

Informasi Kesehatan Digital dan *Health Lifestyle* Model Dalam Memperkuat Pencegahan HIV/AIDS Dimediasi *Self-Care* Pada Generasi Z

Syamsinar Jamal^{1*}, Indri Primadianty²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris, Jl. Maipa No.19 Makassar
Email: syamsinarjamal24@gmail.com^{1*}

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh informasi kesehatan digital dan health lifestyle terhadap pencegahan HIV/AIDS yang dimediasi self-care pada generasi z. penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei cross-sectional dengan menerapkan model path analysis dalam teknik analisisnya. Populasinya ialah seluruh generasi Z yang bersatus peserta didik pada jenjang SMA yang berjumlah 25.178 siswa dengan sampel 394 siswa yang ditentukan menggunakan rumus pengambilan sampel slovin melalui Cluster random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang telah di uji Validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis dengan statistik parametrik yakni analisis jalur dengan uji t dan uji sobel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh langsung informasi kesehatan digital dan health lifestyle terhadap self-care generasi Z ($P < 0,05$), terdapat pengaruh langsung informasi kesehatan digital, health lifestyle dan self-care terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z ($P < 0,05$), dan terdapat pengaruh tidak langsung informasi kesehatan digital dan health lifestyle terhadap pencegahan HIV/AIDS melalui self care generasi Z ($P \text{ sobel} < 0,05$). Pencegahan HIV-AIDS pada generasi Z tidak dapat hanya mengandalkan penyediaan informasi digital atau promosi gaya hidup sehat, tetapi harus dibarengi dengan peningkatan kemampuan self-care. Dengan pendekatan ini, generasi Z tidak hanya menjadi konsumen informasi, melainkan juga aktor yang aktif dalam menjaga kesehatan dirinya sendiri.

Keywords: Generasi Z, Health lifestyle, HIV/AIDS, Informasi kesehatan digital, Self-care

PENDAHULUAN

HIV/AIDS masih menjadi salah satu masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius, termasuk di Indonesia (Sadarang R, 2022; Jocelyn J et al., 2024; Andriati R et al., 2023). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan jumlah kasus HIV/AIDS tercatat 36.902 dimana kelompok umur 15-19 tahun sebanyak 3,1% kasus (Farhan M et al., 2023).

Hasil wawancara pada generasi Z yang berstatus peserta didik jenjang SMA diperoleh bahwa remaja memandang dan menilai negatif orang yang mengidap HIV/AIDS dan remaja menjawab lebih

cenderung menjahui dan membencinya. Menurut penjelasan beberapa siswa generasi Z, itu semua di karenakan minimnya informasi yang didapat dan untuk pihak sekolahpun belum memberikan kurikulum mengenai HIV/AIDS disekolah, diperoleh pula informasi bahwa umumnya remaja belum mengerti tentang penyakit HIV/AIDS sehingga tidak mengetahui cara pencegahannya.

Disisi lain, berbagai penelitian telah menyoroti bahwa perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam bidang Kesehatan (Zahra D et al.,

2024; Ali M et al., 2022). Informasi kesehatan kini dapat diakses dengan mudah melalui berbagai *platform digital* (Tappen R et al., 2022; Neeragatti S et al., 2023).

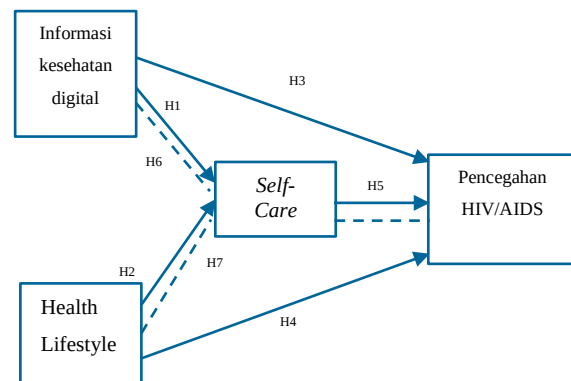
Selain informasi kesehatan digital, berbagai penelitian lain juga menyoroiti bahwa *health lifestyle* menjadi faktor penting dalam pencegahan berbagai penyakit, termasuk HIV/AIDS (Zanganeh A et al., 2023; Hemmati S et al., 2021). Namun, perilaku hidup sehat ini belum sepenuhnya menjadi kebiasaan yang melekat pada generasi Z. Faktor gaya hidup modern yang cenderung kurang disiplin dalam menjaga kesehatan menjadi salah satu hambatan (Bencsik A et al., 2019; Cetin M & Gumus R, 2023; Jamal S et al., 2024). Kemudian berbagai penelitian sebelumnya juga menyoroiti bahwa penerapan *self-care* bagi individu dapat menjaga kesehatan secara mandiri juga menjadi aspek yang penting dalam pencegahan penyakit menular dan perilaku beresiko (Jeitler M et al., 2023; Inriyana R et al., 2022; Dwinaputri A et al., 2024).

Namun demikian, masih ada kebutuhan untuk lebih mengeksplorasi faktor-faktor berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, terutama dalam konteks generasi Z dan belum diinvestigasi lebih lanjut oleh para peneliti sebelumnya. Dalam konteks inilah penelitian ini diperkenalkan. Olehnya itu dilakukanlah penelitian lebih lanjut dengan rumusan masalah: apakah informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* mempengaruhi pencegahan HIV/AIDS yang dimediasi *self-care* pada generasi Z?.

Urgensi penelitian ini terletak pada potensi implikasinya terhadap efektivitas kebijakan dan praktik pendidikan kesehatan bagi generasi Z dalam berperilaku sehat serta memberikan kontribusi dalam mengembangkan model intervensi dan strategi pendidikan yang lebih inovatif untuk meningkatkan pencegahan HIV/AIDS bagi generasi muda guna mendukung prioritas riset nasional bidang kesehatan dan asta cita pemerintah khususnya pembangunan sumber daya manusia.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *survey cross-sectional* dengan pendekatan bersifat kausal dengan menerapkan model *path analysis*. Berikut model penelitian:



Gambar 1. Kerangka konseptual

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) yang ada di Kota Makassar. Populasi dalam penelitian ini mencakup generasi Z yang berstatus peserta didik pada jenjang SMA yang berada di Kota Makassar yang totalnya sebanyak 25.178 siswa. Guna memperoleh sampel yang mewakili populasi secara akurat, peneliti menggunakan rumus *slovin* ($e=5\%$)

dan Teknik *cluster random sampling* akan digunakan dalam proses pengambilan sampel untuk memperoleh data penelitian.

Adapun variabel yang diukur meliputi:

1. Variabel informasi kesehatan digital (X_1) yang dalam penelitian akan diukur berdasarkan indikator: akses informasi kesehatan digital, kemudahan memahami informasi kesehatan digital, tingkat kepercayaan terhadap informasi yang diperoleh.
2. Variabel *health lifestyle* (X_2) yang dalam penelitian akan diukur berdasarkan indikator: kebiasaan hidup sehat, aktivitas keseharian, Penghindaran perilaku berisiko, melakukan pemeriksaan kesehatan rutin
3. Variabel mediasi *self-care* (Z) yang dalam penelitian akan diukur berdasarkan indikator: kemampuan mencari informasi kesehatan, kemampuan mengenali gejala awal penyakit, melakukan pemeriksaan kesehatan secara mandiri
4. Variabel pencegahan *HIV/AIDS* (Y) yang dalam penelitian akan diukur berdasarkan indikator: pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, pengaruh kebudayaan, lembaga pendidikan dan agama

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini adalah kuesioner dengan jumlah butir pernyataan untuk variabel Informasi Kesehatan digital 9 butir, variabel *health lifestyle* 9 butir, variabel *self-care* 8 butir dan variabel

pencegahan HIV/AIDS 7 butir, teknik pengumpulan data menggunakan skala *Likert* sebagai dasar pengukuran respon. Teknik analisis data yang digunakan ialah statistik parametrik yakni analisis jalur dengan uji t dan uji sobel ($\alpha = 0,05$) (Adiputra et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil analisis

Variabel independen	Variable Depended	Variabel mediasi	Nilai pengaruh langsung	Sig-P	Nilai pengaruh tidak langsung	Total nilai
Informasi kesehatan digital	<i>Self care</i>		0.39	0.00		
<i>Health lifestyle</i>	<i>Self care</i>		0.30	0.00		
Informasi kesehatan digital	pencegahan HIV/AIDS	<i>Self care</i>	0.16	0.00	$0.39 \times 0.39 = 0.15$	$0.16+0.15 = 0.31$
<i>Health lifestyle</i>	pencegahan HIV/AIDS	<i>Self care</i>	0.12	0.03	$0.30 \times 0.39 = 0.11$	$0.12+0.11 = 0.23$
<i>Self care</i>	pencegahan HIV/AIDS		0.39	0.00		

Pengaruh informasi kesehatan digital terhadap *self-care* generasi Z

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa bahwa variabel informasi kesehatan digital berpengaruh positif terhadap *self-care* generasi Z dengan nilai koefisien sebesar 0,39, dengan kata lain, peningkatan pada variabel informasi kesehatan digital berkontribusi terhadap peningkatan pada *self-care* generasi Z. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-sig } 0,00 < \alpha (0,05)$ sehingga Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_1) diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung informasi kesehatan digital terhadap *self-care* generasi Z dan signifikan.

Pengaruh *health lifestyle* terhadap *self-care* generasi Z

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa variabel *health lifestyle* berpengaruh positif terhadap *self-care* generasi Z dengan nilai koefisien sebesar 0,30, dengan kata lain, peningkatan pada variabel *health lifestyle* berkontribusi terhadap peningkatan pada variabel *self-care* generasi Z.

Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-sig } 0,00 < \alpha (0,05)$ yang sehingga Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_2) diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung *health lifestyle* terhadap *self-care* generasi Z dan signifikan

Pengaruh informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa bahwa variabel informasi kesehatan digital berpengaruh positif terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z nilai koefisien sebesar 0,16 (positif), dengan kata lain, peningkatan pada variabel informasi kesehatan digital berkontribusi terhadap peningkatan pada variabel pencegahan HIV/AIDS generasi Z. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-sig } 0,03 < \alpha (0,05)$ sehingga Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_3) diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z dan signifikan

Pengaruh *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa variabel *health lifestyle* berpengaruh positif terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z nilai koefisien sebesar 0,12, dengan kata lain, peningkatan pada variabel *health lifestyle* berkontribusi terhadap peningkatan pada variabel pencegahan HIV/AIDS generasi Z. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-sig } 0,02 < \alpha (0,03)$ sehingga Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_4) diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z dan signifikan

Pengaruh *self-care* terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa variabel *self-care* berpengaruh positif terhadap pencegahan HIV/AIDS nilai koefisien sebesar 0,39, dengan kata lain peningkatan pada variabel *self-care* berkontribusi terhadap peningkatan pada variabel pencegahan HIV/AIDS. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-sig } 0,03 < \alpha (0,05)$ sehingga Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_5) diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung *self-care* terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z dan signifikan

Pengaruh informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS melalui *self-care* generasi Z

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa terdapat pengaruh langsung variabel informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS yang dimediasi oleh *self care* yang positif dengan nilai koefisien 0,15. Artinya, keberadaan *self-care* sebagai variabel mediasi dapat memperkuat efek informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS pada generasi Z.

Hasil analisis menunjukkan nilai p-sig sobel $0,00 < \alpha (0,05)$ sehingga menunjukkan bahwa Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_6) diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tidak langsung informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS melalui *self-care* generasi Z. Dapat pula dikemukakan bahwa variabel *self-care* memiliki peran signifikan sebagai variabel yang memediasi pengaruh tidak langsung antara informasi kesehatan digital terhadap pencegahan HIV/AIDS.

Pengaruh *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS melalui *self-care* generasi Z

Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa terdapat pengaruh variabel *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS yang dimediasi oleh *self care* yang positif dengan nilai koefisien 0,15, artinya, keberadaan *self-care* sebagai variabel mediasi dapat memperkuat *health lifestyle* terhadap pencegahan HI/AIDS generasi Z.

Hasil analisis menunjukkan nilai p-sig sobel $0,00 < \alpha (0,05)$ sehingga Hipotesis Nol (H_0) dalam pengujian ini ditolak dan Hipotesis alternatif (H_6) diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tidak langsung *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS melalui *self care* generasi Z. Dapat pula dikemukakan bahwa variabel *self-care* memiliki peran signifikan sebagai variabel yang memediasi pengaruh tidak langsung *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS.

Secara konseptual, penelitian ini membangun model bahwa informasi kesehatan digital, *health lifestyle*, diperkuat melalui *self-care* yang menghasilkan pencegahan HIV/AIDS yang lebih efektif pada generasi Z. Model ini menegaskan bahwa strategi pencegahan HIV/AIDS tidak cukup hanya fokus pada penyediaan informasi atau promosi gaya hidup sehat, melainkan juga harus memastikan keterampilan *self-care* generasi muda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor akses informasi kesehatan digital dan penerapan gaya hidup sehat memiliki kontribusi signifikan terhadap kemampuan generasi Z dalam melakukan pencegahan HIV-AIDS, dengan *self-care* berperan sebagai variabel mediasi yang memperkuat hubungan tersebut.

Self-care sebagai variabel mediasi menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam memperkuat hubungan serta pengaruh antara informasi kesehatan digital, *health lifestyle*, dan pencegahan

HIV-AIDS. Temuan ini menegaskan bahwa meskipun generasi Z memiliki akses informasi digital dan menjalani gaya hidup sehat, upaya pencegahan HIV-AIDS baru menjadi optimal jika mereka mampu menginternalisasi informasi tersebut dalam bentuk *self-care*. *Self-care* mendorong generasi Z untuk proaktif dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara mandiri, menggunakan alat pelindung diri ketika dibutuhkan, serta menghindari perilaku yang berisiko (Jiang X et al., 2021; Havaei M et al., 2021). Dengan kata lain, *self-care* menjadi mekanisme yang menjembatani pengetahuan dan kebiasaan hidup sehat dengan praktik nyata pencegahan HIV-AIDS.

penelitian ini menegaskan bahwa *self-care* merupakan elemen kunci yang memperkuat efektivitas informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* dalam pencegahan HIV/AIDS pada generasi Z. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi perumusan kebijakan dan intervensi yang lebih terarah dalam melibatkan generasi muda sebagai agen utama pencegahan HIV/AIDS.

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa *self-care* bukan hanya faktor pendukung, melainkan faktor penentu dalam menjadikan informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* benar-benar efektif dalam upaya pencegahan HIV/AIDS. Tanpa *self-care*, pengetahuan dan gaya hidup sehat bisa saja tidak terinternalisasi dalam tindakan nyata (Picton A, 2021; Wan D et al., 2024). Oleh karena itu, bagi siswa Generasi Z, *self-care*

menjadi kompetensi kesehatan yang mendasar untuk melindungi diri dari ancaman HIV/AIDS sekaligus membentuk generasi muda yang mandiri, tangguh, dan berdaya dalam menghadapi tantangan kesehatan global. Dengan demikian berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh peran informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS yang dimediasi *self-care* pada generasi Z.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh langsung informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* terhadap *self-care* generasi Z ($P < 0,05$), terdapat pengaruh langsung informasi kesehatan digital, *health lifestyle* dan *self-care* terhadap pencegahan HIV/AIDS generasi Z ($P < 0,05$), dan terdapat pengaruh tidak langsung informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* terhadap pencegahan HIV/AIDS melalui *self care* generasi Z ($P \text{ sobel} < 0,05$). Pencegahan HIV-AIDS pada generasi Z tidak dapat hanya mengandalkan penyediaan informasi digital atau promosi gaya hidup sehat, tetapi harus dibarengi dengan peningkatan kemampuan *self-care*. Dengan pendekatan ini, generasi Z tidak hanya menjadi konsumen informasi, melainkan juga aktor yang aktif dalam menjaga kesehatan dirinya sendiri. Temuan penelitian ini menegaskan bahwa *self-care* bukan hanya faktor pendukung, melainkan faktor penentu dalam menjadikan informasi kesehatan digital dan *health lifestyle* benar-

benar efektif dalam upaya pencegahan HIV/AIDS. Tanpa *self-care*, pengetahuan dan gaya hidup sehat bisa saja tidak terinternalisasi dalam tindakan nyata.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini terutama kepada Direktorat Riset, Teknologi dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRTPM) atas dukungan pendanaan melalui skema Penelitian Dosen Pemula (PDP), kepada para siswa SMA 8 Makassar, SMA 11 Makassar dan SMA 14 Makassar yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, partisipasi, kejujuran dan keterbukaan dalam memberikan jawaban sangat berarti bagi kelancaran proses penelitian yang kami laksanakan dan kepada STIK Stella Maris Makassar tempat saya berkarya, serta kepada berbagai yang telah memberikan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung, yang berperan dalam kelancaran pelaksanaan penelitian serta penyusunan artikel ini hingga dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Sadarang R. Prevalence and factors affecting discrimination towards people living with HIV/AIDS in Indonesia. *Journal of Preventive Medicine and Public Health* 2022;55:205–12. <https://doi.org/10.3961/jpmph.21.502>

Jocelyn J, Nasution F, Nasution N, Asshiddiqi M, Kimura N, Siburian M. HIV/AIDS in Indonesia: current treatment landscape, future

therapeutic horizons, and herbal approaches. *Front public health* 2024;12:1–11.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1298297>.

Andriati R, Indah F, Pratiwi R. Factors determining coping strategies in HIV/AIDS survival. *Malaysian journal of nursing* 2023;14:126–31. <https://doi.org/10.31674/mjn.2023.v14i03.015>.

Farhan M, Maulana Z, Mauliah S. Melonjaknya kasus HIV dikalangan remaja Indonesia. *Amsir community service journal* 2023;2:1–7. <https://doi.org/10.62861/acsj.v2i1.392>

Amsa P, Vinot T, Thirumaran J. Awareness of HIV/Aids- for future generation. *HIV nursing journal* 2021;21:78–98. <https://doi.org/10.31838/hiv21.02.11>.

Boyd D, Waller B, Quinn C. Reimaging an AIDS free generation: Examining youth and young adults' personal agency and its association with HIV testing. *Prev Med Rep* 2021;22:1–11. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2021.101335>.

Zahra D, Nurdin A, Fitria U, Dinen K, Kurnia R. Pemanfaatan teknologi dalam bidang kesehatan masyarakat. *Public Health Journal* 2024;1:1–9. <https://doi.org/10.62710/tc285w32>.

Ali M, Hasan M, Qureshi M, Akhtar N, Khan N. Efficacy and pitfalls of digital technologies in healthcare services. *Frontiers in public health journal* 2022;8:67–77. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.869793>.

Tappen R, Cooley M, Luckmann R, Panday S. Digital health information disparities in older adults: a mixed methods study. *J Racial Ethn Health Disparities* 2022;9:82–92. <https://doi.org/10.1007/s40615-020-00931-3/Published>.

Neeragatti S, Dehury R, Sripathi N. Determinants of digital health

- information search (DHIS) behaviour: extending utaut with healthcare behaviour constructs. *Asia pacific journal of health management* 2023;18:1–11.
<https://doi.org/10.24083/apjhm.v18i1.1685>.
- Zanganeh A, Khademi N, Ziapour A, Farahmandmoghadam N, Izadi N, Saeidi S. Lifestyle in people living with HIV: a study of patients in Kermanshah, Iran. *Inquiry (United States)* 2023;60:78–88.
<https://doi.org/10.1177/00469580221150567>.
- Hemmati S, Hoseini S, Afsharinia K, Arefi M. Comparing the effectiveness of schema therapy and dialectical behavior therapy (DBT) on health-promoting lifestyle (HPL) and quality of life (QoL) in HIV/AIDS patients. *Journal of arak university medical sciences* 2021;24:566–81.
<https://doi.org/10.32598/jams.24.4.6376.1>.
- Bencsik A, Horvath G, Juhasz T, Csanadi A. Healthy lifestyle and behaviors of Z generation. *Journal of eastern european and central asian research* 2019;6:107–308.
<https://doi.org/10.15549/jeecar.v6i2.269>.
- Cetin M, Gumus R. Research into the relationship between digital health literacy and healthy lifestyle behaviors: an intergenerational comparison. *Front public health* 2023;11:1–12.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1259412>.
- Jamal S, Primadianty I, Annisah I. The relationship of self efficacy with the implementation of clean and healthy living behavior (CHLB) in households in tallo village, Makassar city. *Jurnal administrasi kesehatan wiyata* 2024;3:15–25.
<https://doi.org/10.35728/ijwha.v1i01.1497>.
- Jeitler M, Erehman A, Koppold D, Ortiz M, Jerzynski L, Stöckigt B, Rotter G, Blakeslee S, Brinkhaus B, Michalsen A, Seifern G, Cramer H, Kandil F, Kessler C. Self-care and lifestyle interventions of complementary and integrative medicine during the COVID-19 pandemic—A cross-sectional study. *Front Med (Lausanne)* 2023;9:34–44.
<https://doi.org/10.3389/fmed.2022.1033181>.
- Inriyana R, Wisaksana R, Ibrahim K. Hubungan faktor demografi dengan self-care pada lelaki seks lelaki (LSL) Dengan HIV/AIDS di klinik teratai RSUD Kabupaten Sumedang. *Medical-surgical journal of nursing research* 2022;1:26–37.
<https://doi.org/10.70331/jpkmb.v1i1.6>.
- Dwinaputri A, Witdiawati W, Purba C. Gambaran self-management dan kualitas hidup pada orang dengan HIV/AIDS. *MAHESA : malahayati health student journal* 2024;4:3395–405.
<https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i8.15101>.
- Nasution R, Aryulika M, Situmorang F. Pengetahuan remaja di Indonesia tentang penyakit HIV/AIDS. *JPKM: jurnal profesi kesehatan masyarakat* 2024;5:109–17.
<https://doi.org/10.47575/jpkm.v5i2.644>.
- Sundell E, Wångdahl J, Grauman Å. Health literacy and digital health information-seeking behavior – a cross-sectional study among highly educated Swedes. *BMC public health* 2022;22:74–85.
<https://doi.org/10.1186/s12889-022-14751-z>.
- Liu K, Su P, Wang H, Tao D. Contextualizing visualizations of digital health information among young and older adults based on eye-tracking. *Sustainability (Switzerland)* 2022;14:1–13.
<https://doi.org/10.3390/su142416506>.

- Ajani A. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencarian informasi kesehatan pada remaja di sekolah. *Journal on education* 2023;6:1027–34.
<https://doi.org/10.31004/joe.v6i1.3036>
- Khuzwayo P, Douglas M, Mchunu G. Developing adolescent boys toward adaptation of male sexual and reproductive health in communities with embedded cultural manhood values. *Am J mens health* 2020;14:1–11.
<https://doi.org/10.1177/1557988320949342>.
- Duda P, Knysz B, Gąsiorowski J, Szetela B, Piotrowska E, Bronkowska M. Assessment of dietary habits and lifestyle among people with HIV. *Advances in clinical and experimental medicine* 2021;29:1459–67.
<https://doi.org/10.17219/ACEM/128234>.
- Bennasar M, Yanez A, Pericas J, Ballester L, Fernandez J, Tauler P, et al. Cluster analysis of health-related lifestyles in university students. *Int J environ res public health* 2020;17:1–15.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17051776>.
- Narasimhan M, Logie C, Moody K, Hopkins J, Montoya O, Hardon A. The role of self-care interventions on men's health-seeking behaviours to advance their sexual and reproductive health and rights. *Health res policy syst* 2021;19:1–9.
<https://doi.org/10.1186/s12961-020-00655-0>.
- Dawson A, Tappis H, Tran N. Self-care interventions for sexual and reproductive health in humanitarian and fragile settings: a scoping review. *BMC health res* 2022;22:1–24.
<https://doi.org/10.1186/s12913-022-07916-4>.
- Narasimhan M, Logie C, Gauntley A, Gomez R, Gholbzouri K, Siegfried N, et al. Self-care interventions for sexual and reproductive health and rights for advancing universal health coverage. *Sex reprod health matters* 2020;28:1–24.
<https://doi.org/10.1080/26410397.2020.1778610>.
- Mahayaty L, Citra T, Nirmala R. Sikap remaja dalam perilaku pencegahan HIV-AIDS. *Jurnal keperawatan* 2023;12:33–41.
<https://doi.org/10.47560/kep.v12i1.485>.
- Hubaybah, Fitri A, Putri E, Marfaramita S. Determinan perilaku pencegahan HIV/AIDS pada komunitas laki-laki seks laki-Laki (LSL) di kota Jambi. *Jurnal endurance: Kajian ilmiah problema kesehatan* 2022;7:356–66.
<http://doi.org/10.22216/endurance.v7i2.970>.
- Ni'matutdtsania L, Azinar M. Perilaku pencegahan penularan HIV/AIDS pada wanita pekerja seks (WPS) usia remaja. *Higeia journal of public health research and development* 2021;1:625–34.
<https://doi.org/10.15294/higeia.v5i1.40041>.
- Herlinda F, Diniarti F. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian HIV/AIDS di puskesmas penurunan kota Bengkulu. *Jurnal vokasi kesehatan* 2023;2:13–22.
<https://doi.org/10.58222/juvokes.v2i1.139>.
- Putri N, Supratman L. Peran Komunikasi keluarga dalam pencegahan pergaulan bebas mahasiswa rantau terhindar dari HIV/AIDS. *Jurnal ilmiah ilmu pendidikan* 2023;6:5167–76.
<https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.1930>.
- Ambarwati E, Lestari R, Handari M, Jamal S. Sikap remaja terhadap seksualitas, HIV/AIDS dan napsa. *Jurnal kesehatan masyarakat* 2024;17:73–7.
<https://doi.org/10.47317/jkm.v17i2.662>.
- Fadilla Z, Ketut M, Eka M, Jannah M, Hasda S. Metodologi penelitian

- kuantitatif. Aceh: yayasan penerbit Muhammad Zaini; 2022.
- Adiputra I, Siregar D, Anggraini D, Irfandi A. Statistik kesehatan: teori dan aplikasi. Denpasar: yayasan kita menulis; 2021.
- Azwar S. Reliabilitas dan validitas. Yogyakarta: pustaka pelajar; 2019.
- Jiang X, Walker K, Topps A. A systematic review of self-care measures for adolescents with health needs. *Quality of life research* 2021;30:967–81. <https://doi.org/10.1007/s11136-020-02685-1>.
- Havaei M, Salehi L, Akbarii M, Rahimzadeh M. Effect of education based on protection motivation theory on adolescents' reproductive health self-care: A randomized controlled trial. *Int J adolesc med health* 2021;33:1–16. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2018-0195>.
- Hekmati P, Mahmoodi G, Ebadi A, Behnampour N. Spiritual self-care in adolescents: A qualitative study. *Int J adolesc med health* 2022;34:49–57. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2019-0248>.
- Narasimhan M, Hargreaves J, Logie C, Aujla M, Hopkins J. Self-care interventions for women's health and well-being. *Nat med* 2024;30:660–9. <https://doi.org/10.1038/s41591-024-02844-8>.
- Picton A. Work-life balance in medical students: self-care in a culture of self-sacrifice. *BMC med educ* 2021;21:17. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02434-5>.
- Wan D, Goh L, Teo M, Loh C, Yak G. Enhancing self-care education amongst medical students: a systematic scoping review. *BMC Med Educ* 2024;24:1–19. <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04965-z>.