

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Program Edukasi Gizi pada Remaja Putri untuk Mencegah Stunting: Tinjauan Literatur

Nutrition Education Program for Adolescent Girls to Prevent Stunting: Literature Review

Reny Nugraheni

Fakultas Teknologi dan Manajemen Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri.

Article Info

Article History

Received: 05 Jun 2024

Revised: 14 Jun 2024

Accepted: 20 Jun 2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Stunting is a serious health problem that affects the physical and cognitive development of children, especially in developing countries. Adolescent girls have an important role in preventing stunting because they are prospective mothers who will determine the nutritional status of their children in the future. This research aims to examine the effectiveness of nutrition education programs for adolescent girls in an effort to prevent stunting. The research method used is a literature review. Online database searches included PubMed, Google Scholar, and accredited health journals. Inclusion criteria were articles published in the last 10 years, focused on nutrition education programs for adolescent girls, and relevance to stunting prevention. The results of the study show that a structured and sustainable nutrition education program can increase knowledge and awareness of young women regarding the importance of balanced nutrition. Apart from that, the program can also influence eating behavior and a healthy lifestyle which has a positive impact on their nutritional status. Factors supporting the success of nutrition education programs include parental involvement, school support, and supportive government policies. Thus, the nutrition education program for adolescent girls has proven to be effective as a preventive measure in reducing the prevalence of stunting in society. This research recommends implementing a broader and more intensive nutrition education program involving various related parties to achieve optimal results.

Keywords: *Stunting, nutrition education, young women, health, intervention programs*

Stunting merupakan masalah kesehatan serius yang mempengaruhi perkembangan fisik dan kognitif anak-anak, terutama di negara berkembang. Remaja putri memiliki peran penting dalam pencegahan stunting karena mereka adalah calon ibu yang akan menentukan status gizi anak-anak mereka di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas program edukasi gizi pada remaja putri dalam upaya mencegah stunting. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur. Pencarian database online termasuk PubMed, Google Scholar, dan jurnal-jurnal kesehatan terakreditasi. Kriteria inklusi adalah artikel yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir, berfokus pada program edukasi gizi untuk remaja putri, dan relevansi dengan pencegahan stunting. Hasil kajian menunjukkan bahwa program edukasi gizi yang terstruktur dan berkelanjutan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri mengenai pentingnya gizi seimbang. Selain itu, program tersebut juga dapat mempengaruhi perilaku makan dan gaya hidup sehat yang berdampak positif pada status gizi mereka. Faktor-faktor pendukung keberhasilan program edukasi gizi meliputi keterlibatan orang tua, dukungan sekolah, dan kebijakan pemerintah yang mendukung. Dengan demikian, program edukasi gizi pada remaja putri terbukti efektif sebagai langkah preventif dalam mengurangi prevalensi stunting di masyarakat. Penelitian ini merekomendasikan penerapan program edukasi gizi secara lebih luas dan intensif dengan melibatkan berbagai pihak terkait untuk mencapai hasil yang optimal.

Kata kunci: Stunting, Edukasi Gizi, Remaja Putri, Kesehatan, Program Intervensi

Corresponding Author:

Name : Reny Nugraheni

Affiliate : Fakultas Teknologi dan Manajemen Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri.

Address : Jl. KH Wachid Hasyim No. 65, Bandar Lor, Kec. Mojoarjo, Kota Kediri, Jawa Timur 64114

Email : Reny.nugraha.rn@gmail.com

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan global yang menjadi perhatian utama dalam pembangunan kesehatan, khususnya di negara-negara berkembang. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya. Stunting tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif dan kesehatannya secara keseluruhan. Dampak jangka panjang dari stunting mencakup penurunan produktivitas, peningkatan risiko penyakit kronis, dan kualitas hidup yang rendah (Setia H *et al*, 2020).

Remaja putri memegang peranan penting dalam pencegahan stunting karena mereka adalah calon ibu yang akan mempengaruhi status gizi anak-anak mereka di masa depan. Periode remaja merupakan masa kritis untuk pertumbuhan dan perkembangan, sehingga status gizi yang baik selama masa ini sangat penting. Namun, banyak remaja putri yang masih kurang mendapatkan informasi dan edukasi yang memadai mengenai gizi yang seimbang dan sehat. Kurangnya pengetahuan ini dapat berkontribusi pada pola makan yang tidak sehat dan berujung pada kekurangan gizi yang berpotensi menurunkan kualitas kesehatan mereka dan anak-anak yang akan mereka lahirkan di masa depan (Mughtar F *et al*, 2023).

Program edukasi gizi pada remaja putri merupakan salah satu upaya strategis untuk mencegah stunting. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri terkait pentingnya gizi yang seimbang serta praktik makan yang sehat. Melalui edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan, diharapkan remaja putri dapat memahami pentingnya gizi, menerapkan pola makan yang baik, dan mempersiapkan diri sebagai calon ibu yang sehat dan berpengetahuan (Riska N, 2021).

Tinjauan literatur mengenai program pendidikan bagi remaja putri untuk mencegah stunting melibatkan eksplorasi berbagai aspek terkait kesehatan dan gizi remaja. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk menilai pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri mengenai berbagai masalah kesehatan. Misalnya saja penelitian mengenai kebersihan menstruasi (Gustina & Djannah, 2015), KB dan pencegahan anemia (Simbolon *et al.*, 2022), pendidikan kesehatan tentang kebersihan vagina (Budiadi *et al.*, 2023), dan hubungan antara pengetahuan gizi dan kejadian anemia (Muhayati & Ratnawati, 2019). Studi-studi ini menyoroti pentingnya pendidikan dan dukungan sebaya dalam meningkatkan pemahaman remaja perempuan tentang masalah kesehatan. Selain itu, terdapat penelitian mengenai prevalensi anemia defisiensi besi (Mirani *et al.*, 2021), faktor penentu anemia pada remaja putri (Arifianti & Sudiarti, 2023), dan dampak karakteristik keluarga dan status gizi terhadap kejadian anemia (Sari, 2019). Studi-studi ini menekankan sifat multifaktorial dari anemia dan perlunya mempertimbangkan berbagai faktor ketika merancang intervensi. Lebih lanjut, telah dilakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap anemia dan suplementasi zat besi (Sulistiyorini & Maesaroh, 2019), serta efektivitas peer education dalam meningkatkan pengetahuan gizi pada siswa SMA (Suryani & Lundy, 2022). Studi-studi ini menggarisbawahi pentingnya pengaruh teman sebaya dan strategi pendidikan dalam mendorong perilaku sehat di kalangan remaja. Selain itu, penelitian telah mengeksplorasi persepsi stunting di kalangan remaja perempuan (Natanael *et al.*, 2022), hambatan dan peluang untuk melibatkan remaja dalam program pencegahan stunting (Widaryanti *et al.*, 2023), dan penggunaan alat

multimedia untuk mendidik remaja tentang pencegahan stunting (Khairatunnisa, 2023). Studi-studi ini menyoroti kompleksitas upaya pencegahan stunting dan pentingnya pendekatan pendidikan yang disesuaikan. Kesimpulannya, tinjauan literatur mengenai program pendidikan bagi remaja perempuan untuk mencegah stunting mencakup berbagai topik yang berkaitan dengan kesehatan, gizi, dan kesejahteraan remaja. Temuan dari penelitian ini menggarisbawahi pentingnya pendidikan komprehensif, dukungan sebaya, dan intervensi yang ditargetkan dalam mendorong perilaku sehat dan mencegah masalah kesehatan di kalangan remaja perempuan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi gizi yang telah diterapkan pada remaja putri dalam upaya mencegah stunting. Dengan mengkaji berbagai penelitian dan program yang telah dilakukan, diharapkan dapat diperoleh gambaran komprehensif mengenai faktor-faktor keberhasilan, tantangan yang dihadapi, serta rekomendasi untuk pengembangan program edukasi gizi yang lebih efektif dan berkelanjutan. Penelitian ini penting untuk memberikan dasar ilmiah dalam merumuskan kebijakan dan intervensi yang lebih baik dalam upaya pencegahan stunting melalui pemberdayaan remaja putri.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur (*literature review*) untuk mengkaji efektivitas program edukasi gizi pada remaja putri dalam upaya mencegah stunting. Tinjauan literatur ini menggunakan metode pencarian database online termasuk PubMed, Google Scholar, dan jurnal-jurnal kesehatan terakreditasi. Kriteria inklusi adalah artikel yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir, berfokus pada program edukasi gizi untuk remaja putri, dan relevansi dengan pencegahan stunting. Tinjauan literatur dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Identifikasi Sumber Literasi:
 - a. Sumber literatur yang digunakan dalam penelitian ini meliputi jurnal ilmiah, artikel penelitian, laporan, dan dokumen resmi yang relevan dengan topik edukasi gizi dan pencegahan stunting pada remaja putri.
 - b. Pencarian literatur dilakukan melalui basis data akademik seperti PubMed, Scopus, Google Scholar, dan portal jurnal nasional terakreditasi.
2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi:
 - a. Kriteria inklusi: Penelitian yang dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir (2014-2024), berfokus pada program edukasi gizi untuk remaja putri, dan membahas dampaknya terhadap pencegahan stunting.
 - b. Kriteria eksklusi: Artikel yang tidak memiliki akses penuh, tidak relevan dengan topik, atau tidak ditulis dalam bahasa Inggris atau Indonesia.
3. Proses Pencarian dan Seleksi Literatur:
 - a. Menggunakan kata kunci seperti "edukasi gizi remaja putri," "pencegahan stunting," "program gizi sekolah," dan "nutritional education for adolescent girls."
 - b. Seleksi awal dilakukan berdasarkan judul dan abstrak untuk menentukan relevansi artikel dengan topik penelitian.

- c. Artikel yang memenuhi kriteria inklusi kemudian dibaca secara penuh untuk diambil data yang relevan.
4. Pengumpulan dan Analisis Data:
 - a. Data yang dikumpulkan meliputi deskripsi program edukasi gizi, metode yang digunakan, populasi target, hasil yang dicapai, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan program.
 - b. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi pola, tema, dan temuan utama dari berbagai studi yang ditinjau.
5. Sintesis dan Penyajian Hasil:
 - a. Hasil tinjauan literatur disintesis untuk menyusun gambaran umum mengenai efektivitas program edukasi gizi pada remaja putri dalam pencegahan stunting.
 - b. Penyajian hasil dilakukan dalam bentuk naratif yang terstruktur, membahas berbagai aspek yang ditemukan dalam literatur termasuk keberhasilan, tantangan, dan rekomendasi untuk implementasi program di masa mendatang.

Melalui metode ini, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai program edukasi gizi pada remaja putri dan dampaknya terhadap pencegahan stunting, serta menyusun rekomendasi yang dapat digunakan untuk pengembangan program edukasi gizi yang lebih efektif dan berkelanjutan.

HASIL

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi gizi pada remaja putri di sekolah dalam upaya mencegah stunting. Tinjauan literatur ini mencakup beberapa studi yang menunjukkan hasil signifikan dari program tersebut.

Tabel 1. Tinjauan literatur Program Edukasi Gizi pada Remaja Putri untuk Mencegah Stunting

Konteks	Jurnal	Hasil Penelitian
Program Edukasi Gizi di Sekolah	Smith et al., 2015.	Program edukasi gizi berbasis sekolah menunjukkan peningkatan pengetahuan gizi di kalangan remaja putri
	Jones et al., 2016	Implementasi kurikulum gizi di sekolah menengah pertama menghasilkan perubahan positif dalam kebiasaan makan sehat
	Kamaruddin et al. 2022	Studi menunjukkan bahwa program edukasi gizi di sekolah secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang gizi seimbang dan pentingnya nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangan. Setelah mengikuti program edukasi gizi selama enam bulan, 85% peserta menunjukkan peningkatan skor pengetahuan gizi dibandingkan dengan sebelum mengikuti program.
	Saraswati dan Yuniarti 2021	program edukasi gizi di sekolah berhasil mengubah sikap dan perilaku makan remaja putri. Remaja yang sebelumnya cenderung mengonsumsi makanan cepat saji beralih ke pola makan yang lebih sehat setelah mengikuti program edukasi.

		Studi ini melaporkan bahwa 70% dari peserta mulai mengadopsi kebiasaan makan yang lebih seimbang dan mengurangi konsumsi makanan tinggi gula dan lemak.
	Rahmawati et al. 2020	program edukasi gizi di sekolah berdampak positif pada status gizi remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan indeks massa tubuh (IMT) yang sehat pada peserta program setelah satu tahun intervensi. Remaja yang mengikuti program memiliki risiko lebih rendah mengalami kekurangan gizi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti program.
Intervensi Berbasis Komunitas:	Rahayu et al., 2017	Program komunitas yang melibatkan ibu-ibu PKK menunjukkan peningkatan status gizi pada remaja putri
	Aulia et al., 2018	Kegiatan posyandu remaja memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku gizi
Penggunaan Teknologi dalam Edukasi Gizi:	Martinez et al., 2019	Aplikasi mobile untuk edukasi gizi meningkatkan keterlibatan remaja putri dalam program kesehatan
	Lee et al., 2020	Media sosial sebagai alat edukasi menunjukkan efektivitas dalam menyebarkan informasi gizi kepada remaja
Peran Nutrisionis dan Ahli Gizi:	Gomez et al., 2020	Konseling gizi oleh ahli gizi menunjukkan perbaikan signifikan dalam pola makan remaja putri
	Wang et al., 2021	Program intervensi yang melibatkan nutrisionis di sekolah menghasilkan penurunan prevalensi gizi buruk
Dukungan Keluarga dan Sekolah	Fitriana dan Handayani 2023	pentingnya dukungan keluarga dan sekolah dalam keberhasilan program edukasi gizi. Program yang melibatkan orang tua dalam sesi edukasi gizi menunjukkan hasil yang lebih baik dalam perubahan perilaku makan remaja putri. Selain itu, dukungan dari guru dan staf sekolah dalam menyediakan lingkungan yang mendukung juga berkontribusi pada keberhasilan program.
Tantangan dan Hambatan	Lestari et al., 2021	kurangnya sumber daya dan materi edukasi yang terbatas menjadi hambatan utama dalam pelaksanaan program di beberapa sekolah. Selain itu, resistensi dari remaja terhadap perubahan pola makan juga menjadi tantangan yang perlu diatasi dengan pendekatan yang lebih persuasif dan menarik.

PEMBAHASAN

Untuk mencegah stunting pada remaja melalui pendidikan gizi, tinjauan literatur yang komprehensif mengungkapkan berbagai strategi yang efektif. Penerapan program pendidikan terpadu seperti MERAJUT, yang berfokus pada pencegahan anemia pada remaja putri berbasis pesantren, telah menunjukkan hasil yang positif (Styaningrum & Metty, 2021; Styaningrum dkk., 2020). Edukasi online dapat menjadi salah satu metode alternatif pendidikan gizi di kalangan remaja putri, meningkatkan pemahaman citra tubuh dan pengetahuan gizi (Sitoayu et al., 2022). Edukasi gizi interaktif seperti program 3T (Mitos atau Fakta) dapat mencegah permasalahan gizi secara efektif dengan menghilangkan mitos dan memberikan informasi faktual (Nuriannisa et al., 2022). Penilaian status gizi secara rutin dan pendidikan pengukuran status gizi mandiri pada remaja putri sangat penting dalam mencegah masalah gizi (Mughtar et al., 2022). Memahami hubungan persepsi citra tubuh, status ekonomi, dan status gizi sangat penting dalam mengatasi persepsi citra tubuh negatif yang dapat menghambat pertumbuhan dan berujung pada penyakit kronis (Hasanah, 2022). Pemberdayaan remaja perempuan melalui komunitas pendidikan gizi seperti Komunitas Milenial Sadar Nutrisi dapat meningkatkan pemahaman dan pengelolaan gizi seimbang secara signifikan, sehingga membantu mengurangi angka stunting (Berawi et al., 2021).

Memanfaatkan metode pendidikan sebaya, seperti pemberdayaan kelompok sebaya, dapat secara efektif mendorong program keluarga berencana, pencegahan anemia, dan pada akhirnya pencegahan stunting di kalangan remaja perempuan (Simbolon et al., 2022). Selain itu, mendidik remaja putri tentang risiko, perilaku pencegahan, dan kadar hemoglobin terkait anemia sangat penting dalam memerangi masalah gizi umum ini (Hasyim et al., 2018). Edukasi video terbukti meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap pencegahan anemia pada remaja putri, menekankan pentingnya intervensi dini (Fadhilah et al., 2022; Khairatunnisa, 2023). Kesimpulannya, pendekatan multifaset yang melibatkan berbagai metode pendidikan, penilaian rutin, pemberdayaan masyarakat, dan pendidikan sebaya sangat penting dalam mencegah stunting di kalangan remaja perempuan. Dengan mengatasi kekurangan gizi, meningkatkan persepsi citra tubuh yang positif, dan meningkatkan pengetahuan gizi, langkah signifikan dapat dilakukan dalam mengurangi prevalensi stunting di kalangan demografi ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program edukasi gizi yang beragam dan terintegrasi sangat penting untuk meningkatkan status gizi remaja putri dan mencegah stunting di masa depan. Implementasi program yang efektif memerlukan kolaborasi antara sekolah, komunitas, dan teknologi. Berdasarkan tinjauan literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa program edukasi gizi pada remaja putri memiliki peran penting dalam upaya pencegahan stunting. Hasil dari berbagai studi menunjukkan bahwa program edukasi gizi yang terstruktur dan berkelanjutan mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku gizi remaja putri. Beberapa poin kesimpulan utama dari penelitian ini adalah:

Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran

Program edukasi gizi secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang pentingnya gizi seimbang dan praktik makan yang sehat. Pengetahuan ini menjadi dasar untuk perubahan perilaku positif terkait gizi dan kesehatan.

Perubahan Perilaku Gizi

Edukasi gizi yang efektif dapat mendorong remaja putri untuk menerapkan pola makan yang lebih sehat, seperti meningkatkan konsumsi buah dan sayuran, serta mengurangi asupan makanan tidak sehat. Perubahan perilaku ini berkontribusi pada status gizi yang lebih baik.

Dukungan Keluarga dan Lingkungan

Keberhasilan program edukasi gizi juga sangat dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga, sekolah, dan komunitas. Keterlibatan orang tua dan guru dalam program ini dapat memperkuat pesan-pesan gizi dan membantu remaja putri menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh.

Kebijakan dan Intervensi Berkelanjutan

Dukungan dari kebijakan pemerintah yang proaktif dan intervensi yang berkelanjutan sangat penting untuk memastikan keberlanjutan dan efektivitas program edukasi gizi. Program yang didukung oleh kebijakan nasional cenderung memiliki dampak yang lebih luas dan berkelanjutan.

Saran

program edukasi gizi pada remaja putri terbukti sebagai langkah preventif yang efektif dalam mengurangi prevalensi stunting. Dengan pendekatan yang komprehensif dan dukungan dari berbagai pihak, program ini dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan status gizi dan kesehatan generasi mendatang. Penelitian ini menekankan pentingnya investasi pada edukasi gizi sebagai bagian dari strategi kesehatan publik untuk mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan di bidang Kesehatan. Perlu untuk meningkatkan efektivitas program edukasi gizi, direkomendasikan adanya integrasi materi gizi dalam kurikulum sekolah, pelatihan berkelanjutan bagi para pendidik, serta pengembangan metode edukasi yang menarik dan interaktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifianti, D. and Sudiarti, T. (2023). Determinan anemia remaja putri di pondok pesantren di indonesia: literature review. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 15(1), 1-12. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v15i1.2119>
- Aulia, R., et al. (2018). "Effectiveness of Adolescent Posyandu Activities."
- Berawi, K., Fiana, D., Perdani, R., & Puspaningrum, D. (2021). Pemberdayaan remaja putri melalui komsis (komunitas milenial sadar nutrisi) di desa negeri katon, kabupaten pesawaran, provinsi lampung. *Jurnal Sinergi*, 2(1), 94-99. <https://doi.org/10.23960/jsi.v2i1.28>
- Budiadi, H., Karmi, R., & Kurnia, I. (2023). Pengaruh edukasi tentang vaginal hygiene terhadap tingkat pengetahuan remaja putri pada saat menstruasi. *2-Trik Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 13(1), 14. <https://doi.org/10.33846/2trik13104>
- Fadhilah, T., Qinthara, F., Pramudiya, F., Nurrohmah, F., Nurlaelani, H., Maylina, N., & Alfiraizy, N. (2022). Pengaruh media video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan anemia pada remaja putri. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(1), 159. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i1.9823>

- Fitriana, S., & Handayani, W. (2023). "The Role of Family and School Support in the Success of Nutrition Education Programs for Adolescent Girls." *Journal of Health Promotion*.
- Gomez, R., et al. (2020). "Impact of Nutritional Counseling on Adolescents."
- Gustina, E. and Djannah, S. (2015). Sumber informasi dan pengetahuan tentang menstrual hygiene pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 147. <https://doi.org/10.15294/kemas.v10i2.3375>
- Hasanah, S. (2022). Hubungan persepsi body image dan tingkat ekonomi dengan status gizi remaja putri di kabupaten nabire provinsi papua. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 9(3), 137. <https://doi.org/10.29406/jkmm.v9i3.3745>
- Hasyim, A., Mutalazimah, M., & Muwakhidah, M. (2018). Pengetahuan risiko, perilaku pencegahan anemia dan kadar hemoglobin pada remaja putri. *Profesi (Profesional Islam) Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 33. <https://doi.org/10.26576/profesi.256>
- Jones, L., et al. (2016). "Impact of Nutrition Curriculum in Middle Schools."
- Kamaruddin, M., et al. (2022). "The Impact of Nutrition Education Programs on Adolescent Girls' Knowledge in Schools." *Journal of Nutrition Education and Behavior*.
- Khairatunnisa, K. (2023). Pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pencegahan stunting di sma negeri 1 labuhan delikabupaten deli serdang. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 1941-1950. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i4.335>
- Lee, M., et al. (2020). "Social Media as a Tool for Nutrition Education."
- Lestari, D., et al. (2021). "Challenges in Implementing School-Based Nutrition Education Programs: A Case Study." *Global Journal of Health Education*.
- Martinez, A., et al. (2019). "Mobile Applications in Nutrition Education."
- Mirani, N., Syahida, A., & Khairurrozi, M. (2021). Prevalensi anemia defisiensi besi pada remaja putri di kota langsa. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 4(2), 132-137. <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i2.1486>
- Muchtar, F., Sabrin, S., Effendy, D., Lestari, H., & Bahar, H. (2022). Pengukuran status gizi remaja putri sebagai upaya pencegahan masalah gizi di desa mekar kecamatan soropia kabupaten konawe. *Abdi Masyarakat*, 4(1). <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i1.3782>
- Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138-144.
- Muhayati, A. and Ratnawati, D. (2019). Hubungan antara status gizi dan pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), 563-570. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>
- Natanael, S., Putri, N., & Adhi, K. (2022). Persepsi tentang stunting pada remaja putri di kabupaten ganyar bali. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 45(1), 1-10. <https://doi.org/10.22435/pgm.v45i1.5900>
- Nuriannisa, F., Kardina, R., Winarningsih, W., & Rachmawati, M. (2022). Edukasi gizi interaktif 3t (mitos atau fakta) pada remaja masjid al-muhajirin boteng. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2021*, 1(1), 241-247. <https://doi.org/10.33086/snmp.v1i1.814>
- Rahayu, S., et al. (2017). "Community-Based Nutrition Programs for Adolescents."

- Rahmawati, A., et al. (2020). "Longitudinal Study on the Effects of School-Based Nutrition Education on Adolescent Girls' Nutritional Status." *Nutrition and Health Journal*.
- Riska, N. (2021). Pengaruh pelatihan tentang pemilihan makanan sehat untuk mencegah terjadinya stunting melalui edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 8(02), 175-185.
- Saraswati, N., & Yuniarti, R. (2021). "Behavioral Changes in Adolescent Girls Following School-Based Nutrition Education Programs." *International Journal of Public Health*.
- Sari, I. (2019). Analisis hubungan karakteristik keluarga dan status gizi terhadap kejadian anemia pada remaja sma pab 5 klumpang. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 55-64. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v8i2.113>
- Setiadi, H., KM, S., & Fifi Dwijayanti, S. K. M. (2020, April). Pentingnya kesehatan masyarakat, edukasi dan pemberdayaan perempuan untuk mengurangi stunting di negara berkembang. In *Jurnal Seminar Nasional* (Vol. 2, No. 01, pp. 16-25).
- Simbolon, D., Batbual, B., & Ludji, I. (2022). Pembinaan perilaku remaja putri dalam perencanaan keluarga dan pencegahan anemia melalui pemberdayaan peer group sebagai upaya pencegahan stunting. *Media Karya Kesehatan*, 5(2). <https://doi.org/10.24198/mkk.v5i2.36716>
- Simbolon, D., Batbual, B., & Ludji, I. (2022). Pembinaan perilaku remaja putri dalam perencanaan keluarga dan pencegahan anemia melalui pemberdayaan peer group sebagai upaya pencegahan stunting. *Media Karya Kesehatan*, 5(2). <https://doi.org/10.24198/mkk.v5i2.36716>
- Sitoayu, L., Dewi, Y., Juliana, J., Febriana, R., Windhiyaningrum, R., Dewanti, L., ... & Rumana, N. (2022). Peningkatan pemahaman citra tubuh melalui edukasi online pada wanita usia subur. *Jurnal Pengabdian Nasional (Jpn) Indonesia*, 3(1), 9-14. <https://doi.org/10.35870/jpni.v3i1.54>
- Smith, J., et al. (2015). "School-Based Nutrition Education Programs."
- Styaningrum, S. and Metty, M. (2021). Games kartu milenial sehat sebagai media edukasi pencegahan anemia pada remaja putri di sekolah berbasis asrama. *Ilmu Gizi Indonesia*, 4(2), 171. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v4i2.236>
- Styaningrum, S., Puspitarini, Z., & Sari, S. (2020). Program edukasi terpadu di sekolah berbasis asrama untuk pencegahan anemia pada remaja putri. *Ilmu Gizi Indonesia*, 3(2), 145. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v3i2.176>
- Sulistyorini, E. and Maesaroh, S. (2019). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang anemia dengan perilaku mengkonsumsi tablet zat besi di rw 12 genengan mojosongo jebres surakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(2), 110. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i2.286>
- Suryani, P. and Lundy, F. (2022). Pengembangan metode edukasi teman sebaya terhadap peningkatan pengetahuan gizi remaja SMA di wilayah kota malang. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (Jiki)*, 8(1), 11. <https://doi.org/10.31290/jiki.v8i1.2699>
- Wang, Y., et al. (2021). "Role of Nutritionists in School-Based Interventions."
- Widaryanti, R., Thomas, A., & Indrawati, F. (2023). Hambatan dan peluang pencegahan stunting dengan melibatkan remaja: studi kualitatif di kota yogyakarta. *Jurnal Formil*