

## **LITERATURE REVIEW : PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PERILAKU HIDUP SEHAT PADA REMAJA**

Hunafa Fitria Ningrum<sup>1</sup>, Larasati<sup>2</sup>, Laurencia Meilinda Putri<sup>3</sup>, Wahyudi<sup>4</sup>

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia <sup>1,2,3,4</sup>

Email: [hunafptk2016@gmail.com](mailto:hunafptk2016@gmail.com)<sup>1</sup>, [larassekura1@gmail.com](mailto:larassekura1@gmail.com)<sup>2</sup>, [meilindalaurencia@gmail.com](mailto:meilindalaurencia@gmail.com)<sup>3</sup>

| Informasi                                                                          | Abstract                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Volume : 2<br>Nomor : 12<br>Bulan : Desember<br>Tahun : 2025<br>E-ISSN : 3062-9624 | <p><i>Adolescence is a vulnerable phase to lifestyle influences, one of which is the habit of consuming fast food (junk food), which can have a negative impact on health. Health education plays a crucial role in increasing adolescents' knowledge and awareness of the importance of healthy eating. This article uses a literature review method to describe research findings that examine the influence of health education on adolescents' healthy lifestyle behaviors, particularly in dietary aspects. Articles were collected from Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect with a publication year range of 2021–2025. Inclusion criteria included articles in both Indonesian and English that discussed health education and adolescent lifestyle behaviors. Exclusion criteria included articles that were irrelevant to the topic, were opinion pieces or editorials, lacked clear methods and results, were not available in full text, or were published outside the publication year range. Based on the review results, health education has been proven effective in improving adolescents' knowledge, attitudes, and behaviors in reducing junk food consumption and establishing healthier eating habits from an early age.</i></p> |

**Keyword:** health education, adolescents, junk food, healthy lifestyle

### **Abstrak**

Masa remaja merupakan fase yang rentan terhadap pengaruh gaya hidup, salah satunya kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji (junk food) yang dapat berdampak negatif pada kesehatan. Edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pentingnya pola makan sehat. Artikel ini menggunakan metode literature review untuk mendeskripsikan hasil studi yang membahas pengaruh edukasi kesehatan terhadap perilaku hidup sehat remaja, khususnya dalam aspek pola makan. Artikel dikumpulkan dari Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect dengan rentang tahun publikasi 2021–2025. Kriteria inklusi meliputi artikel berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris yang membahas edukasi kesehatan dan perilaku gaya hidup remaja. Sedangkan kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak relevan dengan topik, berupa opini atau editorial, tidak memiliki metode dan hasil yang jelas, tidak tersedia dalam teks lengkap, atau diterbitkan di luar rentang tahun publikasi. Berdasarkan hasil telaah, edukasi kesehatan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja dalam mengurangi konsumsi junk food serta membentuk kebiasaan makan yang lebih sehat sejak dini.

**Kata Kunci:** edukasi kesehatan, remaja, junk food, gaya hidup sehat.

### **A. PENDAHULUAN**

Masa remaja, yang berada pada rentang usia 10-19 tahun, merupakan periode perkembangan penting dalam kehidupan manusia. Pada fase ini, remaja mengalami

perubahan signifikan dalam aspek fisik, mental, emosional, dan sosial, sehingga membutuhkan asupan gizi yang optimal untuk menunjang pertumbuhan. Menurut (Oktavianty et al. 2024) dalam 10 tahun terakhir, Indonesia menghadapi peningkatan prevalensi masalah gizi pada remaja, khususnya kasus overweight dan obesitas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan RI, proporsi remaja yang mengalami obesitas menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya. Kondisi ini menjadi perhatian serius karena obesitas pada usia muda dapat berlanjut hingga dewasa dan meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi, dan penyakit jantung. (Kementerian Kesehatan RI 2023)

Salah satu penyebab utama meningkatnya kasus obesitas pada remaja adalah pergeseran pola hidup ke arah yang tidak sehat. Remaja cenderung memilih makanan cepat saji (junk food) karena dianggap praktis, memiliki cita rasa yang kuat, serta dipengaruhi oleh gaya hidup modern dan promosi yang masif melalui media digital. Makanan jenis ini umumnya tinggi kalori, lemak jenuh, garam, dan gula, namun rendah vitamin, mineral, serta serat. Konsumsi berlebih tanpa diimbangi dengan aktivitas fisik yang memadai menyebabkan ketidakseimbangan energi, yang berujung pada penambahan berat badan. (Nadila et al. 2024)

Selain faktor pola makan, kemajuan teknologi juga berdampak terhadap penurunan aktivitas fisik. Remaja lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar handphone, televisi, atau komputer dibandingkan melakukan kegiatan fisik. Gaya hidup seperti ini menyebabkan rendahnya pembakaran energi harian dan memperburuk risiko obesitas. Pola hidup yang demikian menunjukkan bahwa perilaku remaja Indonesia masih jauh dari prinsip hidup sehat yang ideal. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya sistematis berupa edukasi kesehatan yang mampu menanamkan pemahaman, kesadaran, dan kebiasaan hidup sehat sejak dini. (Nadila et al. 2024)

Meskipun satu diantara penelitian lain telah mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan gizi, aktivitas fisik, dan risiko obesitas pada remaja, sebagian besar studi tersebut masih bersifat deskriptif dan dilakukan pada populasi terbatas. Menurut (Sitorus, Tresnawan, and Susilawati 2023) hingga kini belum terdapat literature review yang secara sistematis dan komprehensif mengkaji efektivitas program edukasi kesehatan dalam membentuk perilaku hidup sehat remaja, khususnya dalam mengurangi konsumsi junk food dan meningkatkan aktivitas fisik. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian dalam memahami model edukasi kesehatan yang efektif dan dapat diterapkan secara luas di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan literatur yang mampu

memberikan gambaran utuh tentang pengaruh edukasi kesehatan terhadap perubahan perilaku remaja menuju gaya hidup sehat. (Lestari, Andri, and Arwati 2025)

Artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan hasil dari penelitian terdahulu mengenai pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan perilaku hidup sehat pada remaja. Fokus utama kajian ini adalah untuk mengevaluasi sejauh mana program edukasi kesehatan efektif dalam menurunkan tingkat konsumsi junk food serta mendorong peningkatan aktivitas fisik pada remaja. Melalui hasil literature review ini, diharapkan dapat diperoleh rekomendasi berbasis bukti yang bermanfaat bagi pihak sekolah, tenaga kesehatan, dan pembuat kebijakan dalam merancang strategi promosi kesehatan yang efektif bagi remaja.

## **B. METODE PENELITIAN**

Jenis artikel ini menggunakan metode penelitian deskriptif yaitu metode yang bermaksud untuk mendeskripsikan suatu peristiwa yang dilakukan secara sistematis dan lebih menekankan data faktual dari pada penyimpulan. Ulasan ini tidak bermaksud untuk mencari hubungan ataupun pengaruh hanya memaparkan informasi mengenai prevalensi dan distribusi. Desain yang dipergunakan pada artikel ini adalah *Literatur Review* atau sering disingkat SLR dalam bahasa Indonesia disebut tinjauan pustaka sistematis yaitu metode literatur review yang mengidentifikasi, menilai, dan menginterpretasi seluruh temuan-temuan pada suatu topik penelitian, untuk menjawab pertanyaan penelitian(research question) yang telah ditetapkan sebelumnya.

Data yang digunakan dalam artikel ini adalah data sekunder. Data sekunder merupakan data yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung akan tetapi data tersebut diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder dalam artikel ini berupa jurnal yang dicari melalui situs pencarian Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect. Terdapat 12 jurnal yang telah dibahas dan dikerjakan di bab selanjutnya. Kata kunci yang digunakan dalam hasil yang telah dibahas adalah Gambaran Gaya Hidup Sehat. Jurnal yang memuat hasil penelitian terkait dengan Gambaran Gaya Hidup Sehat yang dipublikasikan antara tahun 2021 sampai tahun 2025.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil dari analisis jurnal peneliti menemukan 12 jurnal pendukung untuk memperkuat *literature review* ini, dari 12 jurnal yang ditemukan maka dianalisis sesuai dengan karakteristik dan komponennya. Hasil penelitian yang disajikan terbagi menjadi dua

tabel yang akan menempatkan mengenai jurnal yang dilakukan kajian literatur. Tabel 1 akan menampilkan *screening* dokumen meliputi, Tahun Terbit Artikel, Nama Jurnal, dan Jumlah artikel yang ditinjau. Setelahnya Tabel 2 akan menampilkan mengenai hasil analisis kajian literatur meliputi Nama Penulis, Desain Penelitian, dan Hasil Penelitian. Adapun Tabel 1 dapat dilihat di bawah ini.

**Tabel 1.** Publikasi Jurnal Terindeks Tahun Nama Jurnal Jumlah Artikel Jenis Terbitan

| Tahun | Nama Jurnal                                                                        | Jumlah Artikel |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 2025  | Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer                                          | 1              |
| 2024  | Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)                                               | 1              |
| 2021  | Jurnal Riset Gizi (JRG)                                                            | 1              |
| 2025  | Jurnal Abdi Insani                                                                 | 1              |
| 2022  | Jurnal Abdimas BSI                                                                 | 1              |
| 2024  | Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan                     | 1              |
| 2025  | Jurnal Media Akademik (JMA)                                                        | 1              |
| 2024  | Jurnal Edukasi Citra Olahraga ( JECO )                                             | 1              |
| 2025  | VEOMPUH Journal Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat                                | 1              |
| 2024  | Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi (JIG)                                               | 1              |
| 2024  | Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community (Gojhes) | 1              |
| 2024  | Jurnal Ilmiah Gizi dan Kesehatan ( JIGK)                                           | 1              |

Setelah dipaparkan tabel 1 yang menjelaskan tentang Tahun Terbit Jurnal, Nama Jurnal serta jumlah artikel, selanjutnya tabel 2 di bawah akan mengungkapkan mengenai nama penulis, metode penelitian serta temuan hasil penelitian yang berkaitan dengan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, termasuk aspek gizi). Untuk mempermudah pencapaian hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.** Tabel Hasil Analisis Artikel Penelitian

| No. | Penulis                                    | Metode                                                           | Temuan Hasil Penelitian                                                                                                   |
|-----|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | (Yusri et al. 2025)                        | Kuantitatif - Pre-Eksperimen (One Group Pretest-Posttest Design) | Pendidikan kesehatan gizi efektif dan signifikan meningkatkan pengetahuan remaja awal (terkait pemenuhan kebutuhan gizi). |
| 2   | (Munir et al. 2024)                        | Kuantitatif - Quasi-Eksperimen (Quasi-Experiment)                | Program edukasi gizi secara signifikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi seimbang pada remaja.      |
| 3   | (Kurniasari, Mintarsih, and Yuniarti 2021) | Kuantitatif - Quasi-Eksperimen (Quasi-Experiment)                | Edukasi gizi dengan media E-Booklet lebih efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja obesitas                      |

|    |                                          |                                      |                                                                                                                                                                                               |
|----|------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                          |                                      | dibandingkan dengan metode ceramah saja.                                                                                                                                                      |
| 4  | (Chahyanto and Hasfika 2025)             | Pengabdian Kepada Masyarakat         | Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi gizi seimbang dengan program "Isi Piringku" untuk mencegah masalah gizi pada remaja.                                                                |
| 5  | (Sumarwati et al. 2022)                  | Pengabdian Kepada Masyarakat         | Pendidikan kesehatan membantu remaja akhir memilih gaya hidup sehat dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam melaksanakannya.                                                           |
| 6  | (Permatasari, Ardita, and Prasetya 2024) | Kuantitatif (pre-post test)          | Tujuan kegiatan adalah menyadarkan remaja akan upaya menjaga kesehatan tubuh dengan mengurangi konsumsi fast food.                                                                            |
| 7  | (Aminullah and Rahmawati 2025)           | Kualitatif-Deskriptif                | Pengaruh konten edukasikesehatan di akun Instagram (berdampak sangat signifikan terhadap remaja dalam hal hidup sehat.                                                                        |
| 8  | (Laudasarni et al. 2024)                 | Kuantitatif - Observasional Analitik | Hasil literature review menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa SMP.                                              |
| 9  | (Raazaaq et al. 2025)                    | Pengabdian Kepada Masyarakat         | Metode ceramah interaktif dan permainan edukatif efektif meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).                                                     |
| 10 | (Wangi 2024)                             | Kuantitatif - Observasional Analitik | Penelitian bertujuan menentukan hubungan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi junk food dengan status gizi siswa.                                                                   |
| 11 | (Tazkiah et al. 2024)                    | Kuantitatif - Observasional Analitik | Penelitian ini menganalisis hubungan antara niat, sikap, norma subjektif, dan kontrol diri dengan frekuensi konsumsi junk food pada remaja di Kalimantan Selatan.                             |
| 12 | (Nikmah 2024)                            | Kualitatif                           | Pengetahuan remaja terhadap fast food dan junk food dilaporkan sangat tinggi. Penelitian ini juga mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi remaja lebih suka mengonsumsi fast food dan |

|  |  |  |            |
|--|--|--|------------|
|  |  |  | junk food. |
|--|--|--|------------|

## Pembahasan

Pembahasan artikel ini menafsirkan temuan yang diperoleh dari analisis sintesis dua belas artikel terkait pendidikan kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada remaja. Secara keseluruhan, studi-studi intervensi (*quasi-eksperimen* dan *pre-eksperimen*) menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan pengetahuan dan praktik gizi seimbang yang signifikan setelah diberikan edukasi (Munir et al. 2024).

Hal ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan komponen mendasar dalam membentuk perilaku, karena individu yang memahami prinsip kesehatan seperti Pedoman Gizi Seimbang cenderung lebih siap menerima perubahan perilaku dalam (Chahyanto and Hasfika 2025). Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pendidikan kesehatan berperan sebagai sarana strategis dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat, yang esensinya adalah kesadaran untuk menolong diri sendiri di bidang kesehatan. (Laudasarni et al. 2024)

Pendidikan kesehatan terbukti tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memengaruhi cara remaja mencari dan mengolah informasi kesehatan. Kecenderungan ini sejalan dengan teori yang menegaskan bahwa pemberian edukasi yang terarah mampu mengubah perilaku remaja dalam mencari informasi (Sumarwati et al. 2022). Pemberian edukasi menggunakan berbagai metode, termasuk program gizi seimbang, media pembelajaran inovatif, dan media digital, terbukti mampu meningkatkan kesiapan remaja untuk mengadopsi PHBS. (Yusri et al. 2025)

Secara khusus, temuan menguatkan bahwa metode edukasi berbasis media, seperti e-booklet, lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam (Kurniasari, Mintarsih, and Yuniarti 2021), dan intervensi melalui media sosial memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap remaja karena sifatnya yang adaptif dan relevan dengan gaya hidup digital (Aminullah and Rahmawati 2025). Kesamaan ini juga tampak pada kegiatan PkM yang menggunakan metode interaktif dan partisipatif dalam meningkatkan pemahaman PHBS (Raazaaq et al. 2025).

Namun demikian, interpretasi hasil menunjukkan adanya kesenjangan antara tingkat pengetahuan dan praktik perilaku, khususnya pada kebiasaan konsumsi *junk food*. Meskipun hasil penelitian deskriptif menunjukkan bahwa pengetahuan remaja terhadap risiko *fast food* dan *junk food* sudah sangat tinggi dalam (Nikmah 2024) dan dalam (Permatasari, Ardita, and

Prasetya 2024), perilaku konsumsi tidak selalu berkurang. Temuan ini konsisten dengan teori perilaku yang menyatakan bahwa perilaku sehat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti niat, sikap, norma subjektif, dan kontrol diri. (Tazkiah et al. 2024)

Lebih lanjut, penelitian observasional analitik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan kebiasaan konsumsi *junk food* dengan status gizi (Wangi 2024). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan perlu dikombinasikan dengan penguatan motivasi, pembiasaan, serta dukungan lingkungan untuk mentransformasi pengetahuan menjadi praktik nyata, yang merupakan prasyarat agar upaya pencegahan penyakit berjalan dengan baik.

Berdasarkan seluruh sintesis dan perbandingan dengan teori serta penelitian sebelumnya, dapat diinterpretasikan bahwa pendidikan kesehatan memberikan kontribusi krusial terhadap pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat pada remaja. Intervensi edukatif yang terarah mampu memfasilitasi peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif (Munir et al. 2024).

Namun tantangan utama terletak pada faktor non-kognitif yang memengaruhi perilaku konsumsi makanan. Kontribusi temuan ini memperkaya pengembangan ilmu kesehatan masyarakat, terutama dalam merancang strategi edukasi yang tidak hanya informatif tetapi juga adaptif dan holistik, sehingga dapat menjadi dasar bagi sekolah dan tenaga kesehatan dalam memperkuat program PHBS untuk meningkatkan derajat kesehatan generasi muda. (Laudasarni et al. 2024)

#### **D. KESIMPULAN**

Edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik gizi seimbang pada remaja, khususnya dalam menurunkan konsumsi makanan cepat saji (*junk food*) dan membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini. Metode edukasi berbasis media seperti e-booklet dan media sosial menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi karena lebih adaptif dengan gaya hidup digital remaja. Namun, terdapat kesenjangan antara peningkatan pengetahuan dengan perubahan perilaku nyata, terutama dalam hal konsumsi *junk food*, yang dipengaruhi oleh faktor non-kognitif seperti sikap, niat, norma subjektif, dan kontrol diri, sehingga edukasi perlu didukung dengan penguatan motivasi dan lingkungan yang kondusif agar pengetahuan dapat diterapkan dalam keseharian remaja. Hal ini penting untuk mendukung pencegahan masalah kesehatan jangka panjang di masa depan.

#### **Saran**

Diharapkan bagi seluruh remaja di manapun berada untuk memperhatikan makanan yang dikonsumsi dan tidak terlalu sering dalam mengonsumsi junk food, serta tetap mengimbangi dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang.

Bagi Penelitian selanjutnya diharapkan untuk lebih lanjut meneliti mengenai status gizi dan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kesehatan pada remaja.

#### **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Aminullah, Chairul, and Farida Nurul Rahmawati. 2025. "Pengaruh Konten Pesan Edukasi Hidup Sehat Remaja." 3(6).
- Chahyanto, Bibi Ahmad, and Ivonna Hasfika. 2025. "Jurnal Abdi Insani." 12: 1110–17.
- Kementerian Kesehatan RI. 2023. "Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Terdapat Laporan Terbaru Berupa Survei Kesehatan Indonesia 2023 (Pengganti Riskesdas) Di Situs BKPK Kemenkes." <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/en/laporan-tematik-ski/>.
- Kurniasari, Erris Setiyo, Mintarsih Mintarsih, and Yuniarti. 2021. "Jurnal Riset Gizi Effectiveness Nutrition Education With Lectures And E-Booklet Media On Knowledge And Attitudes Obese Teenagers." 21(X).
- Laudasarni, Yohana et al. 2024. "Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Smp." 4: 10–19.
- Lestari, Ayu, Mohammad Andri, and Niluh Arwati. 2025. "NutriSehat: Jurnal Ilmu Gizi Adolescent Nutrition and Dietary Patterns : A Narrative Review." (1): 1–14.
- Munir, Zainul et al. 2024. "Efektivitas Program Edukasi Gizi Seimbang Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Remaja." 12(2): 109–19.
- Nadila, Putri et al. 2024. "The Impact of Junk Food on Adolescent Health : Strategies to Promote Healthy Eating in Educational Environments." 4(001): 111–19.
- Nikmah, Faizatun. 2024. "Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dan Junk Food Pada Remaja." 5(02): 57–61.
- Oktavianty, Caecilia Betris, Nuning Marina Pengge, Nur Hatijah, and Ani Intiyati. 2024. "Fast Food Consumption Patterns Relationship and Physical Activity with Nutritional Status in Adolescents at SMA Dr . Soetomo Surabaya City." 2(2): 323–33.
- Permatasari, Anggie Annisa, Fransisca Putri Ardita, and Agista Putri Prasetya. 2024. "Dampak Makanan Cepat Saji Bagi Kesehatan Tubuh Pada Kalangan Remaja." 2(2).
- Raazaaq, Muhammad, Raya Sadidi, La Ode, and Muhamad Alief. 2025. "Jurnal Pengabdian

Kepada Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Peran Edukasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Mahasiswa Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo Health Counseling for Students of The Faculty of Teacher Training and Education , Halu Oleo Sadidi , Muhammad Raazaaq Raya Dkk.” 2(2): 131–37.

Sitorus, Yesica Tiur Maulina, Teten Tresnawan, and Susilawati. 2023. “Hubungan Konsumsi Junk Food Dan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Remaja Di Kelurahan Subang Jaya.” 9(2): 238–52.

Sumarwati, Made, Wastu Adi Mulyono, Desiyani Nani, and Keksi Girindra Swasti. 2022. “Pendidikan Kesehatan Tentang Gaya Hidup Sehat Pada Remaja Tahap Akhir.” 5(1): 36–48.

Tazkiah, Misna et al. 2024. “Frekuensi Konsumsi Junk Food Pada Remaja Analysis Of Factors Related With Frequency Of Junk Food Consumption Among Adolescents.” 8.

Wangi, Devi Sekar. 2024. “Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Konsumsi Junk Food Dengan Status Gizi Pada Siswa Kelas XI SMK Ketintang Surabaya.” 2(2).

Yusri, Imelda, Hayatur Ridha Sari, Malisa Juni, and Ade Putri Aprilia. 2025. “Efektivitas Penkes Gizi Terhadap Pengetahuan Remaja Awal Tentang Pemenuhan Kebutuhan Gizi.” : 1–13.