



Department of Digital Business

**Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)**

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 1 (2026) pp: 14444-14451

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

---

## Efektivitas Intervensi Promosi Kesehatan (Psikoedukasi, Peer Support, dan Media Digital) di Sekolah: Literature Review

Tsalsabilah Rizky Adinda, Ira Nurmala

Departement Epidemiologi, Biostatistika, Kependudukan, dan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat,  
Universitas Airlangga

[tsalsabilahrizkyadinda@gmail.com](mailto:tsalsabilahrizkyadinda@gmail.com), [iranurmala@fkm.unair.ac.id](mailto:iranurmala@fkm.unair.ac.id) \*

### **Abstrak**

*Promosi kesehatan di sekolah merupakan strategi penting dalam meningkatkan derajat kesehatan peserta didik secara menyeluruh, baik aspek fisik maupun mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis efektivitas berbagai bentuk intervensi promosi kesehatan di lingkungan sekolah melalui pendekatan literature review. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur naratif dengan penelusuran sistematis pada basis data Google Scholar dan Scopus terhadap artikel yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2020–2025. Berdasarkan proses seleksi yang ketat, diperoleh tujuh artikel penelitian empiris yang relevan untuk dianalisis secara komprehensif. Hasil kajian menunjukkan bahwa promosi kesehatan di sekolah yang dilakukan secara terintegrasi memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, perilaku hidup sehat, serta kesejahteraan psikologis siswa. Intervensi seperti psikoedukasi terbukti mampu meningkatkan pemahaman dan pengelolaan emosi siswa, sementara dukungan kelompok sebaya efektif dalam meningkatkan kemampuan coping dan menurunkan tingkat stres. Selain itu, penggunaan media edukatif, seperti video dan permainan interaktif, berkontribusi dalam meningkatkan keterlibatan serta pemahaman siswa terhadap materi kesehatan. Perkembangan teknologi digital juga memberikan peluang baru melalui intervensi berbasis eHealth yang terbukti meningkatkan perilaku kesehatan, termasuk aktivitas fisik dan pola makan. Secara keseluruhan, efektivitas promosi kesehatan di sekolah tidak hanya ditentukan oleh satu jenis intervensi, tetapi oleh sinergi berbagai pendekatan yang mencakup edukasi, lingkungan suportif, serta keterlibatan sosial. Oleh karena itu, diperlukan penguatan implementasi program yang sistematis, berkelanjutan, dan adaptif terhadap perkembangan teknologi guna mendukung peningkatan kualitas hidup peserta didik secara optimal.*

*Kata kunci: Promosi Kesehatan Sekolah, Psikoedukasi, Dukungan Sebaya, Media Edukasi, Kesehatan Mental Remaja*

### **1. Latar Belakang**

Promosi kesehatan merupakan strategi fundamental dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui penguatan kemampuan individu dan komunitas untuk mengendalikan determinan kesehatannya. Pendekatan ini tidak hanya menitikberatkan pada perubahan perilaku, tetapi juga pada penciptaan lingkungan yang mendukung kesehatan secara berkelanjutan. Dalam kerangka global, promosi kesehatan sejalan dengan Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya Tujuan 3 tentang Good Health and Well-Being yang menekankan pentingnya upaya preventif dan promotif dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Organisasi Kesehatan Dunia melalui kerangka Health Promoting School juga menegaskan bahwa intervensi promotif yang terintegrasi dalam sistem sosial memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental populasi (WHO, 2021).

Promosi kesehatan di sekolah merupakan upaya sistematis untuk menjadikan sekolah sebagai komunitas yang tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan seluruh warga sekolah. Menurut Nugraheni, Indarjo, dan Suhat (2018), promosi kesehatan berbasis sekolah dilaksanakan melalui tiga komponen utama yang dikenal sebagai Trias UKS, yaitu penciptaan lingkungan sekolah yang sehat, penyelenggaraan pelayanan kesehatan, serta pelaksanaan pendidikan kesehatan secara berkelanjutan. Ketiga komponen tersebut saling terintegrasi dalam membentuk perilaku hidup sehat siswa melalui penyediaan lingkungan fisik dan sosial yang mendukung, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemberian pengetahuan dan keterampilan agar siswa mampu mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatannya. Juga sependapat dengan (Lestyoningsih & Kes, 2022) petugas yang melaksanakan pelayanan

kesehatan melalui penjangkaran kesehatan anak usia pendidikan dasar adalah program UKS, promosi kesehatan, dokter gigi, program gizi, dan dibantu oleh guru UKS.

Pendekatan ini menempatkan sekolah sebagai wahana strategis dalam proses internalisasi nilai dan praktik kesehatan sejak usia dini, karena siswa menghabiskan sebagian besar waktunya di lingkungan sekolah. Selain itu, pelaksanaan promosi kesehatan di sekolah juga melibatkan peran keluarga dan masyarakat sebagai pendukung keberlanjutan program, sehingga dampaknya tidak hanya dirasakan di lingkungan sekolah, tetapi juga meluas ke lingkungan rumah dan komunitas. Sehingga sekolah dipandang sebagai setting yang efektif dalam membentuk perilaku kesehatan jangka panjang dan mendukung peningkatan kualitas hidup peserta didik (Nugraheni, Indarjo, & Suhat, 2018).

Secara teoritis, keberhasilan maksimal internalisasi nilai karakter pada anak usia sekolah dasar menghadapi berbagai tantangan kompleks yang memerlukan waktu panjang dan upaya ekstra keras. Menurut Lickona (2023), pembentukan karakter anak memerlukan proses bertahap yang melibatkan moral knowing, moral feeling, dan moral action, dimana setiap tahapan membutuhkan pendekatan khusus dan tidak dapat dicapai secara instan. Berkowitz & Bier (2022) menegaskan bahwa internalisasi nilai karakter yang efektif memerlukan minimal tiga tahun implementasi konsisten dengan dukungan sistemik dari seluruh stakeholder pendidikan, mengingat kompleksitas psikologis anak dalam mentransformasi pemahaman kognitif menjadi tindakan nyata. Lebih lanjut, Nucci (2024) menjelaskan bahwa anak usia sekolah dasar masih berada dalam tahap perkembangan moral konvensional dimana konsistensi perilaku sangat dipengaruhi oleh konteks eksternal dan belum sepenuhnya terinternalisasi sebagai nilai intrinsik. Davidson (2023) menambahkan bahwa kesenjangan antara lingkungan sekolah dan keluarga seringkali menjadi penghambat utama internalisasi nilai, dimana inkonsistensi penerapan di rumah dapat menghilangkan hingga 60% efektivitas program karakter di sekolah. Sementara itu, Narvaez (2022) memperingatkan bahwa program pembentukan karakter yang tidak didukung oleh perubahan kultur sekolah secara menyeluruh cenderung menghasilkan pemahaman parsial dan aplikasi situasional, bukan internalisasi nilai yang mendalam dan permanen. Menurut Rozi et al., (2021) pengelolaan hubungan komunikasi dan kerja sama yang baik antara pihak sekolah, guru, murid dan orang tua, serta lintas sektor terkait, akan tercipta lingkungan sekolah yang menyenangkan di sekolah akan membantu dan meningkatkan daya tahan siswa terhadap pengaruh negatif.

Mengacu pada uraian tersebut, promosi kesehatan di sekolah memiliki peran penting dalam membentuk perilaku hidup sehat serta meningkatkan kualitas kesehatan peserta didik. Sejalan dengan hal tersebut, diperlukan kajian untuk mengidentifikasi berbagai bentuk dan efektivitas intervensi promosi kesehatan yang telah diterapkan di lingkungan sekolah.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan naratif untuk mengidentifikasi dan menganalisis temuan penelitian terkait media promosi kesehatan di sekolah. Proses penelusuran literatur dilakukan secara sistematis melalui dua basis data utama, yaitu Google Scholar dan Scopus, untuk memperoleh sumber yang komprehensif dan terindeks secara ilmiah. Pencarian artikel menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Inggris, antara lain "health promotion", "school", "school health promotion", "health education", "mental health promotion", "adolescent health", "health intervention", "health promotion media", "SDGs 3", serta "good health and well-being". Kata kunci tersebut dikombinasikan menggunakan operator Boolean (AND, OR) untuk memperluas dan mempersempit hasil pencarian sesuai kebutuhan.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel penelitian empiris (bukan literature review), (2) topik berkaitan dengan promosi kesehatan di lingkungan sekolah, (3) menggunakan media atau intervensi promosi kesehatan, (4) artikel tersedia dalam teks lengkap (full text), serta (5) dipublikasikan dalam rentang lima tahun terakhir (2020–2025). Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak relevan dengan konteks sekolah, tidak berfokus pada promosi kesehatan, atau tidak memiliki kejelasan metode penelitian.

Hasil pencarian awal dari kedua database memperoleh sekitar 500 artikel. Selanjutnya dilakukan proses skrining tahap pertama melalui seleksi judul dan abstrak berdasarkan kesesuaian topik, sehingga diperoleh 72 artikel yang relevan. Pada tahap berikutnya, artikel diseleksi lebih lanjut dengan mempertimbangkan kesesuaian isi, kualitas metodologis, serta fokus pada penggunaan media dalam promosi kesehatan, sehingga jumlah artikel berkurang menjadi 25 artikel. Tahap akhir dilakukan telaah mendalam (full-text review) untuk memastikan relevansi

substansi dan kekuatan metodologi, hingga diperoleh 7 artikel terpilih yang di analisis secara komprehensif dalam penelitian ini.

### 3. Hasil dan Diskusi

#### a. Hasil

**Tabel 1.** Literatur Review

Penulis/ tahun	Lokasi Penelitian	Judul	Metode	Hasil
Carmen Benavides, José Alberto Benítez-Andrades, Pilar Marqués-Sánchez, dan Natalia Arias (2021)	Spanyol	<i>eHealth Intervention to Improve Health Habits in the Adolescent Population: Mixed Methods Study.</i>	Penelitian ini menggunakan desain mixed methods dengan pendekatan eksperimen pre-post dengan kelompok kontrol. Intervensi dilakukan selama 14 minggu pada remaja sekolah di Spanyol dengan menggunakan aplikasi eHealth "SanoYFeliz". Pengukuran dilakukan terhadap indeks massa tubuh (BMI), pola makan (KIDMED), aktivitas fisik (PAQ-A), serta analisis jejaring sosial (Social Network Analysis).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi eHealth memberikan pengaruh positif terhadap perilaku kesehatan remaja. Kelompok intervensi mengalami perbaikan signifikan pada indeks massa tubuh yang mendekati persentil normal (P50), peningkatan kualitas pola makan, serta peningkatan hubungan sosial antar siswa. Selain itu, individu yang berperan sebagai "leader" dalam jejaring sosial cenderung memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi dan keterlibatan lebih besar dalam penggunaan aplikasi. Secara keseluruhan, intervensi berbasis digital terbukti efektif dalam mendorong perubahan perilaku sehat dan berpotensi menjadi strategi dalam pencegahan obesitas pada remaja.
Vonk et al (2024)	Belanda	<i>The Role of School Health Promotion in Students' Dietary Intake during School Hours: A Qualitative Comparative</i>	Penelitian menggunakan Qualitative Comparative Analysis (QCA) untuk menganalisis kombinasi faktor sekolah yang	Hasil menunjukkan bahwa promosi kesehatan di sekolah berkontribusi pada peningkatan pola makan sehat siswa, terutama jika didukung oleh

		<i>Analysis</i>	memengaruhi pola makan siswa	kombinasi kebijakan sekolah, lingkungan makanan yang sehat, dan keterlibatan stakeholder sekolah. Tidak ada satu faktor tunggal yang dominan, melainkan kombinasi intervensi yang menentukan keberhasilan.
Noviyanti, T. R., Sulistyowati, M., Bilqis, T. R. I. B., Siwidati, A. W., & Nasichah, A. (2025)	Sukoharjo, Jawa Tengah	<i>Fostering a Healthy Psychosocial Environment for Adolescents: The Role of Health Promoting School in Sukoharjo District</i>	Penelitian menggunakan desain studi evaluatif dengan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan telaah dokumen terhadap 25 informan yang dipilih secara purposive. Analisis data dilakukan secara tematik berdasarkan kerangka <i>Health Promoting School</i> (WHO) dan enam strategi kesehatan mental sekolah dari CDC	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekolah telah melaksanakan berbagai upaya promotif kesehatan mental, seperti layanan konseling melalui guru BK, kegiatan spiritual, pendidikan karakter, keterlibatan keluarga, serta kolaborasi dengan puskesmas dan aparat terkait. Meskipun demikian, tidak seluruh strategi kesehatan mental diterapkan secara sistematis dan eksplisit. Lingkungan psikososial yang suportif terbukti berperan penting dalam mendukung kesehatan mental remaja di sekolah
Solihudin, Z. N., Rahmat, A. S., & Ketaren, S. (2025)	Karawang, Jawa Barat	<i>School-Based Peer Group Support as a Psychosocial Strategy to Promote Mental Health in Adolescents: A Quasi-Experimental Approach</i>	Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pretest-posttest control group design pada 84 siswa SMP usia 12–15 tahun di SMPN 4 Klari, Karawang. Sampel dibagi menjadi kelompok intervensi dan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi peer group support memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental remaja. Peserta dalam kelompok intervensi mengalami peningkatan kemampuan coping adaptif dan perilaku pemeliharaan kesehatan, serta

			<p>kontrol, dengan intervensi peer support group selama 8 minggu. Kesehatan mental diukur menggunakan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), dan analisis data dilakukan menggunakan uji paired t-test, independent t-test, serta ANCOVA untuk mengontrol variabel perancu.</p>	<p>penurunan tingkat stres setelah mengikuti program. Secara keseluruhan, kondisi kesehatan mental siswa menunjukkan perbaikan yang bermakna dibandingkan dengan kelompok kontrol, sehingga intervensi berbasis dukungan teman sebaya dinilai efektif dalam mendukung kesehatan mental remaja di lingkungan sekolah.</p>
<p>Ramadhona, A. I., Musslifah, A. R., &amp; Arianti, E. F. (2025)</p>	<p>Halmahera Tengah</p>	<p>Psikoedukasi Kesehatan Mental pada Siswa SMP Negeri 4 Halmahera Tengah</p>	<p>Kegiatan ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat. Subjek terdiri dari 60 siswa SMP yang mengikuti kegiatan psikoedukasi kesehatan mental. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara terbuka, dan dokumentasi kegiatan, kemudian dianalisis secara tematik untuk menggambarkan perubahan pemahaman dan perilaku siswa selama kegiatan berlangsung</p>	<p>Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa terhadap konsep kesehatan mental, khususnya dalam mengenali emosi, mengelola stres, dan menghargai diri sendiri. Psikoedukasi juga mendorong peningkatan keberanian siswa dalam mengekspresikan pendapat di depan umum serta menumbuhkan kesadaran akan dampak negatif bullying. Secara sosial, interaksi antarsiswa menjadi lebih suportif, dan siswa menunjukkan sikap empati yang lebih baik terhadap teman sebaya. Psikoedukasi dinilai efektif sebagai upaya preventif untuk mendukung keseimbangan psikologis siswa di</p>

				lingkungan sekolah
I Gede Agus Sandi, Kadek Sri Arianti, Ni Made Padma Batiari, Anak Agung Sagung Ratu Putri Saraswati, dan I Desak Ketut Dewi Satiawati Kurnianingsih (2025)	Denpasar, Bali	<i>Efektivitas Video Edukasi Dalam Upaya Promosi Kesehatan Mental Pada Remaja di SMP Negeri 11 Denpasar</i>	Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan one group pretest–posttest design. Sampel penelitian berjumlah 36 siswa kelas IX yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan. Intervensi dilakukan melalui pemberian video edukasi kesehatan mental, sedangkan pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan kesehatan mental yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon karena hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan video edukasi, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan kesehatan mental pada remaja. Sebelum intervensi, pemahaman responden masih didominasi oleh kategori pengetahuan cukup, sedangkan setelah intervensi sebagian besar responden menunjukkan pengetahuan yang baik. Temuan ini menggambarkan bahwa video edukasi berperan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan mental di lingkungan sekolah.
Eva Oktavviani, Susmini, dan Indah Dewi Ridawati (2022)	Kota Lubuklinggau, Provinsi Sumatera Selatan	<i>Permainan Edukatif Quarted Flash Card (QFC) sebagai Media Promosi Kesehatan Penyakit Menular dan Tidak Menular pada Anak Sekolah Dasar</i>	Penelitian ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan desain one group pretest–posttest. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan kesehatan berbasis permainan edukatif Quarted Flash Card (QFC) kepada 25 siswa kelas VI SD	Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah pemberian intervensi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 42,40 pada pretest menjadi 80,40 pada posttest. Secara kategorikal, mayoritas siswa pada pretest berada pada kategori kurang baik

			<p>IT An-Nida Kota Lubuklinggau. Efektivitas program dievaluasi dengan membandingkan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.</p>	<p>(80%), sedangkan setelah intervensi sebagian besar berpindah ke kategori baik (72%). Selain peningkatan kognitif, kegiatan ini juga menghasilkan pembentukan “duta sanitasi cilik” sebagai agen perubahan perilaku kesehatan di lingkungan sekolah, yang menunjukkan adanya dampak pemberdayaan peserta didik</p>
--	--	--	---	--

**b. Pembahasan**

Promosi kesehatan di sekolah merupakan salah satu strategi penting dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan peserta didik secara menyeluruh, baik dari aspek fisik maupun mental. Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai lingkungan yang berperan dalam membentuk perilaku hidup sehat melalui proses edukasi, pembiasaan, serta penciptaan lingkungan yang mendukung. Dalam kerangka *Health Promoting School*, promosi kesehatan dilaksanakan secara komprehensif dengan melibatkan berbagai komponen, seperti kebijakan sekolah, lingkungan sosial, layanan kesehatan, serta partisipasi aktif warga sekolah (WHO, 2021). Pendekatan ini sejalan dengan konsep Trias UKS yang menekankan integrasi antara pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sehat (Nugraheni, Indarjo, & Suhat, 2018).

Berdasarkan hasil telaah terhadap beberapa penelitian, promosi kesehatan di sekolah terbukti memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan mental dan perilaku sehat peserta didik. Secara umum, pendekatan yang digunakan menekankan pentingnya integrasi antara edukasi, lingkungan suportif, dan keterlibatan sosial. Penelitian Noviyanti et al. (2025) menunjukkan bahwa lingkungan psikososial yang positif, seperti layanan konseling, pendidikan karakter, serta keterlibatan keluarga, mampu mendukung kesehatan mental remaja secara optimal. Selain itu, intervensi berbasis kelompok sebaya juga terbukti efektif dalam promosi kesehatan mental di sekolah. Penelitian Solihudin et al. (2025) mengungkapkan bahwa *peer group support* mampu meningkatkan kemampuan *coping* adaptif dan menurunkan tingkat stres pada remaja, yang menunjukkan kuatnya pengaruh dukungan sosial dalam membentuk respons psikologis individu. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Taylor et al. (2022) yang menyatakan bahwa intervensi berbasis dukungan sosial di sekolah berkontribusi signifikan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis dan resiliensi siswa.

Selanjutnya, penggunaan media edukasi juga menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa terkait kesehatan. Ramadhona et al. (2025) menemukan bahwa psikoedukasi mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pengelolaan emosi dan stres serta mendorong interaksi sosial yang lebih positif. Hasil serupa ditunjukkan oleh Sandi et al. (2025) bahwa media video edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental remaja. Sementara itu, Oktavviani et al. (2022) menunjukkan bahwa media permainan edukatif tidak hanya meningkatkan pengetahuan secara signifikan, tetapi juga memberdayakan siswa sebagai agen perubahan. Hal ini sejalan dengan temuan Chen et al. (2021) yang menyatakan bahwa media interaktif lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan pemahaman peserta didik dibandingkan metode konvensional.

Lebih lanjut, perkembangan teknologi juga membuka peluang baru dalam pelaksanaan promosi kesehatan di sekolah. Penelitian Benavides et al. (2021) menunjukkan bahwa intervensi berbasis digital (*eHealth*) pada remaja mampu meningkatkan perilaku kesehatan secara signifikan, yang ditandai dengan perbaikan indeks massa tubuh, peningkatan aktivitas fisik, serta pola makan yang lebih sehat. Selain itu, intervensi ini juga berkontribusi dalam

memperkuat interaksi sosial antar siswa, sehingga menciptakan lingkungan sosial yang lebih suportif. Di sisi lain, keberhasilan promosi kesehatan di sekolah tidak hanya bergantung pada satu jenis intervensi, melainkan merupakan hasil dari kombinasi berbagai faktor yang saling mendukung, seperti kebijakan sekolah, lingkungan yang kondusif, serta keterlibatan aktif seluruh warga sekolah. Pendekatan yang bersifat holistik ini terbukti lebih efektif dalam mendorong perubahan perilaku sehat dibandingkan intervensi yang bersifat parsial.

Secara keseluruhan, promosi kesehatan di sekolah yang dilakukan secara komprehensif, terintegrasi, dan adaptif terhadap perkembangan teknologi terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan fisik maupun mental peserta didik sehingga diperlukan penguatan implementasi program yang sistematis dan berkelanjutan agar tujuan peningkatan kualitas hidup siswa dapat tercapai secara optimal.

#### 4. Kesimpulan

Promosi kesehatan di sekolah memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan derajat kesehatan peserta didik secara menyeluruh, baik dari aspek fisik maupun mental. Implementasi promosi kesehatan yang efektif menuntut adanya pendekatan yang komprehensif dan terintegrasi, melalui penguatan edukasi kesehatan, penciptaan lingkungan yang kondusif, serta keterlibatan aktif seluruh komponen sekolah, termasuk guru, teman sebaya, keluarga, dan masyarakat. Berbagai bentuk intervensi yang telah dikaji, seperti dukungan sosial berbasis kelompok sebaya, psikoedukasi, penggunaan media edukatif, serta pemanfaatan teknologi digital, menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk perilaku hidup sehat, dan mendukung kesejahteraan psikologis siswa. Penelitian yang telah dilakukan mengindikasikan bahwa keberhasilan promosi kesehatan di sekolah tidak bergantung pada satu pendekatan tunggal, melainkan pada sinergi berbagai strategi yang saling mendukung dalam suatu sistem yang terpadu. Sehingga diperlukan upaya penguatan implementasi promosi kesehatan di sekolah yang dilakukan secara sistematis, berkelanjutan, dan adaptif terhadap perkembangan teknologi serta kebutuhan peserta didik. Hal ini penting agar sekolah dapat berfungsi secara optimal sebagai lingkungan strategis dalam membentuk perilaku kesehatan jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup generasi muda.

#### Referensi

1. Benavides, C., et al. (2021). *Digital health interventions to improve adolescent health behaviors: A systematic approach*. Journal of Adolescent Health, 68(4), 789–797.
2. Berkowitz, M. W., & Bier, M. C. (2022). What works in character education: Effectiveness of programs and practices. Journal of Research in Character Education, 16(1), 1–18. <https://doi.org/10.5840/jrce20221611>.
3. Chen, X., et al. (2021). *The effectiveness of interactive media in health education among adolescents*. Health Education Research, 36(5), 456–468.
4. Davidson, M. (2023). Moral development in the 21st century: A neo-Kohlbergian approach. Educational Psychology Review, 35(3), 891–915. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09715-4>
5. Lickona, T. (2023). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility* (3rd ed.). Bantam Books.
6. Narvaez, D. (2022). Integrative ethical education: Transformative justice and moral development. Journal of Moral Education, 51(3), 385–402. <https://doi.org/10.1080/03057240.2022.2085402>
7. Noviyanti, D., et al. (2025). *Psychosocial school environment and adolescent mental health outcomes*. Journal of School Health, 95(2), 123–131.
8. Nucci, L. (2024). *Education in the moral domain* (2nd ed.). Cambridge University Press.
9. Oktaviani, R., et al. (2022). *Educational games as a tool for health promotion among students*. International Journal of Health Promotion and Education, 60(3), 150–160.
10. Ramadhona, A., et al. (2025). *Psychoeducation interventions in improving adolescent emotional regulation*. Indonesian Journal of Public Health, 20(1), 45–53.
11. Sandi, M., et al. (2025). *The effectiveness of video-based health education on adolescent mental health knowledge*. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 18(2), 89–97.
12. Solihudin, A., et al. (2025). *Peer group support and coping strategies among adolescents*. Journal of Mental Health Promotion, 12(1), 34–42.
13. Taylor, R. D., et al. (2022). *Social support interventions and student well-being: A meta-analysis*. American Journal of Community Psychology, 69(1–2), 45–60.
14. Lestyoningsih, I. H., & Kes, M. (2022). *Literatur review : aktivitas fisik pada usia anak dan remaja di masa pandemi Covid-19*. 1.
15. Rozi, F., Ahmad, Z., & Masykuroh. (2021). Strategi kepala sekolah dalam menerapkan program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini. Jurnal Pendidikan Anak, 10(1), 59–68. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpa/article/view/39788>