documentation, the results of the study showed that platforms such as Instagram, YouTube, TikTok, and the Halodoc application were effective sources of health information for students. Social media contributed significantly to the transformation of health knowledge, allowing students to adopt health information even though they still faced obstacles in verifying information and limited facilities. Health literacy in the digital era is very important because the uncontrolled flow of information can lead to the spread of inaccurate information. Health literacy includes the ability to find, understand, and use health information effectively, which is very important for making the right decisions and implementing healthy behaviors. Health literacy socialization aims to increase students' awareness so that they have the ability to filter health information before it is distributed to others, with the hope that students are able and willing to filter health information. Social media has the potential to improve health literacy by facilitating access to information and allowing interaction between users to discuss health information. The conclusion of the study confirms the importance of social media in improving health literacy of students, but ongoing assistance is needed to ensure the accuracy and implementation of the health information obtained.

Keywords : *health literacy, social media, healthy lifestyle, boarding school*

PENDAHULUAN

Pondok pesantren adalah tempat belajar dan belajar yang menekankan pelajaran agama islam, seperti membaca kitab atau memperdalam pengetahuan agama. Santri yang belajar di sana diharapkan memiliki iman dan taqwa yang kuat untuk hidup bermasyarakat dengan didukung asrama sebagai tempat tinggal mereka. Pondok Pesantren Hilmatul Madani merupakan salah satu pondok pesantren berbasis salafiyah di Kota Serang. Dalam lingkungan pesantren, gaya hidup sehat menjadi elemen penting dalam menjaga kualitas hidup, mencakup kebersihan diri, aktivitas fisik yang cukup, asupan makanan seimbang, dan perhatian pada kesehatan mental. Pola hidup sehat di pesantren tidak hanya mencakup kesehatan fisik, tetapi juga mental dan spiritual. Sebagai lembaga pendidikan berbasis agama, pesantren memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kebiasaan sehat santri. (Handayani et al., 2020)

Kolaborasi antara pesantren, pemerintah, dan lembaga kesehatan sangat penting untuk mengatasi permasalahan ini. Pemerintah dan lembaga kesehatan dapat mendukung pesantren dengan menyediakan fasilitas kesehatan dan program literasi kesehatan, sementara pesantren bisa menjadi agen perubahan dengan memberikan edukasi kesehatan yang terstruktur bagi santri. Dengan demikian, gaya hidup sehat dapat menjadi bagian penting dari kehidupan santri, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas hidup mereka secara menyeluruh. (Abidin, 2022) Sebagai lembaga pendidikan Islam terbesar di Indonesia, pesantren berperan dalam membentuk karakter dan kesehatan santri. Namun, penerapan gaya hidup sehat di kalangan santri masih menemui hambatan, baik dari sisi akses informasi maupun praktik sehari-hari. Pondok Pesantren Hilmatul Madani, misalnya, berupaya meningkatkan literasi kesehatan santrinya dengan memanfaatkan media sosial. Mayoritas santri, terutama yang muda, sudah familiar dengan teknologi dan media sosial. (Anisah et al., 2021)

Salah satu aspek yang sangat memengaruhi kualitas hidup manusia adalah kesehatan. Kesehatan sendiri mencakup kondisi fisik yang prima, serta kesejahteraan mental, sosial, dan spiritual. Untuk menjaga kesehatan ini, literasi kesehatan sangatlah penting karena memungkinkan individu untuk memahami informasi kesehatan dengan baik, memanfaatkannya, dan membuat keputusan kesehatan yang bijaksana. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018, meskipun kesadaran masyarakat Indonesia tentang pentingnya gaya hidup sehat semakin meningkat, tingkat literasi kesehatan masih tergolong rendah, terutama pada komunitas tradisional seperti pesantren (Kemenkes, 2018). Belakangan ini, media sosial menjadi sumber utama informasi, termasuk informasi kesehatan. Menurut Data Digital 2021, 79,9% pengguna media sosial menggunakan platform ini sebagai sumber informasi (Rahman dkk, 2021). Pemanfaatan media sosial sangat bermanfaat karena memberikan akses cepat dan mudah ke berbagai informasi, seperti tips kesehatan, panduan diet, dan pola hidup sehat. Platform seperti Instagram, YouTube, Tiktok, dan situs web seperti Halodoc sering digunakan untuk menyebarkan informasi tentang kesehatan dan gaya hidup sehat. Seiring kemajuan teknologi, literasi digital masyarakat Indonesia, termasuk santri, semakin meningkat. (Idham et al., 2019)

Dalam perspektif Pancasila dan UUD 1945, kesehatan merupakan hak asasi dan bagian dari kesejahteraan. UU RI No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan menyatakan bahwa pembangunan kesehatan bertujuan untuk mencapai kesehatan masyarakat yang optimal. Literasi kesehatan di pesantren menjadi topik yang menarik untuk diteliti, terutama karena potensi media sosial dalam menyebarkan informasi kesehatan yang akurat. Namun, penyebaran hoaks atau informasi kesehatan yang tidak akurat juga menjadi tantangan. Oleh sebab itu, penting untuk memahami bagaimana media sosial bisa berkontribusi meningkatkan literasi kesehatan di kalangan santri dan membantu mereka membedakan informasi yang valid dan menyesatkan. (Syah et al., 2020) Dalam era digital saat ini, media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat. Platform seperti Instagram, TikTok, YouTube, dan

Twitter tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai alat yang efektif dalam menyebarkan informasi. Salah satu aspek yang mengalami perkembangan signifikan dengan adanya media sosial adalah literasi kesehatan, khususnya terkait pola hidup sehat. Dengan jumlah pengguna yang terus meningkat, media sosial memberikan peluang besar dalam mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui gaya hidup yang lebih baik, seperti pola makan sehat, olahraga teratur, manajemen stres, dan kebiasaan sehat lainnya. (Zahroh et al., 2024)

Meskipun informasi mengenai kesehatan semakin mudah diakses, tantangan utama yang muncul adalah validitas dan kredibilitas informasi yang beredar di media sosial. Tidak sedikit informasi kesehatan yang keliru atau menyesatkan, sehingga dapat membahayakan masyarakat jika diikuti tanpa verifikasi yang jelas. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang tepat dalam memanfaatkan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan. Peran tenaga medis, ahli gizi, dan praktisi kesehatan dalam membagikan informasi berbasis riset sangat diperlukan untuk memastikan bahwa literasi kesehatan yang disebarluaskan melalui media sosial benar-benar akurat dan bermanfaat bagi masyarakat. (Yazlim, 2023)

Penelitian ini bertujuan untuk memahami peran media sosial dalam meningkatkan literasi kesehatan di kalangan santri Pondok Pesantren Hilmatul Madani, dengan fokus pada identifikasi frekuensi penggunaan media sosial oleh santri untuk mengakses informasi kesehatan, analisis persepsi santri mengenai kepercayaan pada informasi kesehatan dari media sosial, serta pengkajian dampak media sosial terhadap perubahan perilaku santri dalam menerapkan pola hidup sehat. Melalui pendekatan ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai sejauh mana media sosial berkontribusi dalam membentuk literasi kesehatan di kalangan santri dan bagaimana kepercayaan terhadap informasi yang diperoleh dari platform tersebut dapat mempengaruhi pola perilaku dan penerapan gaya hidup sehat di lingkungan pondok pesantren.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain studi deskriptif. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Hilmatul Madani. Populasi penelitian adalah seluruh santri di pondok pesantren tersebut, dengan sampel yang dipilih secara purposif, terdiri dari empat santriwati dan seorang pengurus pesantren, yaitu Emy, Putri, Iyan, Ita, dan Ibu Rauhah, untuk mendapatkan hasil yang beragam. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung dan wawancara mendalam. Observasi dilakukan untuk memahami konteks sosial dan budaya di lingkungan pesantren, sedangkan wawancara digunakan untuk menggali pandangan, pengalaman, dan persepsi partisipan terkait penggunaan media sosial dalam literasi kesehatan. Analisis data dilakukan dengan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini telah melalui uji etik untuk memastikan kepatuhan terhadap prinsip etika penelitian.

HASIL

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan santri di Pondok Pesantren Hilmatul Madani dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk akses terhadap informasi kesehatan melalui media sosial, pemahaman terhadap konsep kesehatan, serta penerapan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan, mayoritas santri secara aktif menggunakan media sosial untuk mencari informasi kesehatan. Platform yang paling sering digunakan adalah Instagram, YouTube, TikTok, dan Google. Para santri menganggap bahwa media sosial memberikan kemudahan dalam mengakses informasi kesehatan, terutama melalui konten edukasi yang disajikan dalam bentuk

video, infografis, dan artikel yang mudah dipahami. Namun, mereka juga menyadari bahwa tidak semua informasi di media sosial dapat diandalkan, sehingga mereka cenderung membandingkan berbagai sumber sebelum menerima informasi sebagai fakta yang valid. Dalam wawancara dengan beberapa santriwati, Emy menyatakan bahwa dirinya sering mencari informasi mengenai pola makan sehat melalui Instagram dan YouTube. Ia merasa bahwa konten visual memudahkannya memahami konsep kesehatan dengan lebih baik. Putri menambahkan bahwa ia lebih sering menggunakan TikTok karena banyak dokter dan ahli gizi yang memberikan tips kesehatan singkat dan mudah dipahami. Sementara itu, Iyan mengungkapkan bahwa ia pernah menemukan informasi yang keliru di media sosial, sehingga ia selalu membandingkan sumber sebelum menerapkan informasi dalam kehidupannya.

Wawancara dengan pengurus pesantren, Ibu Rauhah, mengungkapkan bahwa pihak pesantren menyadari pentingnya literasi kesehatan di kalangan santri. Namun, keterbatasan waktu dan sumber daya menjadi tantangan utama dalam menyediakan program edukasi kesehatan yang sistematis. Ibu Rauhah berharap ada kolaborasi antara pesantren dan tenaga medis untuk meningkatkan kesadaran santri mengenai kesehatan. Dalam penerapan perilaku sehat, santri menghadapi beberapa tantangan, seperti keterbatasan fasilitas kesehatan, kurangnya program edukasi kesehatan yang sistematis, serta kendala dalam menjaga pola makan dan kebersihan diri secara konsisten. Meskipun demikian, beberapa santri telah mengadopsi kebiasaan sehat berdasarkan informasi yang mereka peroleh dari media sosial, seperti meningkatkan konsumsi air putih, menjaga kebersihan kamar, serta menerapkan pola makan yang lebih seimbang.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa peran nilai-nilai keagamaan dalam pesantren memiliki dampak signifikan terhadap kesadaran dan motivasi santri untuk menjalani gaya hidup sehat. Ajaran Islam tentang kebersihan dan kesehatan sering kali dijadikan pedoman dalam praktik sehari-hari. Namun, penerapan konsep kesehatan modern di lingkungan pesantren masih menghadapi hambatan, terutama dalam hal keterbatasan sumber daya dan akses terhadap tenaga medis profesional. Sebagian besar santri berharap adanya program khusus dari pihak pesantren yang secara sistematis memanfaatkan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan. Mereka mengusulkan agar pesantren dapat bekerja sama dengan tenaga medis atau ahli gizi dalam menyediakan konten kesehatan yang informatif dan relevan. Selain itu, program diskusi terbuka mengenai isu-isu kesehatan juga dianggap sebagai langkah yang efektif dalam meningkatkan pemahaman santri mengenai pentingnya literasi kesehatan. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan santri, meskipun masih terdapat berbagai tantangan dalam implementasinya. Diperlukan upaya lebih lanjut dari pihak pesantren untuk memanfaatkan media sosial secara lebih optimal dalam menyebarluaskan informasi kesehatan yang akurat dan terpercaya kepada para santri.

PEMBAHASAN

Pesantren merupakan salah satu institusi pendidikan yang terus mengalami perkembangan pesat di Indonesia. Data dari Kementerian Agama menunjukkan bahwa hingga semester ganjil 2023/2024, terdapat 39.551 pesantren di seluruh Indonesia dengan jumlah santri mencapai 4,9 juta. Dengan angka santri yang besar, pengelola pesantren dan para santri menghadapi berbagai tantangan untuk menjaga lingkungan yang sehat. Pesantren juga menyelenggarakan program pendidikan umum, termasuk pengembangan keterampilan, masyarakat, dan kesehatan. Menjaga kesehatan bukanlah hal yang mudah karena perilaku sehat melibatkan banyak aspek, seperti menjaga kebersihan, memiliki pengetahuan terkait kesehatan, mengonsumsi makanan bergizi, dan lain sebagainya (Muhammad, 2024). Menurut definisi yang diadopsi oleh World Health Organization dalam *Health Promotion Glossary*, literasi kesehatan adalah kemampuan

kognitif dan sosial yang memengaruhi motivasi dan kemampuan individu untuk mengakses, memahami, dan menggunakan informasi guna meningkatkan dan mempertahankan kesehatan (Anisah dkk, 2021). Kehidupan sehat di lingkungan pesantren mencakup aspek kesehatan fisik, mental, dan spiritual. Pesantren yang berfokus pada pendidikan agama dapat memanfaatkan nilai-nilai Islam untuk menginspirasi santri dalam menjalani gaya hidup sehat. Misalnya, ajaran tentang pentingnya kebersihan sebagai bagian dari iman dapat menjadi pedoman bagi santri untuk menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan. Pendekatan keagamaan ini dapat membantu santri mengintegrasikan gaya hidup sehat sebagai bagian dari ibadah. Namun, masih terdapat tantangan dalam penerapan gaya hidup sehat di lingkungan pesantren, salah satunya adalah keterbatasan akses ke informasi kesehatan yang akurat.

Saat ini, kesadaran masyarakat untuk menerapkan gaya hidup sehat masih relatif rendah. Selain itu, keterbatasan jaminan kesehatan bagi masyarakat kurang mampu menyulitkan mereka dalam mendapatkan perawatan medis saat dibutuhkan. Meskipun rumah sakit telah berupaya mempromosikan kondisi kesehatan dan layanan pengobatan, lembaga kesehatan ini tidak cukup dalam menyebarkan informasi kesehatan secara luas (Wahyuni, 2022). Kondisi ini menyebabkan santri kurang mendapatkan edukasi yang memadai tentang pentingnya menjaga kesehatan, baik dalam aspek pola makan, olahraga, maupun kebersihan lingkungan. Pondok Pesantren Hilmatul Madani didirikan pada 11 November 2014 dan berlokasi di Cipare Jaya, RT 03 RW 021, Kelurahan Cipare, Kecamatan Serang, Kota Serang. Didirikan oleh Ustadz Aay Nu'man dan Ustadzah Rauhah, S.Sos., pesantren ini merupakan lembaga pendidikan agama Islam tempat santri mendalami ilmu agama dan kitab-kitab. Metode pengajaran non-klasik seperti *sorogan* digunakan oleh para pengajar untuk menyampaikan pelajaran kitab berbahasa Arab, seperti *Ta'lim Muta'allim*, *jurumiyyah*, *awamil*, dan lainnya. Selain itu, Pondok Pesantren Hilmatul Madani juga menanamkan pendidikan akhlakul karimah.

Menurut Ikhwanudin dalam Muhammara (2024), perilaku kesehatan santri di pesantren masih dinilai belum sesuai dengan standar kesehatan modern. Hal ini disebabkan oleh budaya pesantren yang berbeda dengan masyarakat umum, tercermin dalam cara santri menjaga kesehatan dan memanfaatkan fasilitas kesehatan. Kesehatan lingkungan di pesantren sangat dipengaruhi oleh struktur budaya dan nilai-nilai keagamaan. Di Pondok Pesantren Hilmatul Madani, para santri menggunakan media sosial secara teratur untuk mencari informasi tentang kesehatan. Sebagian besar santri mengaku mengakses media sosial setiap hari atau beberapa kali seminggu, dengan platform yang paling sering digunakan untuk mencari informasi gaya hidup sehat adalah Instagram, YouTube, TikTok, Google, dan aplikasi Halodoc. Media sosial menjadi populer karena kemudahan akses dan konten visual seperti video edukasi dan artikel kesehatan yang mudah dipahami.

Sebagian besar santri merasa bahwa informasi kesehatan dari media sosial cukup terpercaya, terutama jika berasal dari akun atau influencer yang kredibel, seperti dokter atau institusi kesehatan. Meski demikian, mereka juga sadar bahwa tidak semua informasi di media sosial dapat diandalkan, sehingga seringkali mereka memeriksa informasi dengan membandingkan sumber lain seperti Google atau memeriksa referensi untuk memastikan keakuratannya. Media sosial telah membantu meningkatkan kesadaran santri akan pentingnya hidup sehat. Konten yang menarik perhatian santri meliputi diet sehat, tips olahraga ringan, dan kesehatan mental. Beberapa santri menyatakan bahwa media sosial membantu mereka memahami informasi kesehatan yang kompleks dengan lebih mudah, melalui tutorial video atau animasi terkait kesehatan, yang juga memotivasi mereka untuk menerapkan pola hidup sehat meskipun disiplin dan keterbatasan fasilitas sering menjadi hambatan.

Santri menghadapi berbagai tantangan dalam menerapkan pola hidup sehat yang mereka pelajari dari media sosial. Tantangan utama meliputi disiplin menjaga pola makan, kesulitan menjaga kebersihan diri, dan keterbatasan fasilitas di pesantren. Namun, mereka juga melihat peluang untuk meningkatkan literasi kesehatan melalui pemanfaatan media sosial yang lebih

efektif. Beberapa santri berharap pesantren dapat mengadakan program edukasi kesehatan yang menggunakan media sosial sebagai media informasi yang relevan. Hingga kini, belum ada program khusus di Pondok Pesantren Hilmatul Madani yang secara sistematis memanfaatkan media sosial untuk meningkatkan literasi kesehatan santri. Para santri menyarankan agar pesantren bekerja sama dengan tenaga medis atau ahli gizi untuk membuat konten kesehatan yang informatif dan menarik di media sosial. Program diskusi terbuka juga bisa menjadi langkah awal dalam membahas isu-isu kesehatan secara lebih mendalam.

KESIMPULAN

Hasil penelitian di Pondok Pesantren Hilmatul Madani menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran signifikan dalam meningkatkan literasi kesehatan para santri, terutama dalam hal penerapan gaya hidup sehat. Platform seperti Instagram, YouTube, TikTok, dan aplikasi seperti Halodoc menjadi sumber utama informasi kesehatan yang mudah diakses dan dimengerti. Santri mengakui bahwa meskipun informasi dari media sosial sering kali bermanfaat, mereka masih menghadapi kendala, seperti keterbatasan fasilitas dan tantangan dalam memverifikasi keakuratan informasi. Secara keseluruhan, media sosial berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran dan praktik gaya hidup sehat di kalangan santri, meski masih ada berbagai hambatan. Pesantren dapat mengoptimalkan penggunaan media sosial secara lebih terarah dengan menjalin kerja sama bersama tenaga kesehatan untuk memastikan bahwa informasi yang diberikan akurat dan relevan. Selain itu, pesantren bisa mengembangkan program literasi kesehatan berbasis media sosial dengan menghadirkan konten menarik, seperti video tutorial, webinar, atau diskusi daring yang mencakup aspek kesehatan fisik dan mental.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kepada Allah SWT atas berkat dan rahmat-nya yang telah memungkinkan saya menyelesaikan artikel dengan judul “Penggunaan Media Sosial Dalam Meningkatkan Literasi Kesehatan Terhadap Pola Hidup Sehat Di Pondok Pesantren Hilmatul Madani”. Oleh karena itu, saya berterimakasih kepada dosen mata kuliah riset kualitatif dan kepada pihak pondok pesantren yang telah membantu penulis menyelesaikan artikel ini. Saya juga mengucapkan terimakasih kepada keluarga saya yang selalu mendukung dan mendoakan saya menjadi yang terbaik dalam menyelesaikan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, F. A. (2022). Literasi kesehatan mental dan status kesehatan mental dewasa awal pengguna media sosial. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 6(2).
- Anisah, N., Sartika, M., & Kurniawan, H. (2021). Penggunaan media sosial Instagram dalam meningkatkan literasi kesehatan pada mahasiswa. *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam*, 4(2), 94–112.
- Creswell, J.W., & Creswell, J.D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Darmini, A. M. M. (2024). Mobilisasi Politik di Pesantren: Bagaimana Keterbatasan Akses Digital dan Kuatnya Peran Kiai Menentukan Arah Dukungan Dalam Pemilu. theconversation.com.
- Handayani, T., Ayubi, D., & Anshari, D. (2020). Literasi kesehatan mental orang dewasa dan penggunaan pelayanan kesehatan mental. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 2(1), 9–17.

- Idham, A. F., Rahayu, P., As-Sahih, A. A., Muhiddin, S., & Sumantri, M. A. (2019). Trend literasi kesehatan mental. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 11(1), 12–20.
- Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Moleong, L. J. (2016). Metodologi Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muharrama. (2024). Perilaku Kesehatan Santriwati Di Pondok Pesantren Ddi Ujung Lare Kota Parepare. Skripsi. Makassar: Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Hasanuddin.
- Rahman, H., Alam, S., Ahmad, A., Bachmid, F., Bangsawan, A. A., Edar, A. N., & Ramdaniyah, R. (2021). Penguatan Promosi Kesehatan melalui Literasi Kesehatan pada Santri. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 25–30. <https://doi.org/10.53690/ipm.v1i1.16>
- Royanah, R. (2021). Penerapan Teknik Modeling dalam Meningkatkan Tata Cara Bersuci pada Santriwati (Studi di Pondok Pesantren Hilmatul Madani Serang). Skripsi. Banten: Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin. <http://repository.uinbanten.ac.id/id/eprint/7739>
- Syah, M. F., Winarno, R. A. J., & Ahya, D. G. (2020). Literasi Kesehatan Dalam Penangulangan Pandemik Covid-19. *Jurnal Akrab*, 11(1), 70–76.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan
- Wahyuni, S., Arisani, G., Riani, R., & Hanipah, H. (2022). Peran Media Sosial Sebagai Upaya Promosi Kesehatan. *Jurnal Forum Kesehatan : Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 11(2), 86–96. <https://doi.org/10.52263/jfk.v11i2.233>
- Yazlim, N. (2023). Peningkatan Literasi Kesehatan dan Pengetahuan Tentang Food Traffic Light System Pada Mahasiswa Politeknik Karya Persada Muna. Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 14(1), 10–25.
- Zahroh, A., Nasriyanto, E. N., & Idu, C. J. (2024). Hubungan Antara Literasi Kesehatan Dengan Kualitas Hidup Siswa SMKN 9 Kota Tangerang. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 2(1), 5–9.