

Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Putri Pada Siswi Kelas VII SMPN 14 Kota Pekanbaru Tahun 2023

Anugerah Humairah¹, Shelly Puspa Anggraini², Idri Iqra Fikha³
STIKes Pekanbaru Medical Center

INFORMASI ARTIKEL	A B S T R A K
Diajukan : 20 Desember 2023 Diterima : 01 Januari 2024 Dipublikasi : 31 Januari 2024	<p>Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang mana rentang usia 10-19 tahun, masa tersebut membentuk pondasi kehidupan reproduksinya. Data Riskesdas 2018 menggambarkan provinsi Riau adalah salah satu provinsi dengan prevalensi status gizi (IMT/U Z-Skor) pada remaja usia 13-15 tahun sangat kurus 2,68%. Sedangkan untuk di Kota Pekanbaru prevalensi status gizi (IMT/U Z-Skor) pada remaja usia 13-15 tahun sangat kurus 3,69%. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran status gizi bagi remaja putri serta faktor-faktor yang berpengaruh.</p>
KEYWORD	<p>Metodelogi penelitian ini menggunakan desain “crosssectional” Populasi penelitian adalah siswi kelas VII SMPN 14 Pekanbaru. Dari 111 orang yang berhasil di data 92 orang, sampel penelitian sama dengan populasi. Tehnik pengambilan sampel secara purporsiv. Penelitian dilaksanakan dari bulan April sampai September 2023.</p>
Gizi, IMT/U, Remaja Putri	<p>Hasil penelitian menunjukkan masih ditemukan status gizi remaja putri < normal 29,3%, pendidikan ibu < SLTP 82,6%, Pekerjaan Ayah sebagian besar non PNS 98,9%. Pendapatan < UMR sebanyak 88%, Pola makan siswi < 3 kali dalam sehari 55,4%. Pengetahuan siswi kurang tentang gizi remaja sebanyak (90,2%). Ada hubungan bermakna antara pendapatan dengan status gizi 0,694 artinya pendapatan orang tua dapat mencegah status gizi < normal. Ada hubungan antara pengetahuan dengan keadaan gizi remaja putri OR 1,5 artinya siswi dengan pengetahuan kurang tentang gizi remaja berisiko 1,5 kali lipat mengalami gizi kurang Kepada pihak sekolah disarankan dapat menyampaikan informasi formal melalui mata pelajaran terkait disekolah, mendatangkan nara sumber, serta menyebarluaskan informasi gizi bagi remaja putri melalui buku saku, brosur, leaflet, poster. Kepada puskesmas diharapkan dapat memberikan penyuluhan gizi remaja, menyebarluaskan informasi tentang status gizi remaja putri melalui poster, brosur, leaflet, dan melakukan kegiatan rutin penjangkaran kesehatan terhadap remaja putri, melalui pengukuran BB, TB berkala, dan bila memungkinkan memberikan Makanan Tambahan dan Tablet Tambah Darah bekerjasama dengan komite sekolah, Puskesmas dan Dinas Kesehatan setempat.</p>
KORESPONDENSI E-mail: Nunuk90@gmail.com	
SITASI : Anugerah Humairah ¹ , Shelly Puspa Anggraini ² , Idri Iqra Fikha ³ . 2024. “Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Putri Pada Siswi Kelas VII SMPN 14 Kota Pekanbaru Tahun 2023”. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), 3 (1), 12—18.	

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), 2014 remaja merupakan peralihan dari anak-anak ke dewasa yang awal dari usia 10 tahun sampai pada usia 19 tahun, masa tersebut membentuk pondasi kehidupan reproduksinya. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun. Selain itu, Badan

Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Widastuti, 2019).

WHO (2023) menyatakan jumlah penduduk didunia sekitar 7,2 miliar orang, lebih dari 3 miliar orang berusia dibawah 25 tahun dan 1,2 miliar penduduk tersebut

RESEARCH**OPEN ACCES**

merupakan remaja yang berusia 10-19 tahun atau setara dengan 18% dari populasi penduduk di dunia. Sedangkan menurut hasil sensus penduduk tahun 2023 melalui Badan Pusat Statistik (BPS) Nasional Indonesia diperoleh data penduduk Indonesia sebanyak 278,8 juta jiwa, dengan prevalensi remaja pada rentang usia 10-19 tahun sebanyak 44,25 juta jiwa. Remaja putri di Provinsi Riau sebanyak 562.472 orang (BPS Riau, 2023). Remaja putri di Kota Pekanbaru berjumlah 158.624 orang (BPS Pekanbaru, 2020). Data diatas menunjukkan bahwa jumlah remaja yang tergolong tinggi di Indonesia dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

Remaja Perempuan merupakan kelompok yang rawan, dan perlu diperhatikan status gizinya, mengingat percepatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh remaja memerlukan energi dan zat gizi lain yang lebih banyak. Dengan demikian remaja harus memperoleh asupan bahan makanan yang sesuai dengan kebutuhannya untuk mendukung proses metabolisme tubuh. Asupan makan secara langsung mempengaruhi status gizi seseorang, namun masih banyak ditemui pada remaja putri yang asupan makannya belum sesuai dengan kebutuhan. Status gizi secara umum merupakan kondisi tubuh yang muncul akibatnya adanya keseimbangan antara konsumsi dan pengeluaran zat gizi.

Data Riskesdas 2018 menggambarkan provinsi Riau adalah salah satu provinsi dengan prevalensi status gizi (IMT/U Z-Skor) pada remaja usia 13-15 tahun sangat kurus 2,68%. Sedangkan untuk di Kota Pekanbaru prevalensi status gizi (IMT/U Z-Skor) pada remaja usia 13-15 tahun sangat kurus 3,69%. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Indah dkk (tahun 2014) di kecamatan Rajeg Tangerang diketahui bahwa; berdasarkan hasil pengukuran (IMT/U) sebanyak 11,3% anak

sekolah dasar tergolong sangat kurus dan kurus sebesar (6,5%). Setelah ditelusuri rata-rata IMT pada siswi SMPN 14 Pekanbaru kelas VII tahun 2023 rata-rata 18,4 (Gizi dibawah Normal) Normal ; 18,50- 24,99). Berdasarkan data-data tersebut, maka peneliti tertarik untuk menganalisis lebih lanjut tentang faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan rendahnya status gizi remaja putri di sekolah tersebut. Hasil survei pendahuluan diketahui jumlah remaja putri kelas VII =111 orang, kelas VIII=104 orang, jadi total remaja Putri di SMPN 14 Pekanbaru =205 orang.

Dari data tersebut penulis akan menganalisis remaja putri Kelas VII dengan status gizi baik dan kurang serta faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kondisi status gizi remaja di sekolah tersebut. Permasalahan yang ada “Belum diketahuinya faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja putri di SMPN 14 Pekanbaru tahun 2023”.

Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Remaja Putri, pada siswi SMPN 14 Pekanbaru tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan design penelitian Survei Analitik Crosssectional yang merupakan suatu penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mempelajari adanya suatu dinamika korelasi (hubungan) antara faktor resiko dengan efek yang dilakukan dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Penelitian crosssectional ini merupakan metode penelitian yang paling lemah bila dibandingkan dengan penelitian-penelitian yang lain karena penelitian ini paling mudah dilakukan dan sangat sederhana. (Imron, 2010; Notoadmodjo 2018; Sumantri, 2011). Lokasi penelitian di SMPN 14 Pekanbaru. Waktu

RESEARCH
OPEN ACCES

penelitian dilaksanakan sejak bulan April sampai dengan September 2023. Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Pada penelitian ini objek penelitiannya adalah seluruh remaja putri siswi SMPN 14 Pekanbaru sebanyak 111 orang. Namun pada saat pendataan yang berhasil di data 92 orang siswi. Sampel penelitian ini sama dengan populasi. Tehnik pengambilan sampel secara Purposive didasarkan pada pertimbangan tertentu.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengumpulkan data primer, dengan menggunakan quesioner yang telah disediakan sebelumnya. Untuk data tentang status gizi dilakukan pengukuran BB dan TB, kemudian dihitung IMT/U untuk menentukan status gizi remaja putri, kegiatan dilaksanakan bersama dengan pengelola program gizi dan UKS puskesmas Sail data penelitian melalui proses editing, scoring, coding, entry data dan tabulasi data. Keseluruhan variabel dibuat standarisasi dengan pemberian kode di setiap item pertanyaan data diolah dan dianalisis secara univariat, bivariat dan multivariat dengan uji chi-square test dengan melihat 95% Confidence Interval (CI) dan nilai $p < 0,05$.

HASIL

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja putri tentang “Analisis faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja putri pada siswi kelas VII SMPN 14 Pekanbaru tahun 2023”, Jumlah siswi kelas VII pada data awal berjumlah 111 orang siswi , pada saat pendataan dan pengukuran diperoleh data 92 orang siswi, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

A. Analisis Univariat

Hasil analisis univariat terhadap variabel yang diteliti pada Siswi kelas VII SMPN 14 Pekanbaru Tahun 2023 dapat diuraikan berikut :

1. Status Gizi Remaja Putri

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Respon Berdasarkan Status Gizi

No	Status Gizi Remaja Putri	Frekuensi (F)	Presentase (P)
1.	< Normal	27	29,3
2.	≥ Normal	65	70,7
Total		92	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa masih ditemukannya status gizi remaja putri < normal sebanyak 27 responden (29,3%)

2. Pendidikan Ibu

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

No	Pendidikan Ibu	Frekuensi	%
1.	< SLTP	76	82,6
2.	≥ SLTP	16	17,4
Total		92	

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan ibu < SLTP sebanyak 76 responden (82,6%).

RESEARCH

OPEN ACCES

3. Pekerjaan Orang Tua

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

No	PendidikanIbu	Frekuensi	%
1.	Non PNS	91	98,9
2.	PNS	1	1,1
Total		92	

Tabel 3 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya pekerjaan orang tua siswi non PNS sebanyak 91 responden (98,9%).

4. Pendapatan Orang Tua

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

No	Pendapatan Orang Tua	Frekuensi	%
1.	< UMR	81	88
2.	≥ UMR	11	12
Total		92	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar pendapatan orang tua siswi < UMR sebanyak 81 responden (88%).

5. Pola Makan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan

No	Pola Makan	Frekuensi	%
1.	< 3 Kali	51	55,4
2.	≥ 3 Kali	41	44,6
Total		92	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya pola makan siswi < 3 kali dalam sehari sebanyak 51 responden(55,4%)

6. Pengetahuan Gizi

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Gizi Remaja

No	Pengetahuan Gizi Remaja	Frekuensi	%
1.	Kurang	83	90,2
2.	Baik	9	9,8
Total		92	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya pengetahuan siswi kurang tentang gizi remaja sebanyak 83 responden (90,2%).

PEMBAHASAN

1. Status Gizi

Status gizi remaja ditentukan dari keadaan tubuh remaja yang dihitung berdasarkan IMT/U yang kategorinya (sangat kurus, kurus, normal, gemuk dan obesitas) berdasarkan Kemnterian Kesehatan (2020) tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak dan Remaja. Menurut Putra dkk (2018), status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Dari hasil analisis data univariat diketahui bahwa masih ditemukannya status gizi remaja putri < normal sebanyak 27 responden (29,3%).

Angka ini lebih tinggi dari angka prevalensi Gizi nasional. Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi kurus pada remaja umur 13-15 tahun adalah 11,1 persen terdiri dari 3,3 persen sangat kurus dan 7,8 persen kurus. Peraturan Menteri Kesehatan No 23 Tahun 2014 disebutkan bahwa Upaya perbaikan gizi dilakukan pada seluruh siklus kehidupan sejak kandungan sampai dengan

RESEARCH**OPEN ACCES**

lanjut usia, dengan prioritas pada kelompok rawan (bayi/balita, re

maja perempuan, ibu hamil dan menyusui).

2. Pendidikan Ibu

Hasil analisis diketahui bahwa sebagian besar pendidikan ibu < SLTP sebanyak 76 responden (82,6%). Hasil analisis dari jumlah sampel 92 responden didapatkan siswi dengan status gizi < normal proporsinya lebih tinggi pada kelompok pendidikan ibu < SLTP (31,6%), dibandingkan dengan status gizi < normal pada kelompok pendidikan ibu \geq SLTP (18,7%). Namun Dari hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan nilai $P = 0,522 \geq \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima, H_a ditolak. Dari analisa dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan ibu dengan status gizi remaja putri.

Hasil ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Irwan Dwi Febrianto, bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orangtua berhubungan positif dengan status gizi anak. Artinya makin tinggi tingkat pendidikan orangtua maka semakin baik status gizinya. Besar sumbangan tingkat pendidikan orangtua adalah 9,115%, sedangkan nilai korelasinya sebesar 0,590. Idealnya Orang tua dengan pendidikan tinggi akan lebih memahami bagaimana memberikan yang terbaik buat anaknya, termasuk memperhatikan status gizi anak. Pada penelitian ini tidak ditemukan hubungan dimungkinkan karena proporsi pendidikan <SLTP lebih besar, dan proporsi \geq SLTP nya lebih kecil.

3. Pekerjaan Orang Tua

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa hampir seluruhnya pekerjaan orang tua

siswi non PNS sebanyak 91 responden (98,9%). Dari jumlah sampel 92 responden didapatkan siswi dengan status gizi < normal proporsinya lebih tinggi pada kelompok pekerjaan orang tua non PNS (29,7%), dibandingkan dengan status gizi < normal pada kelompok pekerjaan orang tua PNS (0%). Pekerjaan orang tua berhubungan erat dengan status sosial ekonomi.

Status sosial ekonomi berkaitan erat juga dengan kemampuan membeli makanan yang tidak hanya mencukupi, tapi juga memiliki kualitas dan kandungan gizi yang cukup baik. Kondisi sosial ekonomi yang sederhana memicu seseorang untuk memenuhi kebutuhan makanan seadanya, sehingga berdampak buruk terhadap status gizi. Namun dari Hasil analisis lanjut uji statistik *Chi-square* menggunakan fisher's exact test dengan nilai $P = 1,000 \geq \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima, H_a ditolak. Dari analisa dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pekerjaan orang tua dengan status gizi remaja putri

4. Pendapatan Orang Tua

Hasil analisis dari jumlah sampel 92 responden didapatkan siswi dengan status gizi < normal proporsinya lebih tinggi pada kelompok pendapatan orang tua < UMR (28,4%), dibandingkan dengan status gizi remaja putri < normal pada kelompok pendapatan orang tua \geq UMR (36,4%). Dari hasil uji statistik *Chi-square* menggunakan continuity correction dengan nilai $P = 0,037 \leq \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak, H_a diterima.

Dari analisa di atas maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pendapatan orang tua dengan status gizi remaja putri. Pada data didapatkan nilai OR (*Odds Ratio*) yaitu 0,694 yang artinya artinya

RESEARCH**OPEN ACCES**

pendapatan orang tua dapat mencegah terjadinya status gizi < normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Irwan Dwi Febrianto yang mengemukakan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat penghasilan orangtua dengan status gizi anak. Besarnya sumbangan tingkat penghasilan orangtua adalah sebesar 42,105% dan nilai korelasi sebesar 0,649. Semakin tinggi tingkat penghasilan orangtua, maka semakin baik pula status gizi anak, sebaliknya semakin rendah tingkat penghasilan orangtua, semakin kurang baik pula status gizi anak.

5. Pola Makan

Hasil analisis dari jumlah sampel 92 responden didapatkan siswi dengan status gizi < normal proporsinya lebih tinggi pada kelompok pola makan < 3 kali dalam sehari (35,3%), dibandingkan dengan status gizi < normal pada kelompok pola makan \geq 3 kali dalam sehari (22%). Hasil ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustian ipa bahwa ditemukan pola makan kurang sebanyak 24 responden (33.3%), sedangkan 48 responden pola makan cukup (66.7%) memiliki status gizi normal. Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Indah Suci dkk diketahui bahwa masih ditemukan pola makan kurang dari 3 kali sehari. (42,7%).

Salah satu faktor yang memiliki pengaruh besar terhadap perubahan pola makan remaja ialah semakin banyaknya jenis makanan baru yang berada disekitarnya, hal tersebut mendorong mereka untuk mencoba makanan baru tersebut, mengingat masa remaja adalah masa yang paling mudah terpengaruh oleh perubahan-perubahan terutama dalam hal konsumsi makanan. Para remaja cenderung memilih makanan yang instan yang bisa diperoleh dengan harga terjangkau namun

kadar gizi makanannya masih dipertanyakan. Namun Dari hasil uji statistik *Chi-square* menggunakan *continuity correction* dengan nilai $P = 1,361 \geq \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima, H_a ditolak.

Dari analisis dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pola makan dengan status gizi remaja putri.

6. Pengetahuan Gizi

Pengetahuan tentang gizi hampir seluruhnya pengetahuan siswi kurang tentang gizi remaja sebanyak 83 responden (90,2%). Hasil analisis lanjut menunjukkan dari jumlah sampel 92 responden didapatkan siswi dengan status gizi < normal proporsinya lebih tinggi pada kelompok siswi dengan pengetahuan kurang tentang gizi remaja (30,1%), dibandingkan dengan status gizi < normal pada kelompok pengetahuan baik tentang gizi remaja (22,2%). Hasil uji statistik *Chi-square* menggunakan *continuity correction* dengan nilai $P = 0,012 \leq \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak, H_a diterima.

Dari analisa disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang gizi remaja dengan status gizi remaja putri. Pada data didapatkan nilai OR (*Odds Ratio*) yaitu 1,509 yang artinya siswi dengan pengetahuan kurang tentang gizi remaja berisiko 1,5 kali lipat untuk memiliki status gizi < normal dibandingkan siswi dengan pengetahuan baik tentang gizi remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Deni Yuliansyah yaitu diperolehnya pengetahuan gizi kurang sebanyak 46.5%. Hasil analisis lanjut didapatkan OR = 1.368 artinya bahwa pengetahuan gizi yang kurang mempunyai risiko terjadinya asupan protein kurang 1.3 kali lebih besar dibandingkan dengan pengetahuan gizi baik.

RESEARCH

SIMPULAN

1. Masih ditemukan status gizi remaja putri < normal sebanyak 27 responden (29,3%).
2. Sebagian besar pendidikan ibu < SLTP sebanyak 76 responden (82,6%).
3. Hampir seluruhnya pekerjaan orang tua siswi non PNS sebanyak 91 responden (98,9%).
4. Sebagian besar pendapatan orang tua siswi < UMR sebanyak 81 responden (88%).
5. Lebih dari setengahnya pola makan siswi < 3 kali dalam sehari sebanyak 51 responden (55,4%).
6. Hampir seluruhnya pengetahuan siswi kurang tentang gizi remaja sebanyak 83 responden (90,2%).
7. Tidak ditemukan hubungan bermakna antara Pendidikan ibu, Pekerjaan orang tua, Pola makan siswi dan Upaya Diet dengan status gizi remaja putri pada siswi kelas VII SMPN 14 Pekanbaru tahun 2023.
8. Ada hubungan bermakna antara pendapatan orang tua dengan status gizi remaja putri pada siswi kelas VII SMPN 14 Pekanbaru tahun 2023. Hasil penelitian didapatkan nilai OR (Odds Ratio) yaitu 0,694 yang artinya pendapatan orang tua dapat mencegah status gizi < normal.
9. Ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan status gizi remaja putri pada siswi kelas VII SMPN 14 Pekanbaru tahun 2023. Pada data didapatkan nilai OR (Odds Ratio) yaitu 1,509 yang artinya siswi dengan pengetahuan kurang tentang gizi remaja berisiko 1,5 kali lipat untuk mengalami status gizi kurang dari Normal

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Badan Pusat Statistik (BPS). (2023). BPS: 278,8 juta Penduduk Indonesia Hasil SP2023.

- (2) Badan Pusat Statistik (BPS). (2023). BPS: Jumlah Penduduk Provinsi **OPEN ACCESS** Kelompok Umur dan Jenis Kelamin (Jiwa) tahun 2023.
- (3) Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). Jumlah Penduduk Kota Pekanbaru menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin (Jiwa) tahun 2018-2020.
- (4) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Nasional Riskesdas [Internet]. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta; 2018. p. 198. Available from: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- (5) Hasdianah, Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet dan Obesitas, Nuha Medika, Yogyakarta, 2014.
- (6) Imron, Moch , Munif, Amrul. Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan. Jakarta, 2010.
- (7) Indah Suci dkk, Indonesian Journal of Human Nutrition. Desember 2014, Vol 1 no 2: 135-148.
- (8) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan Indonesia; 2020.
- (9) Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2014. Tentang Upaya Perbaikan gizi.
- (10) Notoatmodjo Soekidjo. Metodologi Penelitian kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta, 2018.
- (11) Putra, Syafira, Mauliyda, Afandi, Wahyuni. 2018. Kebiasaan Sarapan pada Mahasiswa Aktif. HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT, HIGEIA 2 (4) (2018), <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- (12) Sumantri, Arif. Metodologi Penelitian Kesehatan. Kencana Prenada Media Group. Jakarta, 2011.
- (13) Widastuti. (2019). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja: Bagaimana Menyikapinya?. <http://www.halalsehat.com>