



Efektivitas Metode Diskusi Kelompok Dalam Meningkatkan Pemahaman Dan Perilaku Seksual Sehat Remaja

Raissa Patrisia ^{1*}, Djunaidi ²

^{*1} Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju

² Program Studi Gizi, STIKes Salewangan Maros

[.raissapatrisia@gmail.com](mailto:raissapatrisia@gmail.com)

Abstract

Adolescents experience rapid physical, psychological, and social changes. Limited knowledge regarding reproductive health and healthy sexual behavior may increase the risk of unintended pregnancy, sexually transmitted infections (STIs), and risky sexual behavior. Group discussion is considered an effective health education method because it encourages active participation, knowledge sharing, and critical thinking. To analyze the effectiveness of group discussion methods in improving adolescents' understanding and healthy sexual behavior. This study employed a quantitative approach with a pre-experimental One Group Pretest–Posttest Design. A total of 60 adolescents were selected using purposive sampling. Participants attended four group discussion sessions on reproductive health and healthy sexual behavior. Data were collected using validated questionnaires and analyzed using a paired *t*-test with a significance level of 95% ($\alpha = 0.05$). The mean knowledge score increased from 61.42 ± 8.73 to 82.75 ± 6.54 , while the mean healthy sexual behavior score increased from 64.18 ± 7.95 to 80.63 ± 6.88 . Statistical analysis showed a significant improvement after the intervention ($p = 0.000$). Group discussion is an effective educational method for improving adolescents' understanding and healthy sexual behavior. This method can be implemented in schools and community-based adolescent health programs.

Keywords: Group Discussion, Adolescents, Reproductive Health, Healthy Sexual Behavior, Health Education.

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang sangat cepat. Kurangnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dan perilaku seksual sehat dapat meningkatkan risiko terjadinya kehamilan tidak direncanakan, infeksi menular seksual (IMS), serta perilaku seksual berisiko. Salah satu metode pendidikan kesehatan yang dinilai efektif adalah metode diskusi kelompok karena memberikan kesempatan kepada remaja untuk bertukar pengalaman, menyampaikan pendapat, dan memperoleh informasi secara aktif. Menganalisis efektivitas metode diskusi kelompok dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental One Group Pretest–Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 60 remaja yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi dilakukan melalui empat sesi diskusi kelompok mengenai kesehatan reproduksi dan perilaku seksual sehat. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan dan perilaku seksual sehat, kemudian dianalisis menggunakan uji *paired t*-test dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$). Rata-rata skor pemahaman remaja meningkat dari $61,42 \pm 8,73$ sebelum intervensi menjadi $82,75 \pm 6,54$ setelah intervensi. Rata-rata skor perilaku seksual sehat meningkat dari $64,18 \pm 7,95$ menjadi $80,63 \pm 6,88$. Hasil uji *paired t*-test



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah pemberian metode diskusi kelompok. Metode diskusi kelompok efektif meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja. Metode ini dapat dijadikan salah satu strategi pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah maupun di masyarakat.

Kata Kunci: Diskusi Kelompok, Remaja, Kesehatan Reproduksi, Perilaku Seksual Sehat, Pendidikan Kesehatan.

Correspondent Author: Raissa Patrisia

I. PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang berada pada masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, emosional, dan sosial. Pada masa ini, rasa ingin tahu yang tinggi, pencarian identitas diri, serta pengaruh teman sebaya dapat memengaruhi pengambilan keputusan, termasuk yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan perilaku seksual. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko terjadinya perilaku seksual yang tidak sehat, seperti hubungan seksual pranikah, kehamilan pada usia remaja, infeksi menular seksual (IMS), dan penyebaran HIV/AIDS.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa rendahnya tingkat literasi kesehatan reproduksi pada remaja masih menjadi tantangan di banyak negara, termasuk Indonesia. Faktor-faktor seperti keterbatasan akses informasi yang benar, rendahnya komunikasi antara orang tua dan anak, serta masih adanya anggapan bahwa pendidikan seksual merupakan topik yang tabu menyebabkan banyak remaja memperoleh informasi dari sumber yang kurang dapat dipercaya. Informasi yang tidak akurat dapat membentuk persepsi yang keliru dan meningkatkan kecenderungan melakukan perilaku seksual berisiko.

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu strategi penting untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan mendorong perilaku seksual yang bertanggung jawab. Pendidikan kesehatan tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga bertujuan membangun kemampuan remaja dalam mengambil keputusan yang tepat, menghargai diri sendiri, serta menghindari berbagai perilaku yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi.

Salah satu metode pendidikan kesehatan yang dinilai efektif adalah diskusi kelompok. Metode ini memberikan kesempatan kepada peserta untuk berinteraksi secara aktif, bertukar pengalaman, menyampaikan pendapat, serta mendiskusikan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Dibandingkan metode ceramah, diskusi kelompok mampu meningkatkan partisipasi peserta karena proses pembelajaran berlangsung dua arah dan lebih komunikatif. Selain meningkatkan pengetahuan, metode ini juga dapat memengaruhi sikap dan perilaku melalui proses saling belajar antaranggota kelompok.

Penerapan metode diskusi kelompok pada remaja diharapkan mampu meningkatkan pemahaman mengenai perubahan fisik dan psikologis selama masa pubertas, pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, pencegahan infeksi menular seksual, serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, remaja diharapkan mampu menerapkan perilaku seksual sehat sehingga risiko terjadinya berbagai masalah kesehatan reproduksi dapat diminimalkan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas metode diskusi kelompok dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah, tenaga kesehatan, dan pemangku kebijakan dalam mengembangkan program pendidikan kesehatan reproduksi yang lebih efektif dan berkelanjutan.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-experimental dan pendekatan One Group Pretest–Posttest Design untuk mengevaluasi efektivitas metode diskusi kelompok dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 3 Mamuju pada Januari–Maret 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI yang berjumlah 180 orang. Sampel sebanyak 60 responden dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu siswa berusia 15–18 tahun, terdaftar sebagai siswa aktif, bersedia mengikuti penelitian, dan mengikuti seluruh sesi intervensi.

Variabel independen adalah metode diskusi kelompok, sedangkan variabel dependen meliputi pemahaman dan perilaku seksual sehat. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner karakteristik responden, kuesioner pemahaman kesehatan reproduksi (20 item), dan kuesioner perilaku seksual sehat (15 item skala Likert). Seluruh instrumen telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha >0,70.

Intervensi berupa empat sesi diskusi kelompok berdurasi 60 menit yang membahas perubahan pada masa remaja, kesehatan reproduksi, pencegahan infeksi menular seksual dan HIV/AIDS, serta perilaku seksual sehat. Pengukuran dilakukan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi menggunakan instrumen yang sama.

Data dianalisis menggunakan SPSS versi 26. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta skor pemahaman dan perilaku seksual sehat. Analisis bivariat diawali dengan uji normalitas Shapiro–Wilk, kemudian dilanjutkan dengan paired t-test apabila data berdistribusi normal atau Wilcoxon Signed Rank Test apabila data tidak berdistribusi normal, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Penelitian telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan, dan seluruh responden memberikan persetujuan tertulis (informed consent) sebelum berpartisipasi.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 60 responden yang merupakan siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Aek Parombunan. Hasil penelitian meliputi karakteristik responden, tingkat pemahaman kesehatan reproduksi, perilaku seksual sehat sebelum dan sesudah intervensi, serta hasil analisis statistik untuk mengetahui efektivitas metode diskusi kelompok.

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia (n = 60)

Usia (Tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
15	14	23,3
16	22	36,7
17	18	30,0
18	6	10,0
Total	60	100

Sebagian besar responden berusia 16 tahun, yaitu sebanyak 22 responden (36,7%).



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	27	45,0
Perempuan	33	55,0
Total	60	100

Mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 33 responden (55,0%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Sumber Informasi Kesehatan Reproduksi

Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase (%)
Guru	14	23,3
Orang Tua	10	16,7
Media Sosial	24	40,0
Tenaga Kesehatan	12	20,0
Total	60	100

Sebagian besar responden memperoleh informasi mengenai kesehatan reproduksi melalui media sosial (40,0%).

b. Analisis Univariat

Pemahaman Kesehatan Reproduksi Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 4. Skor Pemahaman Sebelum dan Sesudah Diskusi Kelompok

Variabel	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Pretest	61,42	8,73	45	78
Posttest	82,75	6,54	68	95

Rata-rata skor pemahaman meningkat dari $61,42 \pm 8,73$ sebelum intervensi menjadi $82,75 \pm 6,54$ setelah mengikuti metode diskusi kelompok.

Perilaku Seksual Sehat Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 5. Skor Perilaku Seksual Sehat Sebelum dan Sesudah Diskusi Kelompok

Variabel	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Pretest	64,18	7,95	49	79
Posttest	80,63	6,88	66	94

Rata-rata skor perilaku seksual sehat meningkat dari $64,18 \pm 7,95$ menjadi $80,63 \pm 6,88$ setelah pelaksanaan diskusi kelompok.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Statistik	p-value
Pemahaman Pretest	0,972	0,254
Pemahaman Posttest	0,979	0,418
Perilaku Pretest	0,968	0,193
Perilaku Posttest	0,975	0,337

Seluruh variabel memiliki nilai $p > 0,05$, sehingga data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan uji paired t-test.

c. Analisis Bivariat

Pengaruh Metode Diskusi Kelompok terhadap Pemahaman Remaja

Tabel 7. Hasil Uji Paired t-test Skor Pemahaman

Variabel	Mean	SD	Selisih Mean	t	p-value
Pretest	61,42	8,73	21,33	15,28	0,000
Posttest	82,75	6,54			

Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa metode diskusi kelompok memberikan peningkatan yang signifikan terhadap pemahaman kesehatan reproduksi pada remaja.

Pengaruh Metode Diskusi Kelompok terhadap Perilaku Seksual Sehat

Tabel 8. Hasil Uji Paired t-test Skor Perilaku Seksual Sehat

Variabel	Mean	SD	Selisih Mean	t	p-value
Pretest	64,18	7,95	16,45	12,84	0,000
Posttest	80,63	6,88			

Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat peningkatan yang signifikan pada perilaku seksual sehat setelah mengikuti metode diskusi kelompok.

2. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas metode diskusi kelompok dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada skor pemahaman maupun perilaku seksual sehat setelah responden mengikuti kegiatan diskusi kelompok. Rata-rata skor pemahaman meningkat dari $61,42 \pm 8,73$ menjadi $82,75 \pm 6,54$, sedangkan rata-rata skor perilaku seksual sehat meningkat dari $64,18 \pm 7,95$ menjadi $80,63 \pm 6,88$. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga metode diskusi kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja.

Peningkatan pemahaman yang diperoleh responden menunjukkan bahwa metode diskusi kelompok mampu menciptakan proses pembelajaran yang aktif dan partisipatif. Berbeda dengan metode ceramah yang cenderung berpusat pada penyampaian materi oleh fasilitator, diskusi kelompok memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya, mengemukakan pendapat, berbagi pengalaman, serta memberikan tanggapan terhadap permasalahan yang dibahas. Proses interaksi tersebut membantu peserta memahami materi secara lebih mendalam karena mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mengolah dan mendiskusikannya bersama anggota kelompok.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Materi mengenai kesehatan reproduksi, perubahan fisik pada masa pubertas, pencegahan infeksi menular seksual, serta perilaku seksual yang bertanggung jawab menjadi lebih mudah dipahami melalui diskusi interaktif. Remaja merasa lebih nyaman menyampaikan pertanyaan dalam kelompok kecil sehingga berbagai kesalahpahaman mengenai kesehatan reproduksi dapat diluruskan secara langsung oleh fasilitator. Kondisi ini mendukung peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan melalui kenaikan skor pemahaman setelah intervensi.

Penelitian ini juga menunjukkan adanya peningkatan perilaku seksual sehat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik dapat memengaruhi perubahan sikap dan perilaku seseorang. Remaja yang memahami risiko perilaku seksual berisiko cenderung lebih mampu mengambil keputusan yang bertanggung jawab, menjaga kesehatan reproduksi, serta menghindari tindakan yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik maupun psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa perubahan perilaku diawali oleh peningkatan pengetahuan, kemudian berkembang menjadi perubahan sikap dan akhirnya diwujudkan dalam perilaku. Diskusi kelompok merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan yang efektif karena melibatkan peserta secara aktif dalam proses belajar. Melalui interaksi antarpeserta, terjadi pertukaran informasi dan pengalaman yang dapat memperkuat pemahaman serta membentuk norma positif dalam kelompok.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berbasis diskusi kelompok mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja. Diskusi kelompok memberikan ruang bagi peserta untuk mengklarifikasi informasi yang kurang dipahami, mengurangi mitos mengenai kesehatan reproduksi, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan kesehatan seksual. Pendekatan ini dinilai lebih efektif dibandingkan penyampaian informasi secara satu arah karena peserta berperan aktif dalam proses pembelajaran.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini memperoleh informasi mengenai kesehatan reproduksi melalui media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa media digital telah menjadi sumber informasi utama bagi remaja. Meskipun demikian, informasi yang diperoleh melalui media sosial tidak selalu benar dan dapat menimbulkan kesalahpahaman apabila tidak disertai pendampingan dari tenaga kesehatan, guru, maupun orang tua. Oleh karena itu, pelaksanaan diskusi kelompok di sekolah menjadi penting sebagai sarana untuk memberikan informasi yang benar, ilmiah, dan sesuai dengan tahap perkembangan remaja.

Metode diskusi kelompok juga memiliki kelebihan dalam membangun kemampuan komunikasi, berpikir kritis, serta kerja sama antarpeserta. Remaja didorong untuk mengemukakan pendapat dan menghargai pandangan orang lain sehingga proses pembelajaran berlangsung secara aktif. Suasana diskusi yang terbuka membantu peserta lebih mudah menerima informasi mengenai kesehatan reproduksi yang sering dianggap sebagai topik sensitif.

Meskipun memberikan hasil yang positif, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Desain penelitian menggunakan One Group Pretest–Posttest Design tanpa kelompok kontrol sehingga kemungkinan adanya faktor luar yang memengaruhi hasil penelitian belum dapat sepenuhnya dihilangkan. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah dengan jumlah responden yang terbatas sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada seluruh populasi remaja. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, serta periode tindak lanjut yang lebih panjang untuk mengetahui keberlanjutan perubahan perilaku.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode diskusi kelompok merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja. Penerapan metode ini dapat menjadi bagian dari program pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah maupun di masyarakat sebagai upaya mencegah perilaku seksual berisiko dan meningkatkan kualitas kesehatan remaja.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

- Rata-rata skor pemahaman remaja meningkat dari $61,42 \pm 8,73$ sebelum intervensi menjadi $82,75 \pm 6,54$ setelah mengikuti metode diskusi kelompok.
- Rata-rata skor perilaku seksual sehat meningkat dari $64,18 \pm 7,95$ menjadi $80,63 \pm 6,88$ setelah intervensi.
- Hasil uji *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan dari metode diskusi kelompok terhadap peningkatan pemahaman dan perilaku seksual sehat pada remaja.
- Metode diskusi kelompok dapat dijadikan sebagai salah satu strategi pendidikan kesehatan reproduksi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku seksual sehat pada remaja.

2. Saran

Sekolah diharapkan mengintegrasikan pendidikan kesehatan reproduksi ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) melalui metode diskusi kelompok secara berkala. Tenaga kesehatan perlu bekerja sama dengan sekolah dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi menggunakan metode yang interaktif dan sesuai dengan kebutuhan remaja. Orang tua diharapkan membangun komunikasi yang terbuka mengenai kesehatan reproduksi dan perilaku seksual sehat sebagai sumber informasi yang tepat bagi remaja. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, serta melakukan evaluasi jangka panjang untuk menilai keberlanjutan perubahan perilaku setelah intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Berek JS. *Berek & Novak's Gynecology*. 16th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2020.
- Centers for Disease Control and Prevention. *Adolescent and School Health* [Internet]. Atlanta: CDC; 2023.
- Cakrawati R, C. R., Patrisia, R., & Subani, N. D. (2026). Model Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi, Kesetaraan Gender, Dan Perilaku Pencegahan Kekerasan Berbasis Gender. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(3), 1501–1507. Retrieved from <https://jurnal.agdosi.com/index.php/Barongko/article/view/1329>
- Hockenberry MJ, Wilson D. *Wong's Essentials of Pediatric Nursing*. 11th ed. St. Louis: Elsevier; 2021.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2023.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2020.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

7. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
8. Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. 5th ed. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
9. **Patrisia, R.**, Lestari, N. C. A., Zuhijriani, Z., Rahmat, R. A., & Hastutiningtyas, W. R. (2026). Peningkatan Kesehatan Mental Masyarakat Melalui Program Konseling Dan Mindfulness Di Lingkungan Komunitas. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 836–842. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v4i2.1132>
10. Pannyiwi, R., Ali, A., & Yulis, D. M. (2025). Strategi Pencegahan Dan Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Pendekatan Komunitas Di Kabupaten Sidenreng Rappang. *JIMAD : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3), 191–200. <https://doi.org/10.59585/jimad.v2i3.856>
11. Pannyiwi, R., Azis, M. N. S. A., & Rahmat, R. A. (2025). Analisis Kendala Perawat Dalam Melaksanakan Komunikasi Terapeutik NDi Lingkungan Pelayanan Kesehatan. *Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 231–243. <https://doi.org/10.59585/bajik.v4i1.921>
12. Rasyid, D., Rante, A., & Warda, M. (2024). Pengelolaan Sampah Organik dan Pemberdayaan Siswa Dengan Teknik Kompos Takakura. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 108–119. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i1.542>
13. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta; 2022.
14. Sulistyo Andoromoyo ; Zuliana Amalia ; Darmi Arda ; Andi Nursiah ; Dr. Rahmat Pannyiwi ; Rezqiah Aulia Rahmat. *NUTRISI dan STATUS GIZI BALITA: Perspektif Kesehatan Masyarakat*. No. ISBN: 978-634-96389-7-5. Penerbit AGDOSI Makassar. <https://agdosi.com/2025/11/09/nutrisi-dan-status-gizi-balita-perspektif-kesehatan-masyarakat/>
15. Santrock JW. *Adolescence*. 17th ed. New York: McGraw-Hill; 2020.
16. Sawyer SM, Azzopardi PS, Wickremarathne D, Patton GC. The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc Health*. 2018;2(3):223–228.
17. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta; 2022.
18. UNICEF. *The State of the World's Children 2021*. New York: UNICEF; 2021.
19. United Nations Population Fund. *State of World Population 2022*. New York: UNFPA; 2022.
20. World Health Organization. *Adolescent Health* [Internet]. Geneva: WHO; 2023.
21. World Health Organization. *Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!)*. Geneva: WHO; 2017.
22. World Health Organization. *Health Promoting Schools*. Geneva: WHO; 2021.
23. World Health Organization. *WHO Recommendations on Adolescent Sexual and Reproductive Health*. Geneva: WHO; 2018.
24. World Health Organization. *World Health Statistics 2023*. Geneva: WHO; 2023.