

HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SANTRI PUTRI BERDASARKAN HEALTH PROMOTION MODEL DI PONDOK PESANTREN PUTRI DARUS SHOLAH

Firly Fransiska Nur Adillah^{1*}, Sri Wahyuni Adriani², Ayesie Natasa Zulka³

¹Program Studi S1-Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Negara Indonesia

²⁻³Program Studi S1-Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Negara Indonesia

*Penulis Korespondensi: firly.nadilla03@gmail.com

Abstract: Introduction: Personal hygiene was an essential health behavior for maintaining the health of female students living in Islamic boarding schools. Peer support, as part of the interpersonal influences component in the Health Promotion Model, was considered one of the factors influencing personal hygiene behavior. **Objective:** This study aimed to analyze the relationship between peer support and personal hygiene behavior among female students at Darus Sholah Islamic Boarding School. **Methods:** A quantitative study with a cross-sectional design was conducted among 130 respondents selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected using modified and validated questionnaires and were analyzed using the Spearman Rho test with a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results:** Most respondents had high peer support (74.6%) and good personal hygiene behavior (96.9%). The Spearman Rho test showed a significant positive relationship between peer support and personal hygiene behavior ($p = 0.020$; $r = 0.203$), indicating a weak correlation. **Conclusion:** Peer support was significantly associated with personal hygiene behavior among female students. Better peer support tended to be associated with better personal hygiene behavior, although other factors might also influence this behavior.

Keywords: Peer Support; Personal Hygiene; Adolescents; Female Students

Abstrak: Latar Belakang: Personal hygiene merupakan perilaku kesehatan yang penting untuk menjaga kesehatan santri putri di lingkungan pondok pesantren. Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku tersebut adalah dukungan teman sebaya sebagai bagian dari *interpersonal influences* dalam *Health Promotion Model*, yang berperan dalam mendorong terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat. **Tujuan:** Menganalisis hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* santri putri di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 130 santri yang dipilih menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang telah dimodifikasi, diuji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis menggunakan uji *Spearman Rho* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. **Hasil:** Mayoritas santri memperoleh dukungan teman sebaya tinggi (74,6%) dan memiliki perilaku *personal hygiene* baik (96,9%). Hasil uji *Spearman Rho* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,020$ ($<0,05$) dan $r = 0,203$, yang menunjukkan terdapat hubungan signifikan dengan arah hubungan positif dan kekuatan hubungan lemah antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene*. **Kesimpulan:** Dukungan teman sebaya berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* santri putri. Semakin baik dukungan yang diterima, maka perilaku *personal hygiene* cenderung semakin baik, meskipun perilaku tersebut juga dimungkinkan dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: Dukungan Teman Sebaya; *Personal Hygiene*; Remaja; Santri Putri

1. LATAR BELAKANG

Personal hygiene merupakan salah satu perilaku kesehatan yang berperan penting dalam mempertahankan kesehatan dan mencegah berbagai penyakit, terutama pada

remaja berusia 12–18 tahun yang sedang mengalami perubahan fisik maupun psikososial. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2018), *personal hygiene* adalah tindakan individu dalam memelihara kebersihan tubuh untuk mempertahankan kesehatan dan mencegah penyakit. Namun, remaja masih rentan mengalami masalah kebersihan diri akibat kurangnya pengetahuan, perubahan perkembangan, serta pengaruh lingkungan dan sosial (UNICEF, 2022). Di Indonesia, perilaku *personal hygiene* pada remaja masih menjadi perhatian. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) menunjukkan bahwa hanya 56,2% remaja putri memiliki perilaku kebersihan diri yang baik, khususnya selama menstruasi. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan, seperti infeksi kulit dan gangguan saluran reproduksi.

Penerapan *personal hygiene* menjadi lebih menantang pada remaja yang tinggal di pondok pesantren karena kehidupan yang bersifat komunal dan penggunaan fasilitas sanitasi secara bersama. Penelitian Efendi et al. (2021) melaporkan bahwa lebih dari separuh santri memiliki perilaku *personal hygiene* yang kurang baik dan kondisi tersebut berhubungan dengan meningkatnya kejadian skabies. Hasil studi pendahuluan di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah Jember juga menunjukkan masih adanya keterbatasan fasilitas pendukung kebersihan, seperti pasokan air yang tidak stabil, wastafel yang belum berfungsi secara optimal, serta belum tersedianya tempat khusus untuk mengganti pembalut. Selain itu, masih ditemukan santri yang mengalami gangguan pencernaan ringan yang diduga berkaitan dengan kebiasaan mencuci tangan yang belum optimal. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perilaku *personal hygiene* pada santri dipengaruhi tidak hanya oleh ketersediaan fasilitas, tetapi juga oleh faktor perilaku dan lingkungan sosial.

Berbagai penelitian telah mengidentifikasi bahwa perilaku *personal hygiene* dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, fasilitas sanitasi, status ekonomi, serta dukungan sosial. Salah satu bentuk dukungan sosial yang memiliki pengaruh besar pada remaja adalah dukungan teman sebaya. Interaksi yang intensif antarsantri memungkinkan terjadinya dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan yang dapat mendorong terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima remaja, semakin baik pula praktik *personal hygiene* yang dilakukan. Dalam penelitian ini, hubungan tersebut dikaji menggunakan *Health Promotion Model* (HPM) yang dikembangkan oleh Nola J.

Pender, di mana dukungan teman sebaya diposisikan sebagai komponen *interpersonal influences* yang berperan dalam membentuk perilaku promosi kesehatan.

Meskipun hubungan antara dukungan sosial dan perilaku kesehatan telah banyak diteliti, sebagian besar penelitian masih berfokus pada faktor pengetahuan, sikap, maupun ketersediaan fasilitas sanitasi. Penelitian yang secara khusus menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* santri putri menggunakan pendekatan *Health Promotion Model* masih terbatas, terutama pada lingkungan pondok pesantren yang memiliki karakteristik kehidupan komunal dan interaksi sosial yang kuat. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut agar diperoleh pemahaman mengenai peran dukungan teman sebaya sebagai faktor *interpersonal* dalam membentuk perilaku *personal hygiene*.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* santri putri berdasarkan *Health Promotion Model* di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai pengaruh dukungan teman sebaya terhadap perilaku *personal hygiene* serta menjadi dasar dalam pengembangan program promosi kesehatan berbasis teman sebaya untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan pondok pesantren..

2. KAJIAN TEORITIS

Personal hygiene merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan individu untuk menjaga kebersihan tubuh, mempertahankan kesehatan, serta mencegah terjadinya penyakit. Pada remaja putri, *personal hygiene* meliputi kebersihan tangan, kaki dan kuku, rambut, gigi dan mulut, mata, hidung dan telinga, kulit, serta genetalia. Penerapan *personal hygiene* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, pengetahuan, lingkungan, ketersediaan sarana sanitasi, dan dukungan sosial. Di lingkungan pondok pesantren, perilaku tersebut menjadi sangat penting karena santri hidup secara komunal sehingga kebiasaan menjaga kebersihan diri tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga kesehatan lingkungan secara keseluruhan.

Salah satu faktor sosial yang berperan dalam membentuk perilaku *personal hygiene* adalah dukungan teman sebaya. Teman sebaya merupakan individu dengan tingkat usia dan perkembangan yang relatif sama sehingga memiliki intensitas interaksi yang tinggi.

Menurut House (1981), dukungan teman sebaya terdiri atas dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan penghargaan (*appraisal support*). Keempat bentuk dukungan tersebut berperan dalam meningkatkan motivasi, rasa percaya diri, serta kemampuan individu dalam menerapkan perilaku kesehatan secara konsisten. Pada masa remaja, teman sebaya sering menjadi sumber informasi, panutan, sekaligus penguat sosial yang memengaruhi pembentukan perilaku sehari-hari, termasuk kebiasaan menjaga kebersihan diri.

Penelitian ini menggunakan *Health Promotion Model* (HPM) yang dikembangkan oleh Nola J. Pender sebagai landasan teoritis. HPM menjelaskan bahwa perilaku promosi kesehatan dipengaruhi oleh karakteristik individu, pengalaman sebelumnya, serta faktor kognitif dan afektif yang mendorong seseorang melakukan perilaku sehat. Salah satu komponen penting dalam model ini adalah *interpersonal influences*, yaitu pengaruh yang berasal dari keluarga, tenaga kesehatan, maupun teman sebaya. Dukungan teman sebaya dapat meningkatkan motivasi, komitmen, dan keyakinan individu dalam melakukan perilaku kesehatan sehingga berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku *personal hygiene* yang lebih baik. Dengan demikian, HPM memberikan dasar teoritis bahwa perilaku *personal hygiene* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga oleh dukungan sosial dari lingkungan sekitar.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan perilaku kesehatan pada remaja. Penelitian Jiang et al. (2024) menjelaskan bahwa dukungan teman sebaya berperan sebagai pengaruh *interpersonal* yang mampu meningkatkan perilaku promosi kesehatan. Penelitian Wihdaturrahmah dan Chuemchit (2023) juga menemukan bahwa remaja yang memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya cenderung memiliki kepatuhan yang lebih baik terhadap praktik *personal hygiene*. Selain itu, penelitian Betsu et al. (2024) menunjukkan bahwa teman sebaya berperan sebagai sumber informasi dan model perilaku yang mendorong terbentuknya kebiasaan hidup bersih. Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada populasi remaja secara umum dan belum secara khusus mengkaji santri putri di lingkungan pondok pesantren menggunakan pendekatan *Health Promotion Model*. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memperkuat bukti empiris mengenai peran dukungan teman sebaya terhadap perilaku *personal hygiene* pada santri putri dalam konteks kehidupan pesantren.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah Jember pada bulan Juni 2026. Populasi penelitian berjumlah 194 santri putri, dengan sampel sebanyak 130 santri yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Kriteria inklusi meliputi santri putri yang bersedia menjadi santridan mengisi lembar persetujuan penelitian, sedangkan santri yang tidak hadir saat pengambilan data atau mengundurkan diri dari penelitian termasuk dalam kriteria eksklusi.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dukungan teman sebaya dan kuesioner perilaku *personal hygiene* yang telah dimodifikasi serta dinyatakan valid dan reliabel. Pengumpulan data dilakukan setelah memperoleh persetujuan etik dan izin penelitian, kemudian santrimengisi kuesioner secara mandiri. Data dianalisis secara univariat untuk menggambarkan karakteristik santridan distribusi setiap variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rho dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* santri putri.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian disajikan dalam tiga tabel yang meliputi karakteristik santri, distribusi variabel penelitian, dan hasil analisis hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene*.

Tabel 1. Karakteristik Santri Putri di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah Tahun 2026 (n=130)

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SMP	88	67,7
SMA/MA	42	32,3
Kelas		
Kelas VII	44	33,8
Kelas VIII	45	34,6
Kelas X	64	49,2
Kelas XI	66	50,8
Usia		
13 Tahun	29	22,3
14 Tahun	48	36,9
15 Tahun	13	10,0
16 Tahun	12	9,2
17 Tahun	16	12,3
18 Tahun	5	3,8

**HUBUNGAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE
SANTRI PUTRI BERDASARKAN HEALTH PROMOTION MODEL DI PONDOK
PESANTREN PUTRI DARUS SHOLAH**

Lama Tinggal di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah		
1 Tahun	59	45,4
2 Tahun	47	36,2
3 Tahun	3	2,3
4 Tahun	9	6,9
5 Tahun	12	9,2
Total	130	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya Di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah, Juni 2026 (n= 130)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Dukungan Teman Sebaya	Tinggi	97	74,6
	Sedang	32	24,6
	Rendah	1	0,8
Perilaku <i>Personal Hygiene</i>	Baik	126	96,9
	Cukup Baik	4	3,1

Tabel 3. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Perilaku *Personal Hygiene* (Hasil Uji *Spearman Rho*)

Variabel	p-value	r
Dukungan Teman Sebaya Dengan Perilaku <i>Personal Hygiene</i>	0,020	0,203

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik santri menunjukkan bahwa mayoritas santri putri berada pada jenjang pendidikan SMP (67,7%). Berdasarkan tingkat kelas, jumlah santri pada jenjang SMA/MA lebih banyak dibandingkan jenjang SMP (50,8%). Ditinjau dari usia, santri didominasi oleh santri berusia 14 tahun (36,9%), sedangkan usia 18 tahun merupakan kelompok dengan jumlah santri paling sedikit (3,8%). Selain itu, mayoritas santri telah tinggal di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah selama 1 tahun (45,4%), sedangkan santri dengan lama tinggal 3 tahun merupakan kelompok yang paling sedikit (2,3%).

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas santri memiliki dukungan teman sebaya tinggi (74,6%) dan perilaku *personal hygiene* baik (96,9%). Berdasarkan analisis parameter, dukungan instrumental merupakan bentuk dukungan yang paling dominan diterima oleh santri, sedangkan pada variabel *personal hygiene*, aspek kebersihan rambut menunjukkan penerapan yang paling baik dibandingkan indikator lainnya. Temuan ini mengindikasikan bahwa bantuan nyata dari teman sebaya serta pembiasaan menjaga kebersihan diri telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari santri di lingkungan pondok pesantren.

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji *Spearman Rho* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene*. Hubungan tersebut memiliki arah positif dengan kekuatan hubungan lemah, yang menunjukkan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, maka perilaku *personal hygiene* santri cenderung semakin baik. Meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya tetap menjadi salah satu faktor yang berperan dalam membentuk perilaku menjaga kebersihan diri pada santri putri.

Temuan penelitian ini sejalan dengan *Health Promotion Model* (HPM) yang dikemukakan oleh Pender (2011), yang menjelaskan bahwa *interpersonal influences* merupakan salah satu faktor yang memengaruhi terbentuknya perilaku promosi kesehatan. Dalam kehidupan di pondok pesantren, santri menjalani berbagai aktivitas secara bersama sehingga interaksi dengan teman sebaya terjadi setiap hari. Kondisi tersebut memungkinkan santri saling bertukar informasi, mengingatkan, memberikan bantuan, serta menjadi teladan dalam menerapkan perilaku hidup bersih. Dukungan tersebut membantu santri membangun persepsi positif mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, meningkatkan keyakinan untuk melaksanakan perilaku sehat (*self-efficacy*), serta memperkuat komitmen dalam mempertahankan kebiasaan *personal hygiene*.

Peran teman sebaya juga dapat dijelaskan melalui teori dukungan sosial House (1981), yang menyatakan bahwa dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan dapat memengaruhi perilaku individu. Di lingkungan pesantren, dukungan tersebut tampak melalui kebiasaan saling mengingatkan untuk menjaga kebersihan, berbagi informasi mengenai praktik *personal hygiene*, membantu teman ketika diperlukan, serta memberikan penguatan terhadap perilaku hidup bersih. Interaksi yang berlangsung secara terus-menerus menjadikan teman sebaya sebagai sumber dukungan yang mudah diterima oleh remaja karena memiliki pengalaman dan lingkungan yang relatif sama. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Jiang et al. (2024) yang menyatakan bahwa teman sebaya merupakan sumber informasi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan perilaku kesehatan remaja.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Fitriwati dan Arofah (2021) yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku

kebersihan diri pada remaja putri. Selain itu, Nur Fadhillah dan Ayubi (2024) menjelaskan bahwa pendekatan *peer education* mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik kebersihan pribadi pada remaja. Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya berperan penting dalam mendorong terbentuknya perilaku hidup bersih melalui proses berbagi informasi, pemberian motivasi, dan pembentukan norma kelompok.

Meskipun demikian, kekuatan hubungan pada penelitian ini termasuk kategori lemah ($r = 0,203$). Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku *personal hygiene*. Perilaku tersebut juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti aturan kebersihan pondok, pengawasan pengurus, ketersediaan fasilitas sanitasi, pengetahuan kesehatan, pengalaman tinggal di pesantren, serta motivasi dan kesadaran individu. Oleh karena itu, peningkatan perilaku *personal hygiene* pada santri tidak hanya memerlukan dukungan teman sebaya, tetapi juga memerlukan dukungan lingkungan dan program promosi kesehatan yang berkelanjutan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *cross-sectional*, sehingga hubungan yang diperoleh hanya menggambarkan hubungan pada satu waktu pengamatan dan belum dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Selain itu, pengukuran variabel dilakukan menggunakan kuesioner *self-report*, sehingga jawaban santri berpotensi dipengaruhi oleh persepsi pribadi maupun kecenderungan memberikan jawaban yang dianggap baik (*social desirability bias*). Penelitian ini juga hanya dilakukan pada satu pondok pesantren sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada seluruh populasi santri dengan karakteristik yang berbeda.

Temuan penelitian ini memberikan implikasi bagi praktik keperawatan komunitas, khususnya dalam upaya promosi kesehatan di lingkungan pondok pesantren. Perawat komunitas dapat bekerja sama dengan pihak pesantren untuk mengembangkan program promosi kesehatan berbasis teman sebaya, seperti *peer education* dan pembentukan kader kesehatan santri. Pendekatan tersebut diharapkan dapat meningkatkan peran teman sebaya sebagai sumber dukungan sosial dalam membentuk dan mempertahankan perilaku *personal hygiene*, sehingga mampu mendukung terciptanya lingkungan pesantren yang lebih sehat.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas santri putri di Pondok Pesantren Putri Darus Sholah memiliki tingkat dukungan teman sebaya yang tinggi dan perilaku *personal hygiene* yang baik. Hasil uji *Spearman Rho* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku *personal hygiene* ($p < 0,05$) dengan arah hubungan positif dan kekuatan hubungan lemah ($r = 0,203$). Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membentuk perilaku *personal hygiene* pada santri putri, meskipun bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhinya. Dengan demikian, peningkatan perilaku *personal hygiene* perlu didukung tidak hanya melalui interaksi positif antarteman sebaya, tetapi juga oleh lingkungan pesantren, ketersediaan sarana sanitasi, serta program promosi kesehatan yang berkelanjutan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain *cross-sectional*, sehingga hubungan yang diperoleh belum dapat menjelaskan hubungan sebab akibat. Selain itu, pengukuran variabel dilakukan menggunakan kuesioner *self-report* yang berpotensi menimbulkan *social desirability bias*, serta penelitian hanya dilakukan pada satu pondok pesantren sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada populasi santri yang lebih luas.

Berdasarkan hasil penelitian, pondok pesantren disarankan untuk mengembangkan program promosi kesehatan berbasis teman sebaya melalui kegiatan *peer education* dan pembentukan kader kesehatan santri yang berkoordinasi dengan Poli Kesehatan Pesantren. Program tersebut dapat diarahkan pada pemberian edukasi mengenai pentingnya *personal hygiene*, penggunaan perlengkapan kebersihan pribadi secara tepat, serta pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat. Santri diharapkan dapat mempertahankan perilaku *personal hygiene* yang sudah baik sekaligus saling memberikan dukungan positif melalui kegiatan saling mengingatkan, berbagi informasi, dan menjadi teladan dalam menjaga kebersihan diri. Tenaga kesehatan diharapkan dapat memperkuat kolaborasi dengan pihak pesantren dalam menyelenggarakan edukasi kesehatan secara berkala agar perilaku hidup bersih dapat dipertahankan secara berkelanjutan. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi perilaku *personal hygiene*, seperti pengetahuan kesehatan, ketersediaan fasilitas sanitasi, peran pengurus pesantren, maupun motivasi individu, serta

menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti longitudinal atau eksperimental, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *personal hygiene* pada santri.

DAFTAR REFERENSI

- Abubakar, R. (2021). Pengantar metodologi penelitian (1st ed.). SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga.
- Agustin, D., Hidayati, T., Yuliana, W., & Hafshawaty, U. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene pada saat menstruasi pada remaja putri pondok putri hafshawaty pesantren zainul hasan probolinggo. *Health Research Journal*, 3, 10.
- Aini, N. N., Indriyani, D., & Adriani, S. W. (2021). Dukungan Teman Sebaya Meningkatkan Adaptasi Psikologis Pasien HIV/AIDS. *Journals Of Ners Community*, 12(November), 182–195. <https://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1362/1154>
- Amruddin, Priyadi, R., Agustina, T. S., Sri Ariantini, N., Lia Rusmayani, N. G. A., Aslindar, D. A., Ningsih, K. P., Wulandari, S., Putranto, P., Yuniati, I., Untari, I., Mujiani, S., & Wicaksono, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (M. P. Dr. Fatma Sukmawati (ed.); 1st ed.). Penerbit Pradina Pustaka.
- Aqidatunisa, H. A., Hidayati Sri, & Ulfah, S. F. (2022). Hubungan pola menyikat gigi dengan kebersihan gigi dan mulut pada anak sekolah dasar. *Jurnal Skala Kesehatan Politeknik Kesehatan Banjarmasin*, 13(2), 105–112.
- Asri, D. N., & Suharni. (2021). *Modifikasi Perilaku Teori dan Penerapannya* (D. Apriandi (ed.); 1st ed.). UNIPMA Press (Anggota IKAPI) Universitas.
- Betsu, B. D., Medhanyie, A. A., Gebrehiwet, T. G., & Wall, L. L. (2024). Menstrual hygiene management interventions and their effects on schoolgirls' menstrual hygiene experiences in low and middle countries: A systematic review. *PLoS ONE*, 19(8), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302523>
- Chuemchit, M. (2023). Determinants of Menstrual Hygiene Among Adolescent School Girls in Indonesia. June, 943–954. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S400224>
- Efendi, R., Adriansyah, A. A., & Ibad, M. (2021). Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Scabies Pada Santri di Pondok Pesantren. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 25. <https://doi.org/10.26714/jkmi.15.2.2020.25-28>
- Eri Puji Kumalasari, Imawati, Devy Putri Nursanti, & Miftakhur Rohmah. (2025). The Influence Of Peer Group Support On Knowledge And Personal Hygiene Attitudes During Menstruation In Adolescent Girls At Smp Negeri 2 Tumpang, Malang District. *Journal for Quality in Women's Health*, 8(1), 63–73. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v8i1.280>
- Fitriwati, C. I., & Arofah, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 10(2), 141–151.

- Gardner, B., Rebar, A. L., Lally, P., Gardner, B., Rebar, A. L., Lally, P., Gardner, B., Rebar, A. L., & Lally, P. (2022). How does habit form? Guidelines for tracking real-world habit formation. *Cogent Psychology*, 9(1), 1–17. <https://doi.org/10.1080/23311908.2022.2041277>
- Guna, A. mira, & Amatiria, G. (2021). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Upaya Mencegah Penyakit Kulit Pada Santri Di Pondok Pesantren Nurul Huda. *Keperawatan*, XI(1), 7–14.
- Hagger, M. S., Moyers, S., McAnally, K., & McKinley, L. E. (2020). Known Knowns and Known Unknowns on Behavior Change Interventions and Mechanisms of Action. *Health Psychology Review*, 14(1), 1–32. <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1719184>
- Jiang, Z., Chu, X., Yuan, W., Song, Y., Lin, Z., Liu, Y., & Chen, Z. (2024). The Role of Peer Support in Promoting Mental Health of The Concept of Peer Support for. *International Scientific Journal*, 6(29), 723–726.
- Karmila, kiki, & Pertiwi, W. E. (2021). Determinan Personal Hygiene pada Siswa-Siswi Asrama. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(4), 239–247.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia (F. Sibuea (ed.); p. 550).
- Latifah, U., Wahyusari, S., & Salam, A. Y. (2023). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dan Kesadaran Diri Dengan Perilaku Menjaga Kebersihan Menstruasi Pada Remaja Putri Smau Kelas 1-2. *Ilmu Kesehatan*, 2(9), 69–79. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC>
- Mara, K., Adesta, R. O., & Meo, M. Y. (2022). agustin, D., Hidayati, T., Yuliana, W., & Hafshawaty, U. (2025). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Pondok Putri Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo. *Health Research Journal*, 3,. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 54–65.
- Maula, I. (2019). Kegiatan Pembinaan Kepemimpinan Santri Di Pondok Pesantren Darus Sholah Jember Tahun Ajaran 2018/2019. September.
- Nindrea, R. D., & Wichaidit, W. (2025). Association Between Receiving The Aksi Bergizi Social Behavioral Change Communication (SBCC) Intervention And Hygiene Behaviors Among Secondary School Students In Padang, Indonesia. *PeerJ*, 13(4), 2–13. <https://doi.org/10.7717/peerj.19256>
- Noor, A. (2025). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Penjamah Makanan Terhadap Penerapan Personal Hygiene Di Pasar Sentral Mina Minangka Kabupaten Buton Utara. *Journal of Health Quality Development*, 2(2), 47–54.
- Nugrahani, M. R., Fitriyah, A., Firdausa, I. B., Hamdani, M. F., & Rohmah, T. (2023). Analisis Relevansi Dakwah Kebersihan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Santriwati Pondok Pesantren Sunan Pandanaran Tulungagung. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 6(12), 2526–2532.
- Nur Fadhillah, F., & Ayubi, D. (2024). The Impact of Peer Education on Menstrual Personal Hygiene Practices Among Adolescent Adolescent Girls: A Systematic

- Literature Review. *Jurnal Kesmes (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 11(4), 195–209. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v11i4>
- Pangestu, A. D., Arbi, A., & Septiani, R. (2025). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Scabies pada Santri di Pondok Pesantren. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 4(2), 112–119.
- Papalia, E. D., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Pariati N. (2024). Hubungan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Dengan Keputihan Di Kelas XI Di MAN Kota Palangka Raya. Skripsi Prodi Keperawatan Poltekkes Palngkaraya. http://repo.polkesraya.ac.id/3829/1/SKRIPSI_NAYU_PARIATI.pdf
- Patoding, S., & Lindriani. (2025). *Falsafah dan teori keperawatan* (Hartanti (ed.)). Rizmedia pustaka indonesia.
- Permata, J. T., & Nasution, F. Z. (2022). Perilaku Bullying Terhadap Teman Sebaya Pada Remaja. *Pendidikan*, 1(2), 614–620.
- Pender, N. J., Murdaugh, C., & Parsons, M. A. (2015). *Health Promotion in Nursing Practice Seventh Edition* (Erin Sullivan (ed.); 7th ed.). Julie Levin Alexander. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37313018/>
- Prameswari, A. K., Suryaningsih, Y., & Dewi, S. R. (2024). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Upaya Pencegahan Bullying Pada Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 4 Jember. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 328–335. <https://doi.org/10.62085/ajk.v2i2.86>
- Qomariyah, A., Kawitantri, O. H., & Faizah, M. (2022). Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Scabies Dan Personal Hygiene Pada Santri Putra Pondok Pesantren Safinatul Huda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 27–39.
- Resnayati, Y., Riyanti, E., & Maryam, R. S. (2023). Pengaruh Intervensi Model Dukungan Sebaya Santri Husada terhadap Kemampuan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Penghuni Pesantren. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 128–136.
- Rhodes, R. E., & Sui, W. (2021). Physical Activity Maintenance : A Critical Narrative Review and Directions for Future Research. *Physical Activity Maintenance*, 12(September), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.725671>
- Rokhman, O., Nurwahidah, A. I., Amanda, L., & Ayusetia, S. (2024). Peran Fasilitas Sanitasi dan Personal Hygiene dalam Kelaikan Hygiene Sanitasi Warung Makan di Wanareja Kabupaten Cilacap. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 6472(Special Issue 2024), 93–105. <https://jurnal.sinesia.id/index.php/Medical-JKK/index%0APeran>
- Rusiana, Harlina Putri Istianah Supinganto, Agus Suharmanto Setyawati, Irni Budiana, Irwan Purqoti, Dewi Nur Sukma Zulfiana, Yesvi Herlina, Siskha Maya Thoyibah, & Zurriyatun. (2021). *PENDIDIKAN TEMAN SEBAYA* (M. Nasrudin (ed.); 1st ed.). PT> Nasya Expanding Management (Penerbit NEM-Anggota IKAPI).

- Safira, Z. D., & Ayunin, E. N. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Santri di Pondok Pesantren Ar-Rofi'I Jakarta Selatan Tahun 2023. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(6), 1513–1517.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sinurat, S., Sari Dewi Simanullang, M., Simbolon, D., & Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, P. (2024). Gambaran Personal Hygiene Pada Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 066054 Kecamatan Medan Denai Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 3781–3796.
- Supriyati, Z. (2025). Efektivitas Metode Peer Education Dengan Media Poster Dan Peraturan Sebagai Upaya Peningkatan Perilaku Personal Hygiene Pada Santri Putri Smp Pondok Pesantren Sahabatqu Yogyakarta. *Preventif Journal*, 2(2), 8–14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37887/epj>
- UNICEF. (2022). *Adolescent Health and Hygiene Report*.
- Us, H., Fitriani, A., & Fatiyani. (2023). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa BPI UIN Jakarta. *JURNAL RISET KESEHATAN NASIONAL*, 7(2), 169–176. <https://doi.org/https://doi.org/10.37294>
- Utami, N., Arrazy, S., & Wahyudi. (2025). *Metode Penelitian*. Merdeka Kreasi Group.
- Wahyuni, N., & Syamiah, N. (2023). Literatur Review : Faktor-FAktor Yang Mempengaruhi Personal Hygiene Pada Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Jurnal JOUBAHS*, 03(2), 191–196.
- Wihdaturrahmah, & Chuemchit, M. (2023). Determinants of Menstrual Hygiene Among Adolescent School Girls in Indonesia. *International Journal of Women's Health*, 15(April), 943–954. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S400224>
- World Health Organization (WHO). (2018). *Adolescent Health and Development: A Framework for Country Action*.
- Yunisyar, R. P. K., Hadi, S., & Murfat, Z. (2024). Kebersihan Tangan, Kuku, dan Infeksi Soil-Transmitted Helminths pada Siswa. *Fakumi Medical Journal*, 04(05), 368–374.
- Zubaidah. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genetalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 1–4. <http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>