JURNAL ABDIMAS INDONESIA Vol. 6, No. 4, 2026
E-ISSN 2797-2887
Copyright © 2026 The Author(s)

# Dari Edukasi Menuju Kesadaran Kesehatan: Penguatan Peran Posyandu Remaja dalam Pencegahan Masalah Gizi Remaja

**Umi Khoirun Nisak[1], Mochamad Rizal Yulianto [2,] Nabila Insyira Natasha[3], Mochammad Alfan Rosid[4], Aidah Safira Maharani[5], Sylvi Harmiardillah[6]**
[1,2,3,4,5]Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Sidoarjo, Indonesia
[6]Universitas Muhammadiyah Lamongan, Lamongan, Indonesia

Penulis Korespondensi:
**Umi Khoirun Nisak**
umikhoirun@umsida.ac.id

**Abstrak**:

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan program lanjutan dari pendampingan gizi remaja di Desa Balungtawun, Kecamatan Sukodadi, Kabupaten Lamongan. Program tahun sebelumnya berfokus pada peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi, sedangkan kegiatan lanjutan pada 16 Juni 2026 diarahkan pada penguatan kesadaran kesehatan dan fungsi Posyandu Remaja sebagai wahana promotif-preventif. Kegiatan meliputi penyuluhan interaktif, diskusi, pemeriksaan berat badan (BB), tinggi badan (TB), lingkar lengan atas (LILA), tekanan darah, hemoglobin (Hb), gula darah acak (GDA), serta pasar gizi. Sebanyak 29 remaja mengisi kuesioner evaluasi yang terdiri atas 15 item pengetahuan dan 10 item sikap/praktik. Rerata skor pengetahuan adalah 12,10 dari 15 (80,69%; SD=0,98), sedangkan rerata skor sikap/praktik 31,59 dari 40 (78,97%; SD=1,57). Pemeriksaan fisik menunjukkan rerata BB 50,59 kg dan TB 154,46 cm. Nilai Hb tercatat pada 27 peserta dengan median 13,7 g/dL (rentang 10,9-21,0), sedangkan GDA pada 29 peserta memiliki median 105 mg/dL (rentang 57-345). Hubungan antara skor pengetahuan dan sikap/praktik bersifat lemah dan tidak signifikan ($r_s$=0,174; p=0,366). Setelah pemeriksaan, peserta mengikuti pasar gizi dengan memilih makanan yang mereka anggap bergizi dan sesuai preferensi, antara lain risoles, bikang telang, lumpia moringa, dan kue putu kelor. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program lanjutan perlu dilakuakn agar pengetahuan dapat dilakukan untuk pemantauan kesehatan, pendampingan pilihan pangan, dan penguatan Posyandu Remaja sebagai ruang belajar kesehatan remaja yang berkelanjutan.

**Kata Kunci:** *posyandu remaja, kesadaran kesehatan, gizi remaja, stunting, pemberdayaan masyarakat*

## Pendahuluan

Masalah gizi pada remaja merupakan bagian penting dalam rantai pencegahan masalah kesehatan lintas generasi. Pada fase ini terjadi pertumbuhan cepat, perubahan pola makan, peningkatan kebutuhan zat gizi, serta pembentukan kebiasaan hidup yang dapat menetap hingga dewasa. Program pengabdian tahun 2025 di Desa Balungtawun telah menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis komunitas dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja. Pada program tersebut, rerata skor pengetahuan meningkat dari 66,11 menjadi 78,05, sikap dari 22,22 menjadi 22,80, dan perilaku dari 19,00 menjadi 20,83. Hasil tersebut sekaligus menghasilkan rekomendasi agar pendampingan dilanjutkan secara lintas sektor dan disertai pemantauan status gizi remaja secara periodik (Nisak dkk., 2025).

Data lapangan pada program tahun sebelumnya juga memperlihatkan bahwa masalah gizi remaja di Desa Balungtawun belum dapat dipandang sebagai persoalan pengetahuan

Copyright © 2026 The Author(s)

semata. Artikel sebelumnya melaporkan adanya remaja putri yang mengalami anemia dan remaja dengan status gizi kurang, sementara sebagian peserta belum memahami keterkaitan gizi remaja dengan risiko stunting pada generasi berikutnya (Nisak dkk., 2025). Kondisi tersebut menjadi dasar perlunya perubahan pendekatan dari kegiatan edukasi satu kali menuju pendampingan kesehatan yang lebih berkesinambungan.

Posyandu Remaja memiliki posisi strategis sebagai wahana promotif dan preventif berbasis komunitas karena dapat mengintegrasikan edukasi, pemantauan pertumbuhan, pengenalan risiko gizi, aktivitas fisik, serta rujukan atau konsultasi kesehatan. Edukasi gizi dan pemantauan status gizi pada remaja telah dilaporkan mendukung peningkatan pengetahuan dan kesadaran terhadap praktik hidup sehat (Ilmiyati dkk., 2025; Megasari & Siswiyanti, 2024; Rachmawati & Kartika, 2024; Zukhra dkk., 2024). Namun, pengetahuan yang baik tidak selalu langsung diterjemahkan menjadi sikap dan kebiasaan sehat. Faktor preferensi makanan, pengaruh teman sebaya, ketersediaan pilihan sehat, serta kebiasaan sehari-hari dapat memengaruhi proses tersebut(Calvén dkk., 2023; Carrillo-González, 2025; Risti dkk., 2021) .

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian pada 16 Juni 2026 dirancang sebagai tahap lanjutan dari program tahun sebelumnya. Fokus kegiatan tidak lagi hanya pada peningkatan pengetahuan mengenai gizi dan stunting, tetapi pada penguatan kesadaran kesehatan melalui integrasi edukasi, skrining kesehatan, dan pengalaman memilih makanan dalam Posyandu Remaja. Evaluasi mencakup pemahaman tentang stunting, anemia, gizi seimbang, aktivitas fisik, pemantauan kesehatan, serta persepsi terhadap pentingnya pemeriksaan di Posyandu Remaja. Kegiatan juga dilengkapi dengan pengukuran BB, TB, LILA, tekanan darah, Hb, dan GDA, kemudian dilanjutkan pasar gizi sebagai aktivitas partisipatif untuk menghubungkan pengetahuan dengan preferensi pangan. Kegiatan ini bertujuan menggambarkan capaian pengetahuan, respons sikap/praktik, serta hasil skrining kesehatan sebagai dasar penguatan pendampingan Posyandu Remaja berikutnya.

## Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 16 Juni 2026 di Desa Balungtawun, Kecamatan Sukodadi, Kabupaten Lamongan. Kegiatan ini merupakan tahun lanjutan dari program pengabdian sebelumnya yang telah melaksanakan edukasi gizi dan zat besi bagi remaja di desa yang sama. Pada tahap lanjutan, Posyandu Remaja ditempatkan sebagai platform utama untuk memperluas fungsi edukasi menjadi penguatan kesadaran kesehatan, skrining faktor risiko, dan pendampingan pilihan pangan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara berurutan melalui penyuluhan interaktif dan diskusi mengenai gizi remaja, anemia, stunting, aktivitas fisik, serta pentingnya pemantauan kesehatan. Setelah sesi edukasi, peserta mengikuti pemeriksaan Posyandu Remaja yang meliputi pengukuran berat badan (BB), tinggi badan (TB), lingkar lengan atas (LILA), tekanan darah, pemeriksaan hemoglobin (Hb), dan gula darah acak (GDA). Hasil pemeriksaan dicatat pada lembar pemeriksaan remaja sebagai dasar pemantauan dan tindak lanjut oleh mitra kesehatan desa.

Evaluasi pengetahuan dan respons kesehatan dilakukan pada 29 remaja menggunakan kuesioner yang terdiri atas dua bagian. Bagian pertama memuat 15 pernyataan pengetahuan dengan pilihan benar-salah yang mencakup stunting, anemia, perilaku hidup sehat, pola makan, kesehatan reproduksi, dan dampak gizi kurang. Bagian

kedua memuat 10 pernyataan sikap/praktik dengan skala empat tingkat, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Jawaban pengetahuan diberi skor 1 untuk jawaban sesuai kunci dan 0 untuk jawaban tidak sesuai kunci. Item sikap/praktik diberi skor 1-4 dan pernyataan negatif dibalik skornya. Analisis meliputi statistik deskriptif, persentase jawaban tepat per item, distribusi respons sikap/praktik, serta korelasi Spearman antara skor pengetahuan dan skor sikap/praktik. Data skrining kesehatan dianalisis secara deskriptif tanpa melakukan diagnosis klinis.

Tahap akhir kegiatan berupa pasar gizi. Setelah proses Posyandu Remaja selesai, peserta melakukan transaksi dengan memilih makanan yang mereka anggap bergizi dan mereka sukai. Pilihan makanan yang disediakan antara lain risoles, bikang telang, lumpia moringa, dan kue putu kelor. Kegiatan ini digunakan sebagai pendekatan partisipatif untuk mengamati bagaimana pengetahuan gizi diterjemahkan ke dalam pilihan makanan sesuai preferensi remaja, sekaligus membuka ruang diskusi mengenai alasan pemilihan makanan.




Gambar 1. Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Balungtawun

## Hasil dan Pembahasan

Sebanyak 29 peserta tercatat mengikuti pemeriksaan antropometri serta GDA. Data Hb tersedia pada 29 peserta. Hasil deskriptif menunjukkan skor pengetahuan berada pada rentang 10-14 dari skor maksimum 15, dengan rerata 12,10 (SD=0,98) atau 80,69% dari skor maksimum. Skor sikap/praktik berada pada rentang 28-34 dari skor maksimum 40 dengan rerata 31,59 (SD=1,57) atau 78,97%. Gambaran ini menunjukkan bahwa peserta telah memiliki dasar pengetahuan dan respons kesehatan yang relatif baik, namun masih terdapat kesenjangan pada beberapa indikator yang perlu ditindaklanjuti melalui kegiatan Posyandu Remaja.

Tabel 1. Data Deskriptif Hasil Evaluasi Remaja

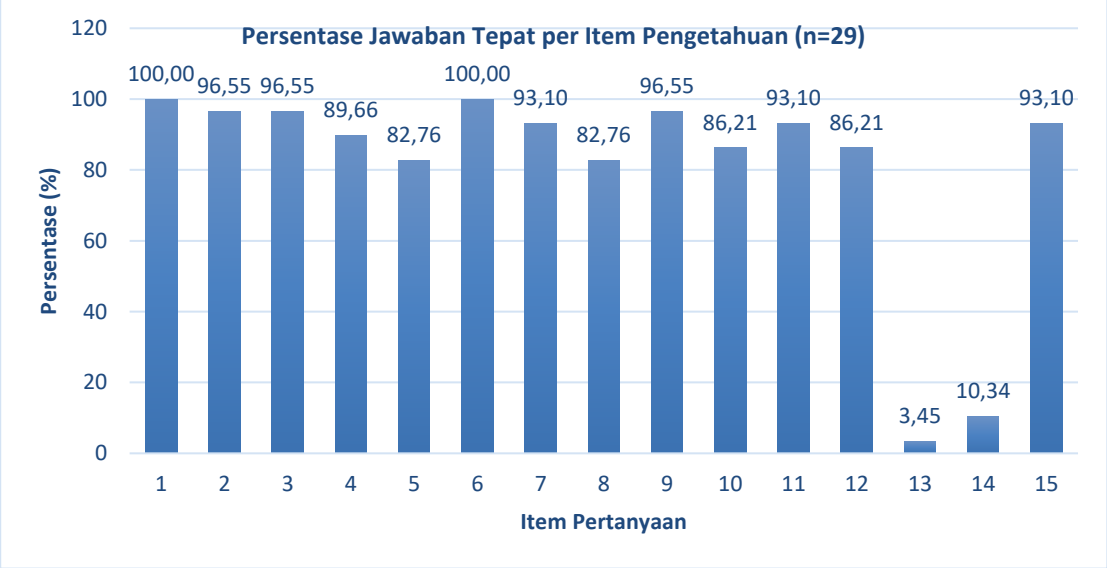
| Aspek | Minimum | Maksimum | Mean | SD | Persentase skor maksimum |
|---|---|---|---|---|---|
| Pengetahuan | 10 | 14 | 12.10 | 0.98 | 80.69% |
| Sikap/praktik kesehatan | 28 | 34 | 31.59 | 1.57 | 78.97% |

Analisis per item memperlihatkan dua pola yang penting untuk program lanjutan. Pertama, sebagian besar konsep dasar telah dipahami dengan baik. Seluruh peserta menjawab tepat pernyataan tentang definisi stunting dan hubungan kurang gizi pada remaja perempuan dengan risiko stunting pada anak yang dilahirkan. Lebih dari 90% peserta juga memberikan jawaban tepat pada item mengenai anemia remaja, perilaku pencegahan, gizi seimbang, dan hubungan kekurangan nutrisi dengan anemia. Temuan

Copyright © 2026 The Author(s)

ini menunjukkan adanya modal kognitif yang dapat digunakan oleh Posyandu Remaja untuk bergerak ke tahap pendampingan yang lebih aplikatif.

Kedua, terdapat kesenjangan yang sangat mencolok pada dua item. Hanya 3,45% peserta memberikan jawaban sesuai kunci pada pernyataan bahwa anak stunting biasanya berasal dari golongan ekonomi bawah, dan hanya 10,34% memberikan jawaban sesuai kunci pada pernyataan bahwa menyebarkan hoaks merupakan sikap remaja yang peduli kesehatan sosial. Pola ini menunjukkan bahwa skor total yang relatif tinggi dapat menyembunyikan miskonsepsi pada topik tertentu. Oleh karena itu, evaluasi Posyandu Remaja sebaiknya tidak hanya menggunakan skor total, tetapi juga meninjau item yang masih bermasalah untuk menentukan materi pendampingan berikutnya.




Gambar 2. Persentase jawaban tepat pada setiap item pengetahuan

Tabel 2. Indikator Utama Respons Sikap dan Praktik Kesehatan

| Pernyataan | Respons S/SS | Interpretasi program |
|---|---|---|
| Konsumsi protein hewani dapat mencegah stunting | 29/29 (100%) | Kesadaran manfaat protein hewani sangat baik |
| Mengonsumsi makanan dengan prinsip gizi seimbang | 29/29 (100%) | Orientasi terhadap gizi seimbang positif |
| Tidak suka melakukan olahraga* | 25/29 (86,21%) | Menjadi titik perhatian perilaku/ketertarikan aktivitas fisik |
| Tidak suka mengonsumsi sayuran* | 27/29 (93,10%) | Menjadi titik perhatian preferensi pangan sehat |
| Menjaga kesehatan sejak remaja menentukan kualitas hidup | 29/29 (100%) | Kesadaran kesehatan jangka panjang sangat baik |
| Melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit/hari | 28/29 (96,55%) | Praktik yang dilaporkan cukup baik |
| Memantau tinggi dan berat badan minimal sebulan sekali | 28/29 (96,55%) | Dukungan terhadap pemantauan pertumbuhan tinggi |
| Melakukan pemeriksaan LILA | 27/29 (93,10%) | Penerimaan deteksi risiko gizi tinggi |
| Pemeriksaan kesehatan di Posyandu Remaja penting | 27/29 (93,10%) | Legitimasi Posyandu Remaja sebagai wahana preventif tinggi |

**Pernyataan negatif; persentase S/SS menunjukkan tantangan yang perlu ditindaklanjuti, bukan respons sehat.*

Pada bagian sikap/praktik, terdapat dukungan kuat terhadap pesan kesehatan utama. Seluruh peserta setuju atau sangat setuju bahwa konsumsi protein hewani dapat

membantu mencegah stunting dan bahwa gizi seimbang perlu diterapkan. Sebagian besar peserta juga menyatakan melakukan aktivitas fisik, memantau tinggi dan berat badan, melakukan pemeriksaan LILA, dan menganggap pemeriksaan kesehatan di Posyandu Remaja penting. Hal tersebut memperkuat potensi Posyandu Remaja sebagai titik temu antara literasi kesehatan dan tindakan preventif di tingkat komunitas.

Namun demikian, respons terhadap dua pernyataan negatif menunjukkan adanya tantangan yang tidak dapat diselesaikan melalui pengetahuan saja. Sebanyak 86,21% peserta setuju atau sangat setuju dengan pernyataan tidak menyukai olahraga, dan 93,10% menyatakan tidak menyukai sayuran. Temuan ini menarik karena pada saat yang sama sebagian besar peserta melaporkan melakukan aktivitas fisik dan mengonsumsi makanan dengan prinsip gizi seimbang. Perbedaan antara pengetahuan, pernyataan praktik, dan preferensi ini menunjukkan perlunya eksplorasi lebih lanjut terhadap motivasi, lingkungan keluarga, akses makanan sehat, serta kegiatan yang membuat perilaku sehat lebih menarik bagi remaja(Biggs dkk., 2021; Jena dkk., 2023; Jiang dkk., 2024; Liu dkk., 2021).

Temuan menjadi lebih bermakna dengan kegiatan pasar gizi. Setelah pemeriksaan, remaja memilih sendiri makanan yang dianggap bergizi dan sesuai selera, termasuk risoles, bikang telang, lumpia moringa, dan kue putu kelor. Pendekatan ini mengubah edukasi dari penyampaian informasi menjadi pengalaman memilih(Miller dkk., 2023; Seccon dkk., 2023). Pasar gizi juga memberi kesempatan kepada fasilitator untuk mendiskusikan alasan peserta memilih makanan tertentu, sehingga preferensi makanan dapat digunakan sebagai pintu masuk untuk pendampingan perilaku. Kegiatan seperti ini relevan dengan temuan bahwa pengetahuan yang relatif baik belum selalu sejalan dengan kesukaan terhadap olahraga dan sayuran.

Tabel 3. Korelasi Skor Pengetahuan dengan Sikap/Praktik Kesehatan

| Variabel 1 | Variabel 2 | $r_s$ | p-value |
|---|---|---|---|
| Pengetahuan | Sikap/praktik kesehatan | 0.174 | 0.366 |

Uji korelasi Spearman menunjukkan hubungan yang lemah dan tidak signifikan antara skor pengetahuan dan skor sikap/praktik kesehatan (r_s=0,174; p=0,366). Hasil ini merupakan temua evaluatif, bukan sebagai bukti bahwa pengetahuan tidak penting. Sebaliknya, temuan tersebut memperlihatkan bahwa setelah program edukasi berjalan, tantangan berikutnya adalah menjembatani pengetahuan dengan kebiasaan yang realistis dan berkelanjutan. Hal ini mendukung pergeseran program dari pendekatan edukasi menuju kesadaran kesehatan dan pendampingan perilaku.

Dibandingkan program tahun 2025, kegiatan 2026 memiliki fokus dan fungsi yang lebih luas. Program sebelumnya menilai perubahan sebelum dan sesudah edukasi dan menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan, sikap, dan perilaku (Nisak dkk., 2025). Pada kegiatan lanjutan ini, evaluasi tidak hanya menggunakan kuesioner, tetapi juga mengintegrasikan pemeriksaan antropometri, tekanan darah, Hb, GDA, dan aktivitas pasar gizi. Instrumen dan waktu pengukuran berbeda sehingga hasil tahun 2025 dan 2026 tidak dibandingkan secara statistik secara langsung. Nilai utama kegiatan 2026 terletak pada kesinambungan program: edukasi menjadi pintu masuk, skrining membantu mengenali kebutuhan kesehatan, dan pasar gizi menjadi latihan untuk menghubungkan pengetahuan dengan pilihan pangan.

Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan berat badan peserta berkisar 28,0-73,2 kg dengan rerata 50,59 kg (SD=12,18), sedangkan tinggi badan berkisar 143,0-170,0 cm dengan rerata 154,46 cm (SD=6,49). Tekanan darah sistolik berkisar 81-132 mmHg dan

Copyright © 2026 The Author(s)

diastolik 54-96 mmHg. Nilai Hb yang tercatat pada 27 peserta memiliki median 13,7 g/dL dengan rentang 10,9-21,0 g/dL. GDA tercatat pada seluruh 29 peserta dengan median 105 mg/dL dan rentang 57-345 mg/dL. Karena lembar pemeriksaan yang tersedia tidak memuat usia dan jenis kelamin peserta serta data LILA tidak tercatat secara numerik pada lembar yang dilampirkan, klasifikasi status gizi dan anemia tidak dilakukan dalam draft ini.

Tabel 4. Hasil Deskriptif Pemeriksaan Kesehatan Remaja

| Pemeriksaan | n | Rerata | SD | Median | Rentang |
|---|---|---|---|---|---|
| BB (kg) | 29 | 50,59 | 12,18 | 49,8 | 28,0-73,2 |
| TB (cm) | 29 | 154,46 | 6,49 | 153,0 | 143,0-170,0 |
| TD sistolik (mmHg) | 29 | 109,83 | 11,66 | 106 | 81-132 |
| TD diastolik (mmHg) | 29 | 75,62 | 9,23 | 76 | 54-96 |
| Hb (g/dL) | 27 | 13,94 | 2,26 | 13,7 | 10,9-21,0 |
| GDA (mg/dL) | 29 | 116,45 | 48,71 | 105 | 57-345 |

Distribusi pemeriksaan memperlihatkan variasi kondisi kesehatan yang cukup lebar. Nilai GDA 345 mg/dL merupakan nilai tertinggi dan jauh berbeda dari sebagian besar hasil lainnya, sedangkan Hb juga menunjukkan rentang yang lebar. Karena pemeriksaan ini bersifat skrining komunitas, hasil yang ekstrem perlu diverifikasi kembali dan ditindaklanjuti oleh tenaga kesehatan sesuai prosedur setempat, bukan digunakan sebagai diagnosis berdasarkan satu kali pengukuran. Integrasi skrining seperti ini memperkuat fungsi Posyandu Remaja karena peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memperoleh gambaran objektif mengenai kondisi kesehatan yang dapat menjadi bahan konseling dan pemantauan berikutnya.




Gambar 3. Rangkaian edukasi, pemeriksaan kesehatan, dan pasar gizi Posyandu Remaja

## Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat lanjutan di Desa Balungtawun pada 16 Juni 2026 menunjukkan bahwa penguatan Posyandu Remaja dapat dikembangkan dari kegiatan edukasi menuju layanan promotif-preventif yang lebih komprehensif. Remaja memiliki capaian pengetahuan gizi dan respons kesehatan yang relatif baik, namun masih ditemukan miskonsepsi dan preferensi yang belum sepenuhnya mendukung perilaku sehat. Pemeriksaan BB, TB, LILA, tekanan darah, Hb, dan GDA menambahkan informasi objektif untuk kebutuhan pemantauan, sementara pasar gizi memberi ruang bagi remaja untuk menerapkan pengetahuan melalui pilihan makanan yang disukai. Hubungan yang lemah antara pengetahuan dan sikap/praktik memperkuat kebutuhan pendampingan berkelanjutan. Program tahun 2026 merupakan kelanjutan dari kegiatan tahun sebelumnya dengan menempatkan Posyandu Remaja sebagai ruang edukasi, skrining, konseling, dan pembelajaran berbasis pengalaman di tingkat desa.

## Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Sidoarjo atas dukungan dan fasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepadaPemerintah Desa Balungtawun, Kecamatan Sukodadi, Kabupaten Lamongan, kader Posyandu Remaja, para remaja peserta kegiatan, serta seluruh pihak yang mendukung keberlanjutan program pengabdian masyarakat. Kegiatan ini terlaksana dengan dukungan pendanaan dari Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi, melalui program hibah pengabdian kepada masyarakat skema Pemberdayaan Desa Binaan Tahun 2026 dengan No. Kontrak 205.13/II.3.AU/14.00/C/PER/IV/2026.

## Referensi

Biggs, B. K., Wilson, D. K., Quattlebaum, M., Kumar, S., Meek, A., & Jensen, T. B. (2021). Examination of Weight-Loss Motivators and Family Factors in Relation to Weight Management Strategies and Dietary Behaviors among Adolescents with Obesity. *Nutrients*, *13*(5), 1729. https://doi.org/10.3390/nu13051729

Calvén, A., Jonsson, K., Wendin, K., & Larsson, C. (2023). Adolescents' attitudes, preferences and perceived behaviours regarding healthy eating and whole grains from a gender and health interest perspective. *Food & Nutrition Research*. https://doi.org/10.29219/fnr.v67.8988

Carrillo-González, A. (2025). The Gap between Health Knowledge and Action: Understanding and Overcoming Psychological Barriers. In *Health Promotion—From Knowledge to Action*. IntechOpen. https://doi.org/10.5772/intechopen.1009802

Ilmiyati, L., Sahab, N. R. M., Harjantini, U., Rafika, M., Bonita, I. A., A, F. R., Illahiyah, P., & Azizah, H. N. (2025). Pemeriksaan Status Gizi dan Konsultasi Gizi sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Remaja. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *5*(5), 745–752. https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i5.615

Jena, S., Parida, J., Panda, A., Behera, S. S., Pradhan, A., Patra, P. K., Pati, S., Kaur, H., & Acharya, S. K. (2023). Knowledge, practices and influencing factors defining unhealthy food behavior among adolescents in India: A scoping review. *Frontiers in Psychology*, *14*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1161319

Jiang, K., Zhang, L., Xie, C., Li, Z., Shi, Z., Sharma, M., & Zhao, Y. (2024). Understanding the Knowledge, Attitudes, and Practices of Healthy Eating among Adolescents in Chongqing, China: An Empirical Study Utilizing Structural Equation Modeling. *Nutrients*, *16*(1), 167. https://doi.org/10.3390/nu16010167

Liu, K. S. N., Chen, J. Y., Ng, M. Y. C., Yeung, M. H. Y., Bedford, L. E., & Lam, C. L. K. (2021). How Does the Family Influence Adolescent Eating Habits in Terms of Knowledge, Attitudes and Practices? A Global Systematic Review of Qualitative Studies. *Nutrients*, *13*(11), 3717. https://doi.org/10.3390/nu13113717

Megasari, A. L., & Siswiyanti, I. (2024). Program Posyandu Remaja untuk Deteksi Dini Status Gizi Anak Usia Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Dempet. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *7*(7), 3131–3140. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i7.15240

Miller, M., Barwood, D., Devine, A., Boston, J., Smith, S., & Masek, M. (2023). Rethinking Adolescent School Nutrition Education Through a Food Systems Lens. *Journal of School Health*, *93*(10), 891–899. https://doi.org/10.1111/josh.13351

Copyright © 2026 The Author(s)

Nisak, U. khoirun, Yulianto, M. R., Natasha, N. I., Bassiroh, A. U., Rosyid, M. A., & Harmiardillah, S. (2025). Dari Pengetahuan ke Perilaku: Transformasi Gizi Sehat Remaja melalui Program Edukasi Berbasis Komunitas. *Jurnal Abdimas Indonesia*, *5*(4), 3232–3239. https://doi.org/10.34697/jai.v5i4.2408

Rachmawati, Y., & Kartika, K. (2024). Edukasi Remaja Sadar Gizi di SMAIT Peradaban Al Izzah Kota Sorong. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *7*(3), 1101–1110. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13180

Risti, K. N., Pamungkasari, E. P., & Suminah, S. (2021). Relationship of peer influence and family eating habits on healthy food choices in overweight adolescents in Surakarta. *Media Gizi Indonesia,* 16(2), 124–129. https://doi.org/10.20473/mgi.v16i2.124-129

Seccon, E. Z., Cardoso, T. de M., Quincozes, A. L. dos S., Bellinaso, L. C., Leon, M. M., Oliveira, R. S., Machado, T. G. M., & Schirmann, G. da S. (2023). Projeto interdisciplinar: Educação alimentar e nutricional para adolescentes. *Revista Foco,* 16(3), Article e1285. https://doi.org/10.54751/revistafoco.v16n3-048

Zukhra, R. M., Putri, S. A., Putri, F., Khairiyah, P. A., Rendi, G., Alamsyah, Q., Ananda, S. A., Aprianto, A., Putri, A. A., & Adesyahpuri, D. (2024). Pemberdayaan Remaja SMA dalam Pemantauan Status Gizi melalui Edukasi dan Demonstrasi Gizi Seimbang sebagai Upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* (PKM), 7(12), 5181–5193. https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i12.18029