

## Peran Kader Remaja Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi

Fitriani<sup>1</sup>, Eka Fitri Amir<sup>2</sup>, Nuari Andolina<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Awal Bros

Email: <sup>1</sup> fitriyani180396@gmail.com, <sup>2</sup> ekafitriamir@gmail.com, <sup>3</sup> nuariandolina92@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: [fitriyani180396@gmail.com](mailto:fitriyani180396@gmail.com)

### Article History:

Received Nov 7<sup>th</sup>, 2024

Accepted Jan 7<sup>th</sup>, 2025

Published Jan 8<sup>th</sup>, 2025

### Abstrak

Permasalahan gizi yang terjadi di Indonesia saat ini telah menjadi permasalahan gizi ganda yaitu gizi kurang dan gizi lebih. Kelompok remaja merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami masalah gizi (gizi lebih atau gizi kurang). Pemberdayaan masyarakat adalah solusinya dapat memungkinkan generasi muda untuk mengambil peran aktif dalam kesehatan masyarakat. Kegiatan dibentuk Program Pemberdayaan Masyarakat yang melibatkan remaja bertujuan untuk mengoptimalkan status kesehatan remaja. Pemberdayaan remaja dilakukan melalui pendirian pos pelayanan remaja, rekrutmen kader kesehatan remaja, pelatihan kader remaja yang menyediakan prasarana dan media pendukung promosi kesehatan dan pos konseling untuk remaja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran kader kesehatan remaja dalam upaya peningkatan perilaku konsumsi gizi seimbang pada remaja. Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode analitik metode observasional dengan pendekatan cross-sectional. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji Chi-Square. Datanya adalah dikumpulkan dengan menggunakan angket dan lembar observasi perubahan perilaku remaja yang terlibat di dalamnya kader kesehatan remaja. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang tergabung dalam kader Kesehatan remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar kader aktif dalam posyandu remaja yaitu 19 (70,4%) kader. Kader yang berperan aktif terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang dalam kesehatan reproduksi berjumlah 14 (73,6%). Terdapat hubungan yang signifikan antara peran kader remaja terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang dalam kesehatan reproduksi dimana  $p$  sama dengan 0,038 ( $p$  kurang dari 0,05). Kesimpulan dari penelitian ini adalah Kader memiliki peran penting dalam memberi edukasi kesehatan tentang gizi seimbang terutama pada remaja melalui kegiatan posyandu remaja, semakin rendah pengetahuan mahasiswa tentang gizi dan semakin kurang baik pola konsumsi mahasiswa maka akan semakin besar kemungkinan untuk memiliki status gizi kurus atau gemuk.

**Kata Kunci:** Kader remaja, posyandu, gizi seimbang, kesehatan reproduksi.

### Abstract

*The nutritional problems currently occurring in Indonesia have become a double nutritional problem, namely undernutrition and overnutrition. The adolescent group is one of the groups that is prone to experiencing nutritional problems (overnutrition or undernutrition). Community empowerment is a solution that can enable the younger generation to take an active role in public health. Activities formed by the Community Empowerment Program involving teenagers aim to optimize the health status of teenagers. Youth empowerment is carried out through the establishment of youth service posts, recruitment of youth health cadres, training of youth cadres which provides infrastructure and supporting media for health promotion and counseling posts for teenagers. The aim of this research is to determine the role of adolescent health cadres in efforts to increase the consumption behavior of balanced nutrition in adolescents. This quantitative research uses analytical methods, observational methods with a cross-sectional approach. Data analysis used in this research used the Chi-Square test. The data was collected using questionnaires and observation sheets on changes in adolescent behavior involving adolescent health cadres. The sample in this study were*

---

*teenagers who were members of the Adolescent Health cadre. The results showed that the majority of cadres were active in youth posyandu, namely 19 (70.4%) cadres. There are 14 cadres who play an active role in balanced nutritional consumption behavior in reproductive health (73.6%). There is a significant relationship between the role of adolescent cadres on the behavior of consuming balanced nutrition in reproductive health where  $p$  is the same as 0.038 ( $p$  is less than 0.05). The conclusion of this research is that cadres have an important role in providing health education about balanced nutrition, especially to teenagers through youth posyandu activities. The lower the student's knowledge about nutrition and the less good the student's consumption patterns, the greater the possibility of having a thin or fat nutritional status.*

**Keywords:** *Adolescent cadres, posyandu, balanced nutrition, reproductive health.*

---

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa terjadinya peralihan dari anak-anak menjadi dewasa muda. Pada masa ini, pemenuhan gizi seimbang sangatlah krusial. Pemenuhan gizi seimbang yang adekuat dapat membantu pencapaian pertumbuhan yang optimal. Pada masa ini juga, terjadi perubahan fisik dan emosional yang dapat berpengaruh pada pemenuhan gizi. Asupan makanan dan minuman yang bergizi berdampak langsung pada status kesehatan remaja (A. K. Pramono, 2021).

Menurut Juniarta dan Yanti (2020) bahwa remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah gizi. Remaja membutuhkan energi/kalori, protein, kalsium, zat besi, zinc dan vitamin untuk memenuhi aktifitas fisik seperti kegiatan-kegiatan disekolah dan kegiatan sehari-hari.

Remaja umumnya memiliki pola konsumsi makanan cepat saji yang tinggi. Hal ini didukung pula oleh kemajuan teknologi. Faktor lain yang memengaruhi pola konsumsi makanan cepat saji yaitu pengetahuan, lingkungan, harga makanan, dan uang saku. Meskipun lebih praktis, konsumsi makanan cepat saji dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti diabetes, hipertensi, kanker, dan stroke. (Alfora, Saori, and Fajriah 2023).

Masalah gizi yang umum terjadi pada remaja yaitu di antaranya, kurus, sangat kurus, gemuk, obesitas, pendek dan sangat pendek. Masalah-masalah tersebut erat kaitannya dengan asupan gizi yang tidak adekuat. Menurut Riskesdas 2018, prevalensi masalah gizi pada remaja umur 16-18 tahun (kurus, sangat kurus, gemuk, obesitas, pendek dan sangat pendek) di Gorontalo adalah sebagai berikut 7,7%; 0,8%; 8,6%; 3,8%; 33,7% dan 5,9% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Selain itu pula, masalah gizi lainnya yang sangat sering terjadi pada remaja adalah anemia. Data menunjukkan bahwa secara nasional, prevalensi anemia pada kelompok umur 15-24 tahun di Indonesia mencapai angka 32% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Salah satu penyakit yang sering dialami oleh Remaja yaitu Anemia. Anemia yakni dampak masalah gizi pada remaja putri. Anemia gizi disebabkan oleh kekurangan zat gizi yang berperan dalam pembentukan hemoglobin, dapat karena kekurangan konsumsi atau gangguan absorpsi. Zat gizi tersebut yakni besi, vitamin E yang mempengaruhi stabilitas membran sel dalam darah, vitamin C, zat zinc yang mempengaruhi absorpsi besi, dan protein vitamin B6 yang berperan sebagai katalisator dalam sintesis hemoglobin dalam molekul hemoglobin (Dila Diwani et al, 2023).

Hal ini disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi sehingga berdampak pada 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).

Dari Data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, menunjukkan bahwa remaja umur 13-15 tahun terdapat 1,9 % mengalami severely Thinnes, 5,7% thinnes, 76,1% normal, 12,1 % Overweight dan 4,1% Obesses. Sedangkan pada remaja umur 16-18 tahun terdapat 1,7 % mengalami severely Thinnes, 6,6 % thinnes, 79,6% normal, 8,8 % Overweight dan 3,3% Obesses. Di Kepulauan Riau, remaja usia 13-15 tahun terdapat 2,8 % mengalami severely Thinnes, Thinnes, 4,6 % thinnes, 76,2% normal, 13,9 % Overweight dan 2,6% Obesses. Remaja usia 16-18 tahun terdapat terdapat 1,1 % mengalami severely Thinnes, Thinnes, 6,5 % thinnes, 76,4% normal, 14,4 % Overweight dan 4,8% Obesses (Kemenkes RI, 2023).

Untuk mengatasi permasalahan pada kesehatan remaja, diperlukan upaya preventif dan edukatif yang melibatkan seluruh elemen masyarakat. Pemerintah Indonesia telah menginisiasi berbagai program untuk mengatasi masalah kesehatan remaja, salah satunya adalah pembentukan Posyandu Remaja. Posyandu Remaja bertujuan untuk menyediakan wadah bagi remaja dalam memahami dan mengatasi masalah kesehatannya dengan bantuan kader kesehatan remaja. Meski demikian, hingga saat ini belum ada penelitian yang mendalam mengenai pengaruh program ini dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja dalam mengelola kesehatannya sendiri (Ni Luh Putu Sri Erawati er al, 2024).

Berdasarkan permasalahan kesehatan remaja diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Peran Kader Remaja Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi” di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Jabi Kota Batam Tahun 2024.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

### 2.1 Tahapan Penelitian

Penelitian ini merupakan suatu penelitian desain deskriptif analitik (kuantitatif) yang menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel diambil dengan menggunakan metode non probability sampling yang dilakukan secara purposive sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 27 remaja yang terlibat dalam kader kesehatan remaja di posyandu. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan lembar observasi perubahan perilaku remaja yang terlibat dalam kader kesehatan remaja. Analisis data yang digunakan untuk penelitian ini dengan analisa univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

### 2.2 Hasil

#### a) Hasil Penelitian Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Peran Kader Remaja Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi

Peran Kader	Frekuensi	Persentase (%)
Berperan Kurang Aktif	8	29,6
Berperan Aktif	19	70,4
Total	27	100

Berdasarkan tabel 1. bahwa dari 27 responden rata-rata berperan aktif terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang dalam kesehatan reproduksi remaja sebanyak 19 (70,4%), sementara 8 (29,6%) responden tidak berperan aktif.

## b) Hasil Penelitian Bivariat

Mengetahui Hubungan Peran Kader Remaja Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi

Tabel 2. Hubungan Peran Kader Remaja Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi

Peran Kader	Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi				Total	P Value	
	Tidak		Ya				
	F	%	F	%	F		%
Berperan kurang aktif	3	37,5	5	26,4	8	29,6	0,038
Berperan aktif	5	62,5	14	73,6	19	70,4	
Jumlah	8	100	19	100	27	100	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil Hubungan Peran Kader Remaja Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi diperoleh bahwa dari 8 responden terdapat 3 orang (37,5%) kader berperan kurang aktif dengan perilaku tidak mengkonsumsi gizi seimbang dan 5 orang (26,4%) dengan perilaku mengkonsumsi gizi seimbang. Dari 19 responden terdapat 5 orang (62,5%) peran kader berperan aktif dengan perilaku tidak mengkonsumsi gizi seimbang, dan 14 orang (73,6%) dengan perilaku konsumsi gizi seimbang.

Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p=0,038$  ( $p < \alpha$  atau  $0,038 < 0,05$ ) maka  $H_0$  di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Peran Serta Kader Terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang Dalam Kesehatan Reproduksi Remaja di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Jabi Kota Batam Tahun 2024.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisa menunjukkan bahwa dari 27 responden, lebih dari setengah nya peran kader berperan aktif sebanyak 19 (70,4%). Kader remaja posyandu merupakan remaja yang dipilih untuk bekerja secara sukarela dalam melaksanakan kegiatan yang berhubungan dengan pelayanan kesehatan sederhana di posyandu. Kader remaja dipilih oleh pengurus posyandu dari anggota masyarakat (remaja) yang aktif, bersedia, mampu dan memiliki waktu untuk menyelenggarakan kegiatan posyandu remaja.

Dalam penelitian ini peran kader remaja secara statistik signifikan berpengaruh terhadap perilaku konsumsi gizi seimbang pada remaja dalam kesehatan reproduksi hal ini disebabkan karena perilaku konsumsi gizi seimbang tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan remaja tetapi juga dipengaruhi oleh tenaga kesehatan, teman sebaya seperti kader remaja.

Usia responden yang masih tergolong remaja semua sangat rentan terhadap permasalahan gizi. Pola asupan makanan dengan gizi yang tidak seimbang rentan menyebabkan kekurangan gizi, kelebihan berat badan, dan kekurangan zat gizi mikro dengan anemia. Padahal, masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam membentuk perilaku yang berkaitan dengan kesehatan

dan gizi. Oleh karena itu, jika tidak ditangani dengan baik dan sesegera mungkin, permasalahan gizi pada remaja saat ini akan berkontribusi pada berbagai penyakit kronis di kemudian hari.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Elisa Salsabila dan Eka Frenty Hardiningsih bahwa Pengetahuan Gizi Remaja Putri menunjukkan mayoritas pengetahuan kurang sebanyak 63 remaja (84,0%), dan pengetahuan Baik sebanyak 12 remaja (16,0%). Pengetahuan gizi merupakan pengetahuan tentang pemilihan bahan makanan dan konsumsi sehari-hari dengan baik dan memberikan semua zat gizi yang dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh (Andi Elisa & Eka Frenty, 2023). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Pantaleon dengan judul Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. Hasilnya didapatkan mayoritas remaja dengan pengetahuan gizi baik sebanyak 3 (3%), pengetahuan gizi cukup sebanyak 79 (79%) dan pengetahuan gizi kurang sebanyak 18 (18%).

Hasil penelitian Ahmad faridi menunjukkan bahwa proporsi responden dengan status gizi tidak baik ditemukan lebih pengetahuan gizi yang baik (33,8%). Sedangkan, proporsi responden dengan status gizi baik ditemukan lebih banyak pengetahuan gizi yang baik (66,3%) dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang (61,1%). Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin kurang pengetahuan gizi seimbang maka semakin besar resiko kejadian mengalami keadaan gizi tidak normal (Ahmad Faridi, et al. 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 kekurangan 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 (Pantaleon, 2019).

Makanan yang tergolong makanan sehat adalah makanan yang mengandung zat-zat yang diperlukan tubuh serta bebas dari bakteri dan racun. Namun, makanan yang dianggap sehat erat kaitannya dengan sikap dan pola makan dari setiap individu. Oleh karena itu, makanan yang mengandung unsur bergizi harus dibarengi dengan upaya menjaga kebersihan dan kesehatan bagi orang yang hendak memakannya. Makanan yang mengandung karbohidrat, protein dan vitamin, serta makanan ringan harus rendah gula untuk mengurangi asupan gula yang berlebihan. Perbanyak makan sayur dan buah serta minum susu setiap hari. (Lastiana & Mayra, 2024).

Dalam jurnal (Dedy Kasingku & Lumoindong, 2023) menyatakan bahwa perlunya menghindari atau mengurangi asupan yang mengandung lemak, gula, dan makanan olahan serta memperbanyak makan buah-buahan, sayur mayur, gandum utuh, biji-bijian dan kacang-kacangan. Perlu Upaya untuk membiasakan mengkonsumsi makanan gizi seimbang dan jajanan sehat dan membatasi asupan gula, garam beserta lemak (GGL) (Musniati et al., 2024).

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Peran Kader Remaja terhadap Perilaku Konsumsi Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi sangat berpengaruh signifikan. Kader memiliki peran penting dalam memberi edukasi kesehatan tentang gizi seimbang terutama pada remaja melalui kegiatan posyandu remaja. Penyuluhan edukasi gizi yang seimbang kepada remaja secara berkelanjutan meningkatkan kesehatan remaja. Pemberian edukasi kepada kader diharapkan tidak dilakukan insidental saja, namun berkesinambungan. agar memberikan hasil terhadap perilaku masyarakat terhadap tentang gizi seimbang. Metode edukasi gizi seimbang perlu dibuat oleh kader posyandu lebih menarik dan interaktif sehingga mudah diterima remaja.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kepada Rektor dan Ketua LPPM Universitas Awal Bros, Pihak Puskesmas Kapung Jabi, serta memuat apresiasi yang diberikan oleh penulis kepada pihak-pihak yang telah berperan dalam penelitian, baik dalam bentuk support dana, perizinan, konsultan, maupun membantu dalam pengambilan data sehingga penelitian ini dapat berjalan dan terlaksana dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfora, Denissa, Erika Saori, and Lutfiah Nur Fajriah. 2023. "Pengaruh Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Gizi Remaja." *FLORONA: Jurnal Ilmiah Kesehatan* 2, no. 1: 43–49. <https://doi.org/10.55904/florona.v2i1.688>.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. [http://labmandat.litbang.depkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labmandat.litbang.depkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf).
- Dedy Kasingku, J., & Lumoindong, B. (2023). Peran Penting Pendidikan Lewat Makanan Bergizi dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat akan Kesehatan Tubuh dan Pikiran: Studi Literatur. *Journal on Education*, 05(04), 16071–16080.
- Diwani, D., Maulida Nur, D., Farouq Al-Azid, M., Nabila, N., Delina Sinambela, N., Elviyani Sinaga, N., Cahya Wulandari, P., Fadilla Pasaribu, R., Sarah Berutu, S., & Adina, S. (2023). Alahyan Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin (ECOS-PRENEURS) Penyuluhan Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Upaya Pencegahan Anemia SMP Al-Azhar.
- 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.
- Juniartha IGN, Yanti NPED. (2020). Gambaran Status Gizi Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Di Kuta, Bali. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*. 8(2): 133-138.
- Kemendes RI. (2023). Pengaruh Makanan Cepat Saji terhadap Kesehatan Remaja. Kementerian Kesehatan RI. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2182/pengaruh-makanan-cepat-saji-terhadap-kesehatan-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2182/pengaruh-makanan-cepat-saji-terhadap-kesehatan-remaja).
- Lastiana, V., & Mayra, Z. (2024). Penyiapan Menu Makanan Bergizi Seimbang dan Pembiasaan Pola Hidup Sehat di TK Islam Al Iman. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 11841–11858.
- Musniati, N., Sari, M. P., Aini, R. N., Nurjanah, E., & Siregar, D. (2024). Edukasi Gizi dalam Pencegahan Gagal Ginjal Akut pada Remaja Media Karya Kesehatan : Volume 7 Issue 1 May 2024 Pendahuluan Penyakit ginjal merupakan penyebab kematian ke-10 di Indonesia yaitu 42 . 000 per tahun . Sebagian besar penyebab penyakit ginjal ada. *Media Karya Kesehatan*, 7(1),
- Ni Luh Putu Sri Erawati, L. Cintari, G. Ayu Eka Utarini, I. (2024). pembentukan dan pelatihan kader kesehatan reproduksi remaja di Kelurahan serangan. *Journal of Community Service*, 6(2). <https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1852>
- 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.

# Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)

Volume 8 ; Nomor 1 ; Tahun ; Page 295-301

E-ISSN : 2622-7487 ; P-ISSN : 2622-7482

- Pantaleon, M. G. (2019). HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI II KOTA KUPANG. 3(September).
- Pramono, A. K. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Metode Peer to Peer Education (Edukasi Teman Sebaya) terhadap Pengetahuan, Sikap dan Status Gizi pada Remaja Putri. AGRIS. <https://agris.fao.org/agris-search/search.do?recordID=ID2021111569>.
- Sulistia, D., Febriana, A., & Hidayat, T. (2024). Kualitas Komunikasi Keluarga terhadap Pencegahan Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 3(1), 25–30. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v3i1.2354>