

Pengaruh Sosialisasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara

Halimatussakdiyah Lubis

Program Studi Diploma III Kebidanan, Universitas Nurul Hasanah Kutacane

Korespondensi penulis: hal1matussak.diyah.lubis@gmail.com

Abstract : One of the causes of the problem of adolescent nutritional status in Indonesia is a practice problem or action that is affected by a lack of nutritional knowledge. This study aims to analyze the effect of socialization on increasing knowledge and attitudes about reproductive health nutrition among adolescents in Deleng Pokhkisen sub-district, Southeast Aceh Regency. This research uses a quasi-experimental method. The design used is a group pre-test and post-test design. The population in this study were teenagers in Deleng Pokhkisen District, Southeast Aceh Regency. The sample was taken by purposive sampling of as many as 30 teenagers. The research was carried out from 5 October – 4 December 2023, spanning 12 days. analyzed statistically with a paired t-test. significance using $\alpha=0.05$. There is a difference between knowledge about reproductive health nutrition knowledge among adolescents in Deleng Pokhkisen District, Southeast Aceh Regency, pretest and posttest, providing socialization of test results produced a significance value of $p\text{-value } 0.000 < \alpha = 0.05$ (5%) with a calculated t of -7.380 . There is an influence of socialization counseling on reproductive health nutritional attitudes among adolescents in Deleng Pokhkisen District, Southeast Aceh Regency, with a significance value of $p\text{-value } 0.000 < \alpha = 0.05$ (5%) with a t count of -9.420 . There are significant differences in knowledge and attitudes regarding reproductive health nutrition between the pretest and posttest, indicating a positive influence on adolescents. Health workers are advised to provide regular counseling and education using various interesting and easily accessible media.

Keywords: Socialization, Adolescents, Nutrition, Reproductive Health

Abstrak : Salah satu penyebab masalah status gizi remaja di Indonesia merupakan suatu permasalahan praktik atau tindakan yang terkena dampak karena kurangnya pengetahuan gizi. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh sosialisasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi kesehatan reproduksi pada remaja di kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara. Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Desain yang digunakan adalah *one group pre-test and post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara. Sampel diambil secara purposive sampling sebanyak 30 remaja. Penelitian dilaksanakan pada bulan 5 Oktober – 4 Desember 2023 rentang waktu 12 hari. dianalisis secara statistik dengan uji t berpasangan (*paired t-test*). signifikansi menggunakan $\alpha=0.05$. Terdapat perbedaan antara pengetahuan tentang pengetahuan gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara pretest dan posttest pemberian sosialisasi hasil uji menghasilkan nilai signifikansi $p\text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$ (5%) dengan t hitung sebesar $-7,380$. Ada pengaruh penyuluhan sosialisasi terhadap sikap gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara nilai signifikansi $p\text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$ (5%) dengan t hitung sebesar $-9,420$. Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap yang signifikan mengenai gizi kesehatan reproduksi antara pretest dan posttest, menunjukkan adanya pengaruh positif pada remaja. Petugas kesehatan disarankan untuk memberikan konseling dan edukasi secara berkala dengan menggunakan berbagai media yang menarik dan mudah diakses.

Kata kunci: Sosialisasi, Remaja, Gizi Kesehatan Reproduksi

LATAR BELAKANG

Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja khususnya remaja putri adalah anemia. Hal ini disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi sehingga berdampak apada status gizi remaja. Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian anemia pada remaja putri di dunia yaitu sebesar 29%. Kasus anemia terbanyak

mayoritas berada di Negara berkembang, sebanyak 124 negara berkembang terdapat kasus anemia pada remaja putri hingga mencapai 41,5%(Elisa & Oktarlina, 2023)

Pentingnya pengetahuan tentang gizi kesehatan reproduksi remaja dapat mencegah permasalahan-permasalahan tersebut juga timbul karena kurangnya pengetahuan kesadaran kesehatan remaja reproduksi mereka. Pengetahuan gizi merupakan sebuah aspek kognitif yang dapat menggambarkan pemahaman seseorang terkait ilmu gizi dan jenis zat gizi, termasuk gambaran interaksinya terhadap status gizi. Pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam pemilihan makanan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu. Semakin tinggi pengetahuan gizi remaja, diharapkan semakin baik pula keadaan gizinya. (Niva Maidlotul Maslakhah, 2022)

Berdasarkan masalah tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis pengaruh sosialisasi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara.

KAJIAN TEORITIS

Remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama atau paling tidak sejajar, Remaja juga sedang mengalami perkembangan pesat dalam aspek intelektual. Secara harfiah, remaja berada diantara anak dan orang dewasa, oleh karena itu, remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri” karena remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya. Pada saat ini situasi remaja semakin hari semakin meminta perhatian, karena bertambahnya kenakalan remaja. Sehingga segala usaha harus dilakukan untuk menanggulangnya, agar generasi muda Indonesia dapat diselamatkan. (Dungga & Ihsan, 2023)

Ketidak seimbangan antara makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan pada remaja akan menimbulkan masalah gizi kurang atau masalah gizi lebih. Gizi kurang pada remaja terjadi karena pola makan tidak menentu, perubahan faktor psikososial yang dicirikan oleh perubahan transisi masa anak-anak ke masa dewasa dan kebutuhan gizi yang tinggi untuk pertumbuhan cepat ekurangan gizi pada remaja mengakibatkan menurunnya daya tahan tubuh terhadap penyakit, meningkatkan angka penyakit (morbiditas), mengalami pertumbuhan tidak normal (pendek), tingkat kecerdasan rendah, produktivitas rendah dan terhambatnya pertumbuhan organ reproduksi.

Salah satu bentuk perubahan perilaku pada masa remaja adalah perubahan perilaku makan, baik mengarah ke perilaku makanan yang sehat ataupun cenderung mengarah kepada perilaku makan yang tidak sehat. Banyak remaja dijumpai malnutrisi yang ringan tapi kronis dikarenakan pola makan yang tidak sehat dan teratur. Khususnya remaja putri yang melakukan diet ketat tanpa memperhatikan kesehatan mereka hanya untuk menjadi langsing.(Pantaleon, 2019)

Salah satu penyebab masalah status gizi remaja di Indonesia merupakan suatu permasalahan praktik atau tindakan yang terkena dampak karena kurangnya pengetahuan gizi. Karena pengetahuan itu satu faktor yang berhubungan dengan praktik atau tindakan memilih makanan. Pengetahuan gizi adalah pemahaman orang-orang tentang nutrisi, nutrisi dan ilmu gizi interaksi antara zat gizi dan status gizi dan kesehatan.(Muliani et al., 2023)

Contoh panduan gizi untuk siswi remaja (memenuhi kecukupan gizi untuk 9 dari 12 zat gizi) adalah sebagai berikut:

1. Makanlah 3 kali makan utama dan 2 kali makanan selingan setiap hari
2. Makanlah 2 porsi sayur per hari termasuk minimal 5 porsi per minggu sayuran berdaun hijau
3. Makanlah pangan hewani kaya protein minimal 10 porsi per minggu termasuk konsumsi hati ayam minimal 1 porsi per minggu
4. Makanlah tempe atau tahu setidaknya 10 porsi per minggu
5. Minumlah susu setidaknya 3 porsi per minggu
6. Makanlah buah setidaknya 1 kali per hari

Ukuran porsi yang disarankan:

- 1 porsi pangan hewani kaya protein = 45 gr (berat matang)
- 1 porsi hati ayam = 10 gr (berat matang)
- 1 porsi sayur = 80 gr (berat matang)
- 1 porsi sayuran berdaun hijau = 35 gr (berat direbus)
- 1 porsi produk kedelai = 40 gr (berat digoreng)
- 1 porsi susu = 80 gr (berat siap minum)
- 1 porsi buah = 80 gr (berat yang dapat dimakan, tanpa kulit/biji) (Ministers, n.d.)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuasi eksperimen. Desain yang digunakan adalah *one group pre-test and post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kecamatan Deleng Pookhisen Kabupaten Aceh Tenggara. Sampel diambil secara purposive

sampling sebanyak 30 remaja. Sampel tersebut adalah remaja yang bersedia menjadi responden. Setelah menandatangani informed consent, kemudian diberikan sosialisasi tentang gizi kesehatan reproduksi menggunakan media edukasi berupa leaflet.

Penelitian dilaksanakan pada bulan 5 Oktober – 4 Desember 2023. Penelitian ini mengkaji variabel pengetahuan dan sikap tentang gizi kesehatan reproduksi . Data dikumpulkan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengukuran pengetahuan dan sikap dilakukan sebanyak 2 kali yaitu pretest dan dan posttest dilakukan sosialisasi dengan rentang waktu 12 hari.

Materi sosialisasi berupa leaflet berisikan tentang lima kunci konsep gizi seimbang bagi remaja, gizi dan fertilitas, prinsip diet, masalah gizi dan contoh menu untuk remaja. Sosialisasi dilakukan dalam rangka kegiatan penelitian dengan waktu sosialisasi kurang lebih selama 30 menit.

Pengukuran pengetahuan menggunakan 14 item pertanyaan dengan bobot nilai 1 untuk jawaban benar, dan 0 untuk jawaban salah, sehingga total nilai tertinggi pengetahuan adalah 14 dan terendah adalah 0. Pengukuran sikap menggunakan 11 pernyataan yang terbagi menjadi pernyataan positif dan negatif. Pernyataan positif diberi bobot nilai 1=sangat tidak setuju, 2=tidak setuju, 3=setuju, dan 4=sangat setuju. Pernyataan negatif diberi bobot nilai 1=sangat setuju, 2=setuju, 3=tidak setuju, dan 4=sangat tidak setuju. Total nilai sikap terendah adalah 11 dan tertinggi adalah 44.

Data pengetahuan dan sikap pra dan pasca sosialisasi dianalisis secara statistik dengan uji t berpasangan (paired t-test). Uji tersebut untuk melihat signifikansi perbedaan pengetahuan dan sikap pretest dan posttest dilakukan sosialisasi terkait gizi kesehatan reproduksi. Penentuan tingkat signifikansi menggunakan $\alpha=0.05$. Bila nilai $p<\alpha$ maka ada perbedaan yang signifikan pada kedua variabel yang uji.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Pengaruh Sosialisasi Terhadap Peningkatan pengetahuan Remaja Terkait Gizi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara

Hasil Uji *Paired T-Test* Pada Variabel Pengetahuan

Variabel	t-hitung	Df	P-Value	R	Hasil
Pengetahuan Pre Test dan - Post Test	-7,380	13	0,000	0,176	Tolak Ho

Hasil uji paired t-test pada tabel menunjukkan bahwa hasil uji menghasilkan nilai signifikansi p value $0,000 < \alpha = 0,05$ (5%) dengan t hitung sebesar -7,380, maka disimpulkan

tolak H_0 , yang artinya terima H_1 yaitu terdapat perbedaan antara pengetahuan tentang pengetahuan gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara pretest dan posttest pemberian sosialisasi. Demikian sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sosialisasi terhadap pengetahuan gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara.

2. Analisa Pengaruh Sosialisasi Terhadap Peningkatan sikap Remaja Terkait Gizi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara

Hasil Uji *Paired T-Test* Pada Variabel Sikap

Variabel	t-hitung	Df	P-Value	r	Hasil
Sikap Pre Test dan - Post Test	-9.420	10	0,000	0,10	Tolak Ho

Hasil uji paired t-test pada tabel menunjukkan bahwa hasil uji menghasilkan nilai signifikansi $p \text{ value } 0,000 < \alpha = 0,05$ (5%) dengan t hitung sebesar -9,420, maka disimpulkan tolak H_0 , yang artinya terima H_1 yaitu terdapat perbedaan antara sikap tentang pengetahuan gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara pretest dan posttest sosialisasi. Demikian sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan sosialisasi terhadap sikap gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara.

Pengaruh sosialisasi terhadap pengetahuan gizi kesehatan reproduksi pada remaja pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara secara lebih rinci berdasarkan item pertanyaan pengetahuan disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Komponen Pengetahuan Tentang Pengetahuan Gizi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara

No.	Item Pengetahuan	t-hitung	Df	P-Value
1	Menu Seimbang	-1,975	29	0,058
2	Sumber Vitamin	-2,796	29	0,009*
3	Jenis Zat Gizi	-2,249	29	0,032
4	Prinsip Diet	-2,567	29	0,016
5	Masalah Gizi	-1,975	29	0,058
6	Menyusun Menu	-3,266	29	0,003*
7	Memilih Bahan Makanan	-3,026	29	0,005*
8	Cara Pengolahan Makanan	-3,010	29	0,005*
9	Pilar Gizi Seimbang	-2,567	29	0,016
10	Mencuci Tangan	-2,567	29	0,016
11	Zat Gizi Pendukung Fertilitas	-4,014	29	0,000*
12	Penggunaan Air Bersih	-3,890	29	0,001*
13	Memisahkan Makanan Mentah dan Matang	-4,176	29	0,000*
14	Zat Gizi Berperan Dalam Kespro	-2,796	29	0,009*

Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 2, ditemukan peningkatan pengetahuan secara signifikan pada 8 item pengetahuan yaitu tentang sumber

vitamin, menyusun menu, memilih bahan makanan, cara pengolahan makanan, zat gizi pendukung fertilitas, penggunaan air bersih, memisahkan makanan mentah dan matang dan zat gizi berperan dalam kespro. Sisanya sebanyak 6 item pengetahuan mengalami perubahan tetapi tidak signifikan.

Pengaruh sosialisasi terhadap peningkatan sikap tentang gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara terhadap perubahan sikap secara rinci berdasarkan item pertanyaan disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Komponen Sikap Tentang Gizi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara.

No	Item Sikap	t-hitung	Df	P-Value
1	Makan Berbagi Makanan Pokok	-2,112	29	0,043
2	Batasi Asupan Makanan Manis, Asin, Dan Berlemak	-2,971	29	0,006*
3	Lakukan Aktivitas Fisik Yang Cukup Untuk Menjaga Berat Badan Yg Ideal	-2,693	29	0,012
4	Mengonsumsi Lauk Pauk Yang Mengandung Protein Tinggi	-2,971	29	0,006*
5	Cuci Tangan	-1,000	29	0,326
6	Sarapan Pagi	-3,808	29	0,001*
7	Minum Air Putih Yang Cukup Dan Aman	-2,971	29	0,006*
8	Banyak Makan Buah Dan Sayur	-2,971	29	0,006*
9	Membaca Label Pada Kemasan Makanan	-3,247	29	0,003*
10	Menikmati Aneka Ragam Makanan	-3,525	29	0,001*
11	Minum Tablet Penambah Darah Untuk Mengatasi Anemia	-4,097	29	0,000*

Hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 3

Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan pada Tabel 3, ditemukan peningkatan sikap secara signifikan pada 8 item sikap yaitu tentang batasi asupan makanan manis, asin, dan berlemak, mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi, sarapan pagi, minum air putih yang cukup dan aman, banyak makan buah dan sayur, membaca label pada kemasan makanan, menikmati aneka ragam makanan, minum tablet penambah darah untuk mengatasi anemia. Sisanya sebanyak 6 item sikap mengalami perubahan tetapi tidak signifikan.

Secara keseluruhan menunjukkan terdapat peningkatan nilai rate sikap pretest dan posttest pemberian sosialisasi. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan, artinya pemberian sosialisasi berpengaruh pada perubahan sikap terkait gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara.

Hasil penelitian menemukan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap secara signifikan pretest dan posttest dilakukan sosialisasi. Hal ini dapat diartikan bahwa

sosialisasi telah mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja di Kecamatan Deleng POKHKISEN Kabupaten Aceh Tenggara terkait gizi kesehatan reproduksi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Della Awalia Emylisa, 2023) yaitu edukasi gizi seimbang ($p=0,001$) dan kesehatan reproduksi ($p=0,001$) memiliki pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang dan kesehatan reproduksi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Iyong et al., 2020) yaitu penyuluhan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada peserta didik di SMP Negeri 1 Nanusa Kabupaten Talaud.

Peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terkait gizi kesehatan reproduksi di Kecamatan Deleng POKHKISEN Kabupaten Aceh Tenggara sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agustin, 2017) penyuluhan mempunyai pengaruh signifikan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan reproduksi yaitu pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang kesehatan reproduksi di sma negeri 1 cisarua tahun 2017

Pengaruh sosialisasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng POKHKISEN Kabupaten Aceh Tenggara

Perubahan peningkatan pengetahuan secara signifikan pada remaja di Kecamatan Deleng POKHKISEN Kabupaten Aceh Tenggara setelah sosialisasi terjadi pada 8 dari 14 item pertanyaan pengetahuan, hal tersebut menunjukkan sosialisasi yang dilakukan cukup meningkatkan pengetahuan secara menyeluruh pada remaja. Efektifnya sosialisasi tersebut mungkin karena media yang digunakan yaitu berupa media leaflet. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari, n.d.) Booklet dan leaflet memiliki pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan, jika dibandingkan kedua media tersebut media booklet lebih efektif dibandingkan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang dampak kehamilan remaja di SMA Swasta Pertiwi Kota Jambi.

Pengaruh sosialisasi terhadap peningkatan sikap tentang gizi kesehatan reproduksi pada remaja di Kecamatan Deleng POKHKISEN Kabupaten Aceh Tenggara

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada hampir seluruh item pernyataan sikap antara pretest dan posttest sosialisasi. Hal ini dapat dijelaskan dengan adanya pengaruh sosialisasi terhadap perubahan sikap gizi kesehatan reproduksi pada remaja menuju perbaikan yang baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Vepti Triana Mutmainah, 2023) yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan pengetahuan dan sikap terhadap gizi dan keamanan pangan sebelum dan sesudah penyuluhan yang berdampak positif pada ibu hamil. Sikap meningkat pada hampir semua item yang disebutkan dalam

penelitian ini karena setelah sosialisasi, remaja dapat belajar lebih banyak tentang gizi, kesehatan reproduksi, sehingga mengembangkan sikap yang lebih baik. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Melsandi, 2019) penyuluhan gizi berpengaruh terhadap pengetahuan responden, terbukti t-hitung -11,400 dan p 0,000 ($p < 0,05$) dan penyuluhan gizi berpengaruh terhadap sikap responden, terbukti t-hitung -1,827 dan p 0,000 ($p < 0,05$)

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap yang signifikan mengenai gizi kesehatan reproduksi antara pretest dan posttest, menunjukkan adanya pengaruh positif pada remaja. Secara khusus, efektivitas sosialisasi tidak meningkatkan seluruh item pengetahuan gizi kesehatan reproduksi. Sosialisasi secara signifikan dapat meningkatkan hampir semua aspek sikap mengenai gizi kesehatan reproduksi.

Petugas kesehatan disarankan untuk memberikan konseling dan edukasi secara berkala dengan menggunakan berbagai media yang menarik dan mudah diakses. Media yang digunakan untuk konsultasi dapat berupa leaflet, brosur, video, simulasi dan media lainnya untuk meningkatkan literasi dan paparan pengetahuan. Pemberian kegiatan sosial hendaknya didasarkan pada waktu remaja. Hal ini dapat berdampak pada peningkatan gizi kesehatan reproduksi dengan meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap yang kemudian diwujudkan dalam perilaku.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada remaja di Kecamatan Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara atas kerjasamanya yang baik sebagai sampel dalam penelitian ini.

DAFTAR REFERESI

- Agustin, M. (2017). PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 1 CISARUA TAHUN 2017. 000.
- Della Awalia Emylisa, N. (2023). Edukasi Gizi Seimbang dan Kesehatan Reproduksi Melalui Media Whatsapp terhadap Pengetahuan Remaja dalam Upaya Pencegahan Stunting. /Journal.Ipb.Ac.Id/Index.Php/Jgizidietetik E-ISSN, 2(4), 293–300.
- Dungga, E. F., & Ihsan, M. (2023). Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. 2, 134–139.
- Elisa, S., & Oktarlina, R. Z. (2023). Literature Review : Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Remaja Putri Literature Review : Factors that Cause Anemia in Adolescent Women. 2018–2021.

- Iyong, E. A., Kairupan, B. H. R., Engkeng, S., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2020). GIZI SEIMBANG PADA PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 1 KABUPATEN TALAUD
- Melsandi, D. (2019). Pengaruh Pemberian Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan Gizi Dan Sikap Hidup Sehat Remaja Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Sidoarjo 33.
- Ministers, S. A. (n.d.). Buku Pedoman dan Kumpulan Rencana Ajar Untuk Guru Sekolah Menengah dan Yang Sederajat.
- Muliani, U., Sumardilah, D. S., Lupiana, M., Gizi, J., & Tanjungkarang, P. K. (2023). ASUPAN GIZI DAN PENGETAHUAN DENGAN STATUS GIZI. 8(1).
- Niva Maidlotul Maslakhah, D. (2022). Pengetahuan Gizi, Kebiasaan Makan, dan Kebiasaan Olahraga dengan Status Gizi Lebih Remaja Putri Usia 16-18 Tahun. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), 52–59.
- Pantaleon, M. G. (2019). HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI II KOTA KUPANG. 3(September).
- Sari, L. A. (n.d.). EFEKTIVITAS MEDIA BOOKLET DAN LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG.
- Vepti Triana Mutmainah, D. (2023). PENGARUH EDUKASI TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA MELALUI MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SEKSUAL PRANIKAH DI SMKS MUTIARA BANGSA PURWAKARTA. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN BPI*, 7(1).