



# MONOGRAF PROBLEMATIKA KESEHATAN REMAJA

PSB Penerbit  
STIRES BANYUWANGI

**Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., M.KM.**

**MONOGRAF  
PROBLEMATIKA  
KESEHATAN REMAJA**

## UU No. 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

### **Fungsi dan Sifat Hak Cipta Pasal 4**

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

### **Pembatasan Perlindungan Pasal 26**

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. Penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. Penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

### **Sanksi Pelanggaran Pasal 113**

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf I untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana denda paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 500.000.000 (lima ratus juta rupiah).

**MONOGRAF**  
**PROBLEMATIKA**  
**KESEHATAN REMAJA**

**Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., M.KM.**



**PENERBIT STIKES BANYUWANGI**

Jl. Letkol Istiqlah No. 109 – Giri

Kab. Banyuwangi – Jawa Timur

<https://psb.stikesbanyuwangi.ac.id/>

---

# MONOGRAF

# PROBLEMATIKA KESEHATAN REMAJA

Penulis: Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., M.KM.

<p>ISBN : 978-623-89163-0-6 Tebal : vi + 84 hlm., 14,8 x 21 cm</p>
--

Editor : **Bdn. Nurul Eko Widiyastuti, S.Si.T., M.Kes.**

Penata Letak : **Moh Efendi, S.AP.**

Penata Sampul: **Moh Efendi, S.AP.**

Penerbit:

**Penerbit STIKES BANYUWANGI**

Jl. Letkol Istiqlah No. 109, Penataban, Giri, Banyuwangi

Email : [penerbitbuku@stikesbanyuwangi.ac.id](mailto:penerbitbuku@stikesbanyuwangi.ac.id)

Website: <https://psb.stikesbanyuwangi.ac.id/>

**ANGGOTA IKAPI : 368/Anggota Luar Biasa/JTI/2023**

---

**Hak cipta dilindungi undang-undang**

*Dilarang memperbanyak isi buku ini dalam bentuk dan dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit.*

---

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas kebaikan-Nya penulis dapat menuntaskan penyelesaian buku ini. Buku ini disusun sebagai respon dari berbagai permasalahan remaja di Indonesia. Alasan lain yang mendasari penulisan ini juga karena adanya keterbatasan rujukan bagi mahasiswa, dosen, maupun praktisi kesehatan dalam penanganan permasalahan remaja.

Buku ini ditulis dari berbagai hasil penelitian dan artikel-artikel yang terupdate. Terbitnya buku ini tentu saja tidak terlepas kontribusi pikiran, tenaga, dan material dari berbagai pihak, untuk itu disampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Kepada para mahasiswa, khususnya mahasiswa gizi, mahasiswa kebidanan, dan mahasiswa kesehatan lainnya, serta dosen yang tertarik untuk membaca buku ini, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan dan penulisan monograf ini mungkin terdapat kekurangan dan kekeliruan yang disebabkan keterbatasan penulis semata. Untuk itu, penulis memohon maaf bila pembaca menemukan kesalahan dan ketidaksempurnaan tersebut.

Semoga buku ini bermanfaat bagi para pembaca dan pada akhirnya dapat dijadikan alternatif membantu penanganan permasalahan pada kelompok remaja di Indonesia.

Juni, 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vi
BAB 1 REMAJA .....	1
BAB 2 PERILAKU BERPACARAN REMAJA .....	9
BAB 3 REMAJA DAN FUNGSI KELUARGA .....	21
BAB 4 KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA .....	26
BAB 5 KEBUTUHAN GIZI REMAJA .....	31
BAB 6 MASALAH GIZI REMAJA .....	36
BAB 7 KEHAMILAN MASA REMAJA .....	44
BAB 8 PENGALAMAN MENYUSUI REMAJA .....	50
BAB 9 PEMBERIAN MAKANAN BAYI DAN ANAK PADA IBU REMAJA .....	58
DAFTAR PUSTAKA .....	63
BIODATA PENULIS .....	84

# **BAB 1**

---

## **REMAJA**

Periode daur kehidupan manusia diawali dari bayi baru lahir dan sangat tergantung pada orang tua/orang lain, tumbuh menjadi anak, remaja, dewasa, hingga lansia. Salah satu masa terjadinya tahap perkembangan daur kehidupan adalah masa remaja (Suryana dkk., 2022) (Tamalla, N. P dan Azinar, M. 2022). Seiring berjalannya waktu, seorang remaja tidak hanya mengalami perubahan fisik secara drastis, sosial dan psikologisnya. Tahapan perubahan yang terjadi akan secara alami mendidik seseorang untuk ketergantungannya pada orang lain perlahan mulai berkurang, terutama orang tua, periode transisi ini dijalani remaja dengan berbagai perubahan yang dirasakan dalam kesehariannya, baik biologis, ekonomi, intelektual, dan psikososial (Diorarta, R., dan Mustikasari, 2020).



Remaja diberikan batasan yang berbeda-beda, diantaranya WHO menetapkan bahwa rentang usia remaja antara 10-20 tahun, namun dikategorikan menjadi dua bagian, yaitu: remaja awal berusia 10-14 tahun, dan remaja akhir berusia 15-20 tahun (Mayssara, 2020).

*Association of Maternal and Child Health Program (AMCHP)* menetapkan tiga fase remaja, yaitu: remaja awal dimulai dari usia 10-13 tahun, remaja tengah dari usia 14-17 tahun, dan remaja akhir atau dewasa awal dari usia 18-24 tahun (Rahmah, 2016).

Tidak berbeda dengan hasil kajian Ade (2014), yang mengklasifikasikan remaja awal dimulai dari usia 11-14 tahun, remaja tengah dari usia 14-17 tahun, dan remaja akhir dari usia 17-19 tahun.

Secara teoritis, kategori masa remaja dikelompokkan, antara lain:

1. Masa Remaja Awal (11-14 tahun)

Karakteristik remaja pada usia ini ditandai dengan secara berangsur-angsur akan mulai meninggalkan dunia kekanakannya. Remaja berkembang menjadi individu yang berbeda dan mulai tidak tergantung orang tuanya. Tahap ini, remaja mulai berfokus pada bentuk dan kondisi fisik, dan mulai menganggap teman sebaya sebagai titik fokus.

2. Masa Remaja Pertengahan (13-17 tahun)

Remaja pada usia 13-17 tahun membutuhkan sosok teman dan munculnya kapasitas kognitif yang baru, termasuk juga penerimaan dari lawan jenis (Ajhuri, K. F. 2019). Bagi remaja, teman sebaya sosok penting, namun menjadikan remaja lebih mandiri. Remaja mulai proses kematangan perilaku, belajar mengatur aktifitas, dan mulai menetapkan penilaian awal tentang tujuan pendidikan menuju karir yang ingin dituju (Suryana dkk, 2022).

## **BAB 2**

---

### **PERILAKU BERPACARAN REMAJA**

Masa-masa remaja terlihat sebagai masa yang indah penuh kesan yang diwarnai berbagai keunikan, suka cita, keceriaan, dan kebahagiaan. Masa-masa yang dilalui remaja akan terkenang hingga tidak dapat dilupakan, baik itu masa yang menyenangkan maupun masa yang menyedihkan. Rasa ketidakbahagiaan itu muncul karena adanya masalah yang dihadapi hingga menyebabkan terhambatnya perkembangan diri pada remaja. Oleh karena itu, apabila remaja tidak menemukan identitas dirinya, hingga mengakibatkan banyaknya kenakalan yang dilakukan remaja, baik itu yang bersifat ringan hingga perbuatan yang dinilai melawan hukum (Suryandari, S. 2020).

Interaksi antarsesama, akan menjadikan manusia semakin hidup. Interaksi yang terjalin akan menciptakan sebuah hubungan

antarindividu, salah satunya hubungan percintaan. Hubungan percintaan, bukan hanya terjalin pada orang tua dan anak, melainkan dapat terjadi pula pada dua orang manusia yang saling menyukai. Hubungan yang terjalin ditandai dengan adanya status pacaran (Tedjo, J., dkk. 2021). Hubungan pacaran terjalin dikarenakan adanya rasa suka atau ketertarikan antarseorang laki-laki dan perempuan. Pada umumnya, pacaran menjadi salah satu tahap awal individu mencari seseorang untuk dijadikan pasangan dalam membangun hubungan diawal pernikahan yang sesuai dengan kriterianya. Selama hubungan pacaran, pasangan memiliki ketertarikan untuk saling mengenal kepribadian yang berbeda secara mendalam (Muhammad, H dan Irwansyah, 2021).

Hubungan pacaran dapat dialami oleh setiap orang dari segala kalangan dan tanpa adanya batasan usia. Berdasarkan hasil penelitian Ekasari, M.F., dkk. (2019), menyebutkan usia pertama kali pacaran adalah usia 12 tahun. Adanya keserasian selama pacaran, remaja beranggapan bahwa dengan berpacaran dapat menambah semangat dalam melakukan aktivitas (Tandrianti, A dan Darminto, E. 2018). Adanya rasa penasaran terhadap sesuatu hal yang belum pernah diketahui ataupun dialami remaja menjadikan rasa keingintahuan menjadi meningkat, sehingga remaja ingin mencoba hal-hal yang belum diketahuinya. Keingintahuan remaja tentang hal yang menyenangkan dengan mewujudkannya melalui pengalaman, meskipun mereka masih kurang pemahaman (Padut, R.D., dkk. 2021). Pengalaman yang dialami menjadi sebuah bekal remaja sebagai persiapan awal menuju periode dewasa (Simanjuntak, B. Y., dkk. 2021).

Namun, tidak semua pengalaman yang kelihatannya menyenangkan mendapatkan kesenangan, justru dapat pula menjerumuskan remaja kepada hal yang berisiko, seperti seks

## **BAB 3**

---

### **REMAJA DAN FUNGSI KELUARGA**

Survey yang dilakukan di 33 provinsi diperoleh data bahwa remaja yang berpendidikan SMP dan SMA tercatat 97% pernah menonton film porno; 93,7% pernah melakukan ciuman; 62,7% pernah menstimulasi genital dan oral seks; 21,2% sudah tidak perawan dan mengaku pernah aborsi. Tidak terkontrolnya perilaku seksual berisiko pada remaja, akan berdampak terjadinya kehamilan yang tidak direncanakan. Guttmacher Institute (2006), menyebutkan bahwa sekitar 750.000 kejadian kehamilan pada remaja, dan 82% diantaranya termasuk kehamilan yang tidak diinginkan (Cox, Fasolini, & Tavakoli, 2008). Selain itu, berisiko pula terjadinya penularan HIV dan infeksi menular seksual.

Cepatnya perkembangan seksual remaja cenderung meningkatkan ketertarikan dengan lawan jenis. Munculnya rasa

keingintahuan yang besar tentang lawan jenis ditandai dengan adanya rasa saling perhatian, hingga ketertarikan fisik di antara kedua remaja. Adanya kematangan seksual (biologis) dan ketertarikan fisik mengakibatkan peningkatan dorongan seks sebelum menikah. Kematangan seksual (biologis) tidak selalu diikuti dengan kematangan psikososial, seperti: kemampuan dalam memahami dan kesiapan menerima risiko akibat dari perilaku seksual bebas, kemampuan untuk mengambil keputusan secara matang, dan kemampuan lainnya. Akibat dari kuatnya rasa keingintahuan menimbulkan keinginan untuk mengeksplor dan memenuhi dorongan seksual yang mengalahkan pemahaman tentang norma dan pemikiran rasional, sehingga mengakibatkan rasa keinginan untuk berhubungan seks hingga akhirnya timbul rasa ketagihan. Pacaran bukanlah hal yang tabu dilakukan remaja, bahkan ada kecenderungan apabila remaja tidak berpacaran dipandang tidak mengikuti trend.

Informasi yang telah dikumpulkan oleh Survey Kinerja dan Akuntabilitas Program Kependudukan, Keluarga Berencana, dan Pembangunan Keluarga (SKAP) 2019 pada remaja berusia 10-23 tahun di provinsi Bengkulu menemukan fakta mengenai remaja yang berpacaran dan berperilaku seksual berisiko. Selanjutnya diberikan pertanyaan tentang perilaku seksual apa yang dilakukan saat berpacaran atau pada pacar sebelumnya (mantan) dalam memberikan rasa kasih sayang, seperti: pegangan tangan, ciuman pipi/bibir, pelukan, meraba area tubuh yang sensitif seperti payudara, paha ataupun pantat yang dilakukan oleh pacar. Didapatkan remaja berpegangan tangan (83,4%), berpelukan (34,2%), ciuman (15,6%), dan meraba/merangsang bagian tubuh yang sensitif (3,3%). Hasil survey SKAP 2019 secara nasional menyimpulkan hampir separuh total remaja berusia 10-24 tahun di

## BAB 4

---

### KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

Para remaja dalam mencari informasi kesehatan reproduksi remaja (KRR) dari berbagai media, dapat berdampak pada perilaku seksual berisiko, terutama saat berpacaran. Hasil survey SKAP (2019) menunjukkan bahwa hanya 5% yang mendapatkan informasi dari radio (*audio*), dan terbanyak dari televisi (*audio visual*) sebanyak 87,4%. Sementara, sebagai sumber informasi yang berasal dari *visual* bersumber dari *website/internet* dan spanduk. Informasi KRR lebih banyak disampaikan oleh guru (68,1%), dan teman/tetangga/saudara/kerabat (62,5%). Untuk itu, institusi yang paling berperan adalah sekolah (formal) sebanyak 85,7%.

Secara garis besar, sumber media informasi KRR di kelompokkan menjadi tiga, yaitu: *audio visual* bersumber dari televisi; *visual* bersumber dari *flipchart*, poster, spanduk, *banner*, pameran,

*balibo*, lukisan, *gravity*, dan *audio* bersumber dari radio. Pemberi informasi dikelompokkan menjadi dua, yaitu: tenaga kesehatan (dokter, bidan, perawat, PKB, PLKB, Kader, PPKBD); dan sumber nonkesehatan (guru, tokoh agama, tokoh masyarakat, perangkat desa, teman, tetangga, dan saudara). Institusi pemberi informasi KRR digolongkan menjadi dua, yaitu: apabila remaja mendapatkan sekaligus informasi dari institusi formal dan nonformal; serta apabila remaja mendapatkan salah satu saja dari institusi formal atau nonformal.

Hasil analisis SKAP (2019) menunjukkan keterpaparan remaja tentang informasi KRR yang diberikan oleh petugas kesehatan dan nonkesehatan berkaitan dengan perilaku seksual berisiko, antara lain: pegangan tangan (*p-value* 0.039), berpelukan (*p-value* 0.000), dan ciuman bibir (*p-value* 0.001). Kecenderungan kelompok remaja yang mendapat informasi dari petugas kesehatan, justru tidak melakukan perilaku seksual berisiko (pegangan tangan, berpelukan, dan ciuman bibir).

Remaja memerlukan pengetahuan seputar kesehatan reproduksi yang dapat bermanfaat untuk menjaga kesehatan dan fungsi organ reproduksi. Bila remaja memiliki informasi yang benar tentunya menghindari melakukan hal-hal yang tidak diinginkan. Faktor yang memengaruhi kesehatan reproduksi meliputi: faktor sosial ekonomi, demografi (kemiskinan, tingkat pendidikan yang rendah, dan pengetahuan tentang perkembangan seksual, dan reproduksi, serta tempat tinggal di daerah terpencil), faktor budaya dan lingkungan (praktik tradisional, kepercayaan banyak anak banyak rejeki), faktor psikologis (akibat dari keretakan orang tua, depresi, kehilangan rasa kebebasan), faktor biologis (cacat sejak lahir, cacat pada saluran reproduksi pasca penyakit menular seksual).

## BAB 5

---

### KEBUTUHAN GIZI REMAJA

Kebutuhan gizi pada tiap orang memiliki perbedaan/tidak sama, sehingga dibutuhkan rata-rata asupan gizi harian orang sehat dalam kelompok umur, jenis kelamin, dan fisiologis tertentu. masalah gizi yang ditimbulkan dapat berupa gizi kurang ataupun gizi lebih yang tidak seimbang (Rokhmah, F., dkk 2017). Kekurangan gizi dapat menyebabkan sistem imun menjadi tidak baik, sehingga meningkatkan risiko penyakit, seperti *stunting* atau tinggi tubuh pendek yang tidak sesuai dengan usianya (Octavia, 2020). *Stunting* sebagai salah satu *malnutrisi* pada anak yang tersisa hingga remaja, dipengaruhi oleh status gizi ibu saat hamil, pola asuh anak, dan faktor lingkungan, terjadi dalam periode waktu yang lama.

Masa remaja merupakan kelompok rawan, karena kebutuhan gizi meningkat dan lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya.



Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG)2019, dianjurkan kecukupan energi sebesar 2050-2100 kkal, protein 65 gram, lemak 70 gram, dan karbohidrat 300 gram pada remaja putri usia 13-15 tahun, dan rentang usia 16-18 tahun (Rokhmah, F., dkk 2017).

Hasil dari metabolisme zat gizi makro, yakni lemak, protein, dan karbohidrat merupakan energi. Di dalam tubuh, energi bertujuan untuk metabolisme, pertumbuhan, utilisasi bahan makanan, dan aktivitas. Energi yang masuk seimbang dengan kebutuhan yang dibutuhkan oleh tubuh. Apabila terjadi ketidakseimbangan yang berlangsung dalam jangka waktu lama antara masuknya energi dengan kebutuhan, maka dapat menimbulkan masalah gizi (Rokhmah, F., dkk 2017). Asupan energi pada remaja berada di aktegori defisit ringan, karena kebiasaan mengonsumsi makanan yang tidak bergizi, makan yang tidak teratur, tidak sarapan, dan malas makan malam (Putri, M.P., dkk. 2022).

Kekurangan energi pada remaja dapat berdampak pada status gizi, karena dibutuhkannya energi untuk pertumbuhan dan perkembangan, karena periode remaja merupakan puncak pertumbuhan massa tulang (Putra, R.W.H., dkk. 2019). Status gizi adalah keadaan tubuh seseorang yang tercipta dari konsumsi makanan selama hidupnya. Oleh karena itu, perubahan status gizi membutuhkan waktu yang lama, karena selain konsumsi makan, terdapat faktor lainnya yang dapat memengaruhi status gizi, salah satunya durasi dari proses penyerapan zat-zat gizi yang dikonsumsi (Rokhmah, F., dkk 2017).

Selain itu, remaja putri akan mengalami menstruasi dan proses pematangan organ reproduksi. Asupan energi, protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral yang adekuat mendorong fungsi pertumbuhan dan perkembangan di masa remaja, terutama bagi remaja putri yang setiap bulannya mengalami menstruasi. Sehingga,

## **BAB 6**

---

### **MASALAH GIZI REMAJA**

Masalah remaja awal merupakan masa transisi atau peralihan menuju dewasa (Hafiza, D., dkk 2021). Masa remaja adalah tahap masa kehidupan di antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Periode ini akan mengalami perubahan yang pesat berupa perubahan fisik, kematangan organ, kognitif, sosialisasi, termasuk perubahan kepribadian (Kartini, 2022). Adanya perubahan yang cepat terlihat dari pertumbuhan fisik, menjadikan masa ini merupakan periode rentan gizi (Widnatusifah, M. dkk. 2020). Hal ini dikarenakan remaja juga masih labil dalam menentukan keputusan tentang dirinya, termasuk dalam hal menentukan makanan yang tepat dan tidak tepat dikonsumsi, sehingga berdampak pada status gizinya (Kartini, 2022). Oleh karena itu, selama masa pertumbuhan yang nantinya akan berdampak pada masa depan, maka perlu

diperhatikan secara khusus mengenai masalah gizi pada remaja (Al-Jawaldeh, A., dkk. 2020).

Selain itu, hormon-hormon yang ada di dalam tubuh akan mulai berfungsi, sehingga mengakibatkan remaja mulai mempunyai rasa ketertarikan dengan lawan jenis. Penilaian pada penampilan diri seseorang merupakan salah satu daya tarik, sehingga remaja akan merasa cemas bahkan tertekan apabila ada yang kurang pada penampilan dirinya. Remaja akan berusaha dengan berbagai cara untuk menutupi kekurangan tersebut, salah satunya diet (Diananda, A., 2019). Winpenny, E. M., *et al* (2018) menyebutkan bahwa masa remaja merupakan masa kritis terjadinya transisi diet dari masa kanak-kanak hingga remaja ke dewasa. Padahal, remaja akan mengalami peningkatan aktivitas fisiknya, sehingga memerlukan asupan zat gizi yang lebih besar, namun kebanyakan remaja memiliki pola konsumsi yang salah atau zat gizi yang dikonsumsi tidak sesuai dengan kebutuhan (Widnatusifah, M. dkk. 2020). Diet yang tidak benar, apabila dilakukan dapat berdampak pada kekurangan asupan zat gizi. Diet yang dilakukan dapat memengaruhi kebiasaan makan hingga memberikan efek negatif bagi tubuh remaja (Danty, F.R., dkk. 2019).

Kebiasaan makanan keluarga mencakup jumlah makanan, jenis makanan, cara mengolah makanan, frekuensi mengonsumsi makanan, distribusi makanan dalam keluarga. Beberapa remaja memiliki kebiasaan makan yang kurang baik, seperti makan makanan yang enak dengan tujuan perut kenyang saja, diperoleh dari makanan yang mengandung banyak lemak dari jajanan sembarangan atau lainnya tanpa mempedulikan kebutuhannya. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kebiasaan makan, yakni pengaruh teman sebaya. Remaja sering menghabiskan waktu diluar berkumpul bersama teman untuk mencoba jajanan/makanan baru. Oleh karena

## BAB 7

---

### KEHAMILAN MASA REMAJA

Masa kehamilan merupakan masa kritis terhadap tumbuh kembang janin. Kehamilan dipengaruhi oleh faktor kecukupan gizi yang berdampak pada status kesehatan ibu hamil dan janin. Pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi saat hamil merupakan tahap terpenting dalam daur kehidupan janin hingga melahirkan, karena telah dimulai proses pertumbuhan dan perkembangan janin (Ernawati, A. 2018). Sistem reproduksi pada usia remaja (14-19 tahun) belum sempurna, ditandai dengan remaja putri yang setiap bulannya mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi, karena adanya pengaruh produksi hormonal yang masih labil, sehingga dapat memengaruhi terjadinya kehamilan (Olodu, M. D *et al.*, 2019).

Remaja yang sudah mengalami menstruasi, bila dibuahi memungkinkan hamil, baik karena disengaja maupun tidak

disengaja, baik yang sudah menikah maupun yang belum menikah, disebut dengan kehamilan remaja. Kehamilan di usia kurang dari 20 tahun, termasuk kelompok berisiko, karena belum matangnya fungsi reproduksi. Beberapa penyebab kehamilan pada remaja, yakni karena adanya pengaruh sosial media, lingkungan, pergaulan bebas, pernikahan dini, penggunaan sarana informasi yang salah, rendahnya ekonomi, kenakalan remaja, coba-coba, pendidikan rendah, pergaulan yang kurang sehat, kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, kurangnya pengetahuan tentang agama, membantu orang tua yang kurang secara ekonomi. Namun, biasanya kehamilan pada usia remaja terjadi karena tidak adanya rencana atau hamil diluar nikah (Zuhriyatun, F., dkk. 2023).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kehamilan remaja adalah hubungan seksual pada masa subur. Kehamilan tidak ada kaitannya dengan frekuensi hubungan atau orgasme. Secara garis besar, potensi terjadinya kehamilan pada remaja perempuan yang sehat yang melakukan hubungan seksual pada masa suburnya (Zuhriyatun, F., dkk. 2023). Oleh karena itu, kehamilan di usia remaja dapat terjadi karena seks bebas yang dilakukan bersama lawan jenisnya. Biasanya di awal kehamilan, remaja putri belum menyadari kehamilannya, hingga munculnya tanda-tanda kehamilan, dan mulai sadar saat menstruasi berhentinya selama beberapa bulan (Renyonet, B.S., dkk. 2023). Kehamilan yang sebenarnya atau yang tidak diinginkan merupakan peristiwa kehidupan yang nantinya akan menghadirkan dilema moral dan material (Kane, J., dkk. 2019).

Ketidaksiapan calon ibu terjadi karena kehamilan tanpa rencana dan kehamilan yang tidak diinginkan, sehingga tidak adanya kepedulian calon ibu mengenai tanda-tanda kehamilan yang terjadi pada tubuhnya. Remaja yang mengalami kehamilan, khususnya tidak diinginkan biasanya berakhir dengan keputusan untuk mengakhiri

## BAB 8

---

### PENGALAMAN MENYUSUI PADA REMAJA

Inisiasi Menyusui Dini (IMD) atau *breast crawl* adalah keadaan pertama kalinya bayi dengan kemampuan bayi sendiri mulai menyusui segera setelah dilahirkan. Selama kegiatan menyusui, terjalin kontak kulit antara ibu dan bayi setidaknya dalam waktu 60 menit pertama setelah bayi lahir. Dengan diberikannya ASI dan imunisasi sejak dini, dapat meminimalisir risiko kematian dan kesakitan pada bayi (Yunizar, Y., dkk. 2018). Beberapa manfaat ASI bagi ibu, yaitu untuk mengurangi perdarahan setelah persalinan, mengembalikan bentuk tubuh, mempercepat pemulihan kesehatan, mencegah risiko penyakit kardiovaskuler. Selain itu, secara psikologis ibu akan merasa lebih percaya diri atas keberhasilan menyusui dan kepuasan ibu, karena kebutuhan bayi dapat terpenuhi serta mempererat ikatan batin dengan bayi (Rahayu, Y., dkk 2018).

Manfaat lain dapat menghilangkan trauma pada ibu selepas melahirkan, sehingga berdampak pada kestabilan kondisi kesehatan ibu. Pemberian ASI Eksklusif pada bayi meminimalkan risiko kanker payudara, oleh karena itu ibu sangat dianjurkan untuk memberikan ASI saja hingga berusia 6 bulan (Hidayah, A., dkk. 2021).

ASI merupakan sumber minuman yang aman bagi bayi dan kandungan air relatif tinggi dalam ASI dapat menghilangkan rasa haus dari bayi. Pentingnya ASI Eksklusif berguna untuk meningkatkan daya tahan tubuh bayi, sehingga melindungi bayi dari serangan berbagai penyakit. Kurangnya pemberian ASI pada anak dapat menyebabkan kekurangan cairan (dehidrasi hingga tingkat berat) yang berdampak pada tidak diabsorbsinya secara baik zat gizi. Kurangnya penyerapan gizi dapat mengancam terjadinya malnutrisi hingga kematian, sehingga pemberian ASI Eksklusif menjadi salah satu untuk mengantisipasi terjadinya dehidrasi pada anak. Selain itu, manfaat ASI Eksklusif lainnya untuk menunjang sekaligus membantu proses perkembangan otak dan fisik bayi. Hasil penelitian pada 17 bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif terjadi penambahan berat badannya sejak usia 1-6 bulan. Hanya sebagian kecil bayi usia 1-6 bulan mengalami peningkatan berat badan kurang dari normal dan sebagian kecil bayi mempunyai berat badan lebih dari normal. Oleh karena itu, terbukti dengan diberikannya ASI Eksklusif pada anak dapat menambah berat badan sesuai usianya (Kristanti, L.A dan Sebtalesy, C.Y. 2020).

Hambatan saat menyusui, dialami oleh sebagian besar ibu remaja. Beberapa hambatannya, seperti keterlambatan diproduksinya ASI, rasa tidak percaya diri di awal menyusui, sakit saat awal menyusui (Wijaya, W., dkk 2021). Pengalaman ibu di awal menyusui, perasaan yang dirasakan saat menyusui dan pemompaan

## **BAB 9**

---

### **PEMBERIAN MAKANAN BAYI DAN ANAK PADA IBU REMAJA**

Masa keemasan (*golden age*) merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan anak. Masa keemasan terjadi selama 1000 hari pertama kehidupan, dari konsepsi, kehamilan, sampai dengan anak usia dua tahun (Rahayu, I dkk 2019). Sebagian manusia, anak memiliki hak asasinya berupa mendapatkan pemenuhan dan perlindungan. Anak menjadi syarat utama dalam mewujudkan generasi penerus bangsa yang berpotensi tinggi atau berkualitas. Oleh karena itu, diperlukan persiapan sedini mungkin upaya yang tepat dan terencana, agar tercapainya kualitas tumbuh kembang, baik secara fisik, mental, sosial, dan spiritual (Widaryani, R. 2019). Dalam mencapai tumbuh kembang secara maksimal, pemberian makanan pada anak sesuai dengan usianya menjadi penentu utama



(Daniels, 2019). Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) merupakan salah satu upaya perbaikan gizi di 1000 hari pertama untuk mencapai status gizi baik.

Strategi PMBA berpedoman pada *Global Strategy for Infant and Young Child Feeding*, yaitu:

1. Inisiasi Menyusu Dini (IMD) pada bayi baru lahir

Inisiasi menyusu dini merupakan pemberian hanya ASI saja selama 30 sampai 60 menit, saat bayi telah dilahirkan (Nasrullah, 2021). Proses IMD terjadi dengan membiarkan bayi menyusui menggunakan nalurinya, sehingga secara bersamaan terjadi kontak kulit ibu dengan bayi. Proses IMD dapat menjadi salah satu faktor penentunya keberhasilan ASI Eksklusif. IMD dapat menstimulasi produksi ASI sejak dini, sehingga kecil kemungkinan terhambatnya keberhasilan ASI Eksklusif, karena kurangnya ASI ataupun ASI yang tidak keluar, khususnya pada ibu remaja (Widaryani, R. 2019).

2. Pemberian ASI Eksklusif sejak lahir hingga bayi berusia 6 bulan

Pemberian ASI usia 0-6 bulan tanpa memberikan makanan tambahan atau minuman lain, seperti susu formula, madu, atau air putih disebut dengan ASI Eksklusif (Erlani, N.K.A.T., dkk. 2020). Zatgizi yang terkandung di dalam ASI dibutuhkan tubuh bayi, karena mengandung vitamin, protein, dan lemak. Selain itu, ASI lebih mudah dicerna juga berpotensi mendapatkan berat badan yang ideal dibandingkan dengan susu formula (Wijaya, 2019). Meskipun ASI memiliki banyak manfaat, namun durasi lamanya pemberian ASI pada ibu remaja lebih singkat dibandingkan dengan ibu dewasa. Sehingga pemanfaatan kandungan yang ada di ASI pada ibu remaja kurang optimal (Le Roux *et al.*, 2019).

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A., Dewi, A., Muharramah, A dan Pratiwi, A. (2022) ‘Gambaran Status Gizi dan Asupan Gizi Remaja Santri Pondok Pesantren Shuffah Hizbullah dan Madrasah Al-Fatah Lampung’, *Jurnal Gizi Aisyah*, 5(1), pp. 6–12. Available at: <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/JGA>.
- Abubakar dan Ngalimun (2019) *Psikologi Perkembangan (Konsep Dasar Pengembangan Kreativitas Anak)*, K-Media.
- Ade, W. (2014). *Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja Dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan Dan Keperawatannya*. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39–43. <http://103.97.100.145/index.php/JKA/article/view/3954>
- Afrizawati, A., Situmorang, N.Z. and Purwadi (2020) ‘Peran Ayah, Dukungan Teman Sebaya dan Ekspose Media Pornografi dengan Perilaku Seksual Berpacaran pada Remaja’, *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 3(2), pp. 83–90. Available at: <https://doi.org/10.36341/psi.v3i2.1142>.
- Agus, M. (2019). Hubungan Pola Asuh dan Pemberian Makanan Dengan Kejaduan Stunting Pada Anak Balita 6- 24 Bulan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Donggala.
- Ajhuri, K. F. (2019) *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Media Pustaka*.
- Al-Jawaldeh, A., Taktouk, M. and Nasreddine, L. (2020) ‘Food Consumption Patterns and Nutrient Intakes of Children and Adolescents In The Eastern Mediterranean Region: A Call for Policy Action’, *Nutrients*, 12(11), pp. 1–28. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu12113345>.
- Alfiyah, N., Solehati, T. dan Sutini, T. (2018) ‘Gambaran Faktor-

- Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja SMP', *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 4(2), pp. 131–139. Available at: <https://doi.org/10.17509/jpki.v4i2.10443>.
- Anindia, L.S., Widjanarko, B. dan Kusumawati, A. (2021) 'Determinan Perilaku Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Usia Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Genuk Kota Semarang', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), pp. 240–250. Available at: <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.4.240-250> \_.
- Ardianti, E., Pertiwi, S. and Rohmatin, E. (2020) 'The Effect of Prenatal Massage Towards Anxiety Level of Third Trimester Pregnant Women in The Work Area of Cibeureum Public Health Center Tasikmalaya 2019', *Midwifery and Nursing Research*, 2(1), pp. 28–30. Available at: <https://doi.org/10.31983/manr.v2i1.5607>.
- Arum, P., Werdhiharini, A.E. dan Perwiraningrum, D.A. (2018) 'Pemeriksaan dan Penilaian Status Gizi sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan dan Pencegahan Sindroma Metabolik pada Remaja', *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, pp. 108–111.
- Asmare, B., Taddele, M., Berihun, and Wagnew, F. (2018) 'Nutritional Status and Correlation with Academic Performance Among Primary School Children, Northwest Ethiopia', *BMC Research Notes*, 11(1), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13104-018-3909-1>.
- Aulya, Y., Siauta, J.A. dan Nizmadilla, Y. (2022) 'Analisis Anemia pada Remaja Putri', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(Anemia Pada Remaja Putri), pp. 1377–1386. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v4i4.1259>.
- Azizah, N., Nastia dan Sadat, A. (2022) 'Strategi Dinas Kesehatan

- Dalam Menekan Laju Penderitaan Stunting di Kabupaten Buton Selatan’, *JIP: jurnal inovasi penelitian*, 2(12), pp. 4145–4152. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v2i12.1518>.
- Buaton, A., Sinaga, A.S. dan Sitorus, M.A. (2019) ‘Pengetahuan Remaja dan Keterpaparan Informasi Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi’, *Scientific Periodical Journal Of Public Health and Coastal Health*, 1(2), pp. 97–107. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30829/contagion.v1i2.7210>.
- Chalimah, S.N. dzn Mubarak, Z. (2020) ‘Fenomena Seks Bebas Dikalangan Remaja Indonesia’, *Jurnal Penelitian Mahasiswa Sastra Indonesia Universitas Pamulang*, 1(1), pp. 1–18. Available at: <http://openjournal.unpam.ac.id/index.php/Mafs/article/view/8178>.
- Charina, M.S., Sagita, S., Koamesah, S. M. J dan Woda, R. R. (2022) ‘Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana’, *Cendana Medical Journal*, 23 (1), pp. 197–204. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6829>.
- Choliyah, P. (2020) ‘Efektivitas Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu dan Pola Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) di Kecamatan Kapetakan Cirebon Jawa Barat’, *ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan)*, 5(2), pp. 83–91. Available at: <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i2.4779>.
- Chotimah, K., Suza, D. E., Efendi, F., Hadisuyatmana, S., Astutik, E and Susanti, I.A. (2020) ‘Determinants of Adolescent First Births In Indonesia’, *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(5), pp. 241–245. Available at:

- <https://doi.org/10.31838/srp.2020.5.36>.
- Colombo, L. *et al.* (2018) 'Breastfeeding Determinants In Healthy Term Newborns', *Nutrients*, 10(1), pp. 5–8. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu10010048>.
- Daniels, L.A. (2019) 'Feeding Practices and Parenting: A Pathway to Child Health and Family Happiness', *Annals of Nutrition and Metabolism*, 74(Suppl2), pp. 29–42. Available at: <https://doi.org/10.1159/000499145>.
- Danty, F.R., Syah, M.N.H. dan Sari, A.E. (2019) 'Hubungan Indeks Gizi Seimbang dengan Status Gizi pada Remaja Putri di SMK Kota Bekasi', *The Indonesian Journal of Health*, 10(1), pp. 43–54.
- Dhami, M.V., Ogbo, Fe. A., Diallo, T. M. O., Olusanya, B. O., Goson, P. C and Agho, K. E. (2021) 'Infant and Young Child Feeding Practices Among Adolescent Mothers and Associated Factors In India', *Nutrients*, 13(7), pp. 1–28. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu13072376>.
- Diananda, A. (2019) 'Psikologi Remaja Dan Permasalahannya', *Journal ISTIGHNA*, 1(1), pp. 116–133. Available at: <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>.
- Diorarta, R. and Mustikasari (2020) 'Tugas Perkembangan Remaja Dengan Dukungan Keluarga: Studi Kasus', *Carolus Journal of Nursing*, 2(2), pp. 111–120. Available at: <https://doi.org/10.37480/cjon.v2i2.35>.
- Dwimawati, E. (2020) 'Gambaran Status Gizi berdasarkan Antropometri Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas IBN Khaldun Bogor', *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 3(1), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.32832/pro.v3i1.3144>.
- Edu, A.L., Madu, F.J., Jediut, M., dan Jaya, P.R.D. (2020) 'Perilaku Berpacaran Remaja Kos-Kosan Di Kota Ruteng, Kabupaten

- Manggarai, NTT', *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan Missio*, 12(1), pp. 45–54. Available at: <https://doi.org/10.36928/jpkm.v12i1.209>.
- Ekasari, M.F., Rosidawati dan Jubaedi, A. (2019) 'Pengalaman Pacaran pada Remaja Awal', *Jurnal Wahana Inovasi*, 8(1), pp. 1–7.
- ELMoslemany, A. G., ELBbandrawy, A. M., Elhosary, E. A and Gabr, A. A. (2019) 'Relation Between Body Mass Index and Premenstrual Syndrome', *Current Science International*, 8(2), pp. 394–402.
- Elvira, Hastono, S.P. dan Maisyrah, S. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja', *Jurnal ilmiah STIKES Citra Delima*, 3(1), pp. 15–24. Available at: <https://doi.org/10.33862/citradelima.v3i1.32>.
- Erlani, N.K.A.T., Seriani, L. dan Ariastuti, L.P. (2020) 'Perilaku Pemberian ASI Eksklusif Pada Wanita Pekerja Tenaga Kesehatan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah', *Jurnal medika udayana*, 9(7), pp. 4–6. Available at: <https://doi.org/10.24843.MU.2020.V9.i6.P14>.
- Ernawati, A. (2018) 'Hubungan Usia Dan Status Pekerjaan Ibu Dengan Kejadian Kurang Energi Kronis Pada Ibu Hamil Relationship Age and Occupational Status With Chronic Energy Deficiency in Pregnant Woman', *Jurnal Litbang*, XIV(1), pp. 27–37. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33658/jl.v14i1.106>.
- Fadila, W. dan Komala, R. (2018) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Pendidikan Ibu dengan Rendahnya Pemberian ASI Eksklusif di Posyandu Lestari Desa Tanjung Raya Kota Bandar Lampung Tahun 2018', *Jurnal Gizi Aisyah*, 01(01), pp. 36–44. Available at:

<https://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/JGA/article/view/WidyaFadila>.

- Fau, S.Y., Nasution, Z. dan Hadi, A.J. (2019) 'Faktor Predisposisi Ibu Usia Remaja Terhadap Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Kecamatan Luahagundre Maniamolo Kabupaten Nias Selatan', *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3). Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.802>.
- Fauziah, P.S., Hamidah, H. and Subiyatin, A. (2022) 'Kehamilan Tidak Diinginkan di Usia Remaja', *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 3(2), p. 53. Available at: <https://doi.org/10.24853/myjm.3.2.53-62>.
- Fauziyah, Tarigan, F.L. dan Hakim, L. (2021) 'Analisis Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Kabupaten Aceh Utara Tahun 2021', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), pp. 1526–1545. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.33143/jhtm.v7i2.1733>.
- Fujiana, F. (2020) 'Studi Fenomenologi: Pengalaman Remaja Perempuan Menjalankan Peran Sebagai Ibu', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 08, pp. 26–33. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.36085/jkmu.v8i1.647>.
- Galbinur, E., Defitra, M. A., & Venny. (2021). Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi bagi Remaja. *Prosiding SEMNAS BIO*, 221–228.
- Hafiza, D., Utmi, A. dan Niriya, S. (2021) 'Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja SMP YLPI Pekanbaru', *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), pp. 86–96. Available at: <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>.
- Hajawiyah, A., Hapsari, M. F., Yuliyanto, R dan Efandi, S. (2022) 'Sosialisasi Kenakalan Remaja, Sex Education, dan Kekerasan

- Seksual di SMP Negeri 3 Trucuk', *Jurnal Bina Desa*, 4(3), pp. 355–362. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jbd.v4i3.39289>.
- Hanifah, S.D., Nurwati, R.N. dan Santoso, M.B. (2022) 'Seksualitas Dan Seks Bebas Remaja', *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 3(1), p. 57. Available at: <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.40046>.
- Harmaini dan Novitriani, S.A. (2018) 'Perbedaan Cybersex Pada Remaja Ditinjau Dari Usia dan Jenis Kelamin', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v3i2.5620>.
- Haryanti, S.Y., Pangestuti, D.R. dan Kartini, A. (2019) 'Anemia Dan Kek Pada Ibu Hamil Sebagai Faktor Risiko Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Juwana Kabupaten Pati)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), pp. 322–329. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jkm.v7i1.22978>.
- Herawati, T., Pranaji, D.K., Pujihasvuty, R. dan Latifah, E.W. (2020) 'Faktor-Faktor yang Memengaruhi Pelaksanaan Fungsi Keluarga di Indonesia', *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(3), pp. 213–227. Available at: <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.3.213>.
- Hidana, R., Wahyani, A. D., Simanjuntak, R. R dan Lestari, Y. N (2022) 'Bagaimana Status Menarche Berpengaruh Terhadap Status Gizi serta Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Remaja Putri?', *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 2(1), pp. 19–35. Available at: <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v2i1.55269>.



- Hidayah, A., Siswanto, Y. dan Pertiwi, K.D. (2021) 'Riwayat Pemberian MP-ASI dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Stunting pada Balita', *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(186), pp. 76–83. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i1.47526>
- Hidayah, N., Rita, W., Anita, B., Podesta, F., Ardiansyah, S., Subeqi, A. T., Nasution, S. L dan Riastuti, F. (2019) 'Hubungan Pola Asuh dengan Kejadian Stunting (Rekomendasi Pengendaliannya di Kabupaten Lebong)', *Riset Informasi Kesehatan*, 8(2), p. 140. Available at: <https://doi.org/10.30644/rik.v8i2.237>
- Hidayat, S.F., Pratiwi, R. dan Wiyati, P.S. (2023) 'Hubungan antara Status Gizi Ibu dengan Berat Lahir Bayi pada Kehamilan Remaja', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(1), pp. 36–44. Available at: <https://doi.org/10.22146/jkr.83433>
- Ida, A.S., Hidayati dan Amin, W. (2021) 'Kehamilan Pada Usia Remaja Dengan Output Maternal Neonatal Di Puskesmas Jongaya', *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, XVI(2), pp. 259–266. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.32382/medkes.v16i2.2206>
- Ilslaamy, T.Z., Endah Yani, R.W. dan Ningtyias, F.W. (2021) 'Hubungan Intake Protein dengan Status Gizi pada Remaja Puteri', *Multidisciplinary Journal*, 4(1), p. 21. Available at: <https://doi.org/10.19184/multijournal.v4i1.27472>
- Irwanda, M., Suryani, D., Krisnasary, A dan Yandrizal (2023) 'Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Status Gizi Remaja di SMP N 14 Kota Bengkulu Tahun 2022', *ASKARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 09(01), pp. 199–208. Available

at:

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.37905/aksara.9.1.199-208.2023>.

Iskandar, A.M., Akhiruddin dan Irnayanti (2020) 'Fenomena Ibu Muda dan Pengasuhan Anak', *Jurnal Neo Societal*, 5(2), pp. 182–188. Available at:

<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.52423/jns.v5i2.11055>.

Jebeile, H., Kelly, A. S., O'Malley, G and Baur, L. A. (2020) 'Obesity In Children and Adolescents: Epidemiology, Causes, Assessment, and Management', *The Lancet Diabetes-endocrinology*, (January), pp. 19–21. Available at:

[https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(22\)00047-X](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(22)00047-X).

Kahssay, M., Mohamed, L. and Gebre, A. (2020) 'Nutritional Status of School Going Adolescent Girls in Awash Town, Afar Region, Ethiopia', *Journal of Environmental and Public Health*, 2020. Available at: <https://doi.org/10.1155/2020/7367139>.

Kane, J., Lohan, M. and Kelly, C. (2019) 'Adolescent Men's Attitudes and Decision Making In Relation to Pregnancy and Pregnancy Outcomes: An Integrative Review of The Literature from 2010 to 2017', *Journal of Adolescence*, 72, pp. 23–31. Available at:

<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.12.008>.

Kansra, A.R., Lakkunarajah, S. and Jay, M.S. (2021) 'Childhood and Adolescent Obesity: A Review', *Frontiers in Pediatrics*, 8(January), pp. 1–16. Available at:

<https://doi.org/10.3389/fped.2020.581461>.

Kartini (2022) *Pengantar Gizi Kebidanan, Kencana Prenada Media*.

Kristanti, L.A. dan Sebtalesy, C.Y. (2020) 'Perbedaan Pertumbuhan Bayi Usia 0-6 Bulan Berdasarkan Pemberian Asi Di Desa Mojopurno Kecamatan Wungu Kabupaten Madiun', *Jurnal*

- Kebidanan Besurek*, 5(2), pp. 44–54. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.51851/jkb.v5i2.172>.
- Larasati, D.A., Nindya, T.S. dan Arief, Y.S. (2018) ‘Hubungan antara Kehamilan Remaja dan Riwayat Pemberian ASI Dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pujon Kabupaten Malang’, *Amerta Nutrition*, 2(4), p. 392. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i4.2018.392-401>.
- Leandro, C.G. *et al.* (2019) ‘Barriers and Enablers That Influence Overweight/Obesity/Obesogenic Behavior in Adolescents From Lower-Middle Income Countries: A Systematic Review’, *Food and Nutrition Bulletin*, 40(4), pp. 562–571. Available at: <https://doi.org/10.1177/0379572119853926>.
- Ling, J. Chen, S., Zahry, N. R dan Kao, T.S.A (2023) ‘Economic burden of childhood overweight and obesity: A systematic review and meta-analysis’, *Obesity Reviews*, 24(2), pp. 1–13. Available at: <https://doi.org/10.1111/obr.13535>.
- Manggabarani, S., Hadi, A. J., Said, I dan Bunga, S. (2018) ‘Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, Pola Makan, Pantangan Makanan Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui’, *Jurnal Dunia Gizi*, 1(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg>.
- Mayren, N., Notoatmojo, S. dan Ulfa, L. (2021) ‘Determinan Perilaku Pacaran Pada Remaja’, *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), pp. 272–280. Available at: <https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss3.573>.
- Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A. (2020). Pengalaman Remaja Perempuan Menjalankan Peran Sebagai Ibu. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 08(April), 26–33.
- Metasari, D. and Sianipar, B.K. (2019) ‘Hubungan Persepsi Ibu

- Tentang Ketidakcukupan Asi (Pka) Terhadap Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi Di Wilayah Kelurahan Kuala Lempuing Kota Bengkulu’, *Journal of Nursing and Public Health*, 7(1), pp. 41–45. Available at: <https://doi.org/10.37676/jnph.v7i1.786>.
- Muchtar, F., Sabrin., Effendy, D. S., Lestari, H dan Bahar, H. (2022) ‘Pengukuran Status Gizi Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe’, *Abdi Masyarakat*, 4(1), pp. 43–48. Available at: <https://doi.org/10.58258/abdi.v4i1.3782>.
- Muhammad, H. dan Irwansyah (2021) ‘Penggunaan Media Sosial Facebook Bagi Remaja Laki-Laki Dalam Menjalin Hubungan Pacaran’, *Jurnal Translitera*, 3(2), p. 6. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35457/translitera.v10i1.1299>.
- Muhayati, A. dan Ratnawati, D. (2019) ‘Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri’, *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), pp. 563–570. Available at: <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>.
- Mulya, A.P., Lukman, M. dan Yani, D.I. (2021) ‘Peran Orang Tua dan Peran Teman Sebaya pada Perilaku Seksual Remaja’, *Faletehan Health Journal*, 8(02), pp. 122–129. Available at: <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.138>.
- Mundagowa, P.T., Chadambuka, E. M., Chimberengwa, P. T. and Mukora-M. F. (2019) ‘Determinants of Exclusive Breastfeeding Among Mothers of Infants Aged 6 to 12 Months In Gwanda District, Zimbabwe’, *International Breastfeeding Journal*, 14(1), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13006-019-0225-x>.
- Musni dan St. Malka (2020) ‘Hubungan Peran Orang Tua Dan Perilaku Pacaran Dengan Kejadian Kehamilan Pada Remaja Di

- Desa Melle Kab.Bone', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(1), pp. 14–18. Available at: <https://doi.org/10.35892/jikd.v15i1.310>.
- Nasrullah, M.J. (2021) 'Pentingnya Inisiasi Menyusu Dini dan Faktor yang Mempengaruhinya', *Jurnal Medika Hutama*, 02(02), pp. 439–447. Available at: <http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/144>.
- Ngamnil, N. and Kaewkiattikun, K. (2019) 'Prevalence of Exclusive Breastfeeding Among Adolescent Mothers In Bangkok', *Thai Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 27(2), pp. 79–87. Available at: <https://doi.org/10.14456/tjog.2019.11>.
- Nor, A.M., Shah, S. S. A., Balasingam, U.A.P. and Zainudin, Z. N. (2019) 'The Turning Point in an Unwanted Teenage Pregnancy: A Psychoemotional Perspective', *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 15(April), pp. 30–36.
- Nuampa, S., Tilokskulchai, F., Patil, C. L., Sinsuksai, N and Phahuwatanakorn, W. (2018) 'Factors Related To Exclusive Breastfeeding In Thai Adolescent Mothers: Concept Mapping Approach', *Maternal & Child Nutrition*, 15, pp. 1–13. Available at: <https://doi.org/10.1111/mcn.12714>.
- Nurdianti, R., Marlina, L. dan Sumarni, S. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Di SMK MJPS 1 Kota Tasikmalaya', *Healthcare Nursing Journal*, 3(1), pp. 90–96. Available at: <https://doi.org/10.35568/healthcare.v3i1.1094>.
- Octavia, Z.F. (2020) 'Frekuensi Dan Kontribusi Energi Dari Sarapan Meningkatkan Status Gizi Remaja Putri', *Jurnal Riset Gizi*, 8(1), pp. 32–36. Available at: <https://doi.org/10.31983/jrg.v8i1.5749>.

- Ohee, C. (2019) 'Pengaruh Status Hubungan Berpacaran Terhadap Perilaku Pacaran Berisiko Pada Mahasiswa Perantau Asal Papua Di Kota Surabaya', *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(2), p. 269. Available at: <https://doi.org/10.20473/ijph.v13i2.2018.269-287>.
- Olodu, M.D., Adeyemi, A. G., Olowookere, S. A and Esimai, O. D. (2019) 'Nutritional Status of Under-Five Children Born to Teenage Mothers In An Urban Setting, South-Western Nigeria', *BMC Research Notes*, 12(1). Available at: <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4147-x>.
- Padut, R.D., Nggarang, B.N. dan Eka, A.R. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Berisiko Pada Remaja Kelas XII Di MAN Manggarai Timur Tahun 2021', *Jwk*, 6(1), pp. 2548–4702.
- Pangow, S., Bodhi, W. dan Budiarmo, F. (2020) 'Status Gizi Pada Remaja SMP Negeri 6 Manado Menggunakan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang', *Jurnal Biomedik : JBM*, 12(1), pp. 43–47. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jbm.12.1.2020.27005>.
- Pojksic, H. and Eslami, B. (2018) 'Relationship Between Obesity, Physical Activity, and Cardiorespiratory Fitness Levels in Children and Adolescents in Bosnia and Herzegovina: An Analysis of Gender Differences', *Frontiers in Physiology*, 9(November), pp. 1–11. Available at: <https://doi.org/10.3389/fphys.2018.01734>.
- Purnama, Y. (2020) 'Faktor Penyebab Seks Bebas Pada Remaja', *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 21(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i2.933>.

- Purnawati, D. and Aritonang, V. (2019) 'Kehamilan yang Tidak Diinginkan Pada Remaja; Kekerasan dalam Berpacaran, Peran Orang tua dan Sekolah', *Prosiding Forum Ilmiah Tabunan LAKMI (Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia)*, pp. 25–26. Available at: <https://pkbi-diy.info/kehamilan-yang-tidak-diinginkan/>.
- Purwanti, T. dan Setiyaningsih, F.Y. (2022) 'Pijat Kehamilan untuk Menurunkan Stres Psikologi pada Kehamilan Remaja dan Implikasinya terhadap Pencegahan Stunting', *Embrio*, 14(1), pp. 60–68. Available at: <https://doi.org/10.36456/embrio.v14i1.4452>.
- Puspita, I.A., Agusybana, F. dan Dharminto, D. (2020) 'Hubungan Penggunaan Media Sosial dan Peran Teman Sebaya dengan Perilaku Seksual Berisiko di SMK Kota Surakarta', *Jurnal Kesehatan*, 7(3), pp. 111–118. Available at: <https://doi.org/10.25047/j-kes.v7i3.113>.
- Putra, R.W.H., Supadi, J. dan Wijaningsih, W. (2019) 'Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Mengenai Anemia Pada Remaja Putri', *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), pp. 75–78. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5220>.
- Putri, M.P., Dary, D. dan Mangalik, G. (2022) 'Asupan Protein, Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri', *Journal of Nutrition College*, 11(1), pp. 6–17. Available at: <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.31645>.
- Putri, M.R. (2018) 'Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Bulang Kota Batam', *Jurnal Bidan Komunitas*, 1(2), pp. 99–106. Available at: <https://doi.org/10.33085/jbk.v2i2.4334>.
- Rachmayani, S.A., Kuswari, M. dan Melani, V. (2018) 'Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Putri di SMK Ciawi

- Bogor', *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2), pp. 125–130. Available at: <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2018.005.02.6>.
- Rahayu, I., Jalinus, N. and Yuliana (2019) 'Kontribusi Pengetahuan Gizi Ibu Dan Pola Asuh Gizi Terhadap Status Gizi Anak Balita Di Jorong Sungai Salak Kenagarian Koto Tangah Kecamatan Tanjung Emas Kabupaten Tanah Datar', *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(2), p. 235. Available at: <https://doi.org/10.23887/jish-undiksha.v8i2.22376>.
- Rahayu, N.F., Indraswari, R. dan Husodo, B.T. (2020) 'Hubungan Jenis Kelamin, Usia dan Media Pornografi dengan Perilaku Seksual Berisiko Siswa SMP di Kota Semarang', *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), pp. 62–67. Available at: <https://doi.org/10.14710/mkmi.19.1.62-67>.
- Rahayu, Y., Novayelinda, R. dan Agrina (2018) 'Hubungan Teknik Perlekatan Menyusui dengan Kejadian Regurgitasi pada Bayi Usia 0-2 Bulan', *JOM FKp*, 5(2), pp. 363–371.
- Rahima, R. dan Hasgimianti, H. (2020) 'Pemahaman Remaja tentang Bahaya Seks Bebas dan Pernikahan Dini di Desa Kualu Nenas Kampar Riau', *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 3(2), pp. 61–68. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/egcdj.v3i2.10901>.
- Rahmah, C. N. M. (2016). 3 Fase Remaja yang Akan Dilalui Anak, Parents Sudah Tahu? *TheAsianparent*, 1–17. <https://id.theasianparent.com/fase-remaja>
- Rahmanindar, N., Izah, N., Astuti, P. T., Hidayah, S. N dan Zulfiana, E. (2021) 'Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Pranikah Sebagai Upaya Kehamilan Sehat Untuk Mencegah Stunting', *Journal of Social Responsibility Projects by Higher Education Forum*, 2(2), pp. 83–86. Available at:



- <https://doi.org/10.47065/jrespro.v2i2.973>.
- Rahmat, I. (2022) 'Pengaruh Pendidikan Ibu Dengan Status Gizi Siswa Di SMK Bina Sehat Nusantara Kabupaten Bone Tahun 2022', *Jurnal Suara Kesehatan*, 8(1), pp. 65–70. Available at: <https://doi.org/10.56836/journaliskb.v8i1.57>.
- Rahmawati, S.M., Madanijah, S., Anwar, F., dan Kolopating, R. (2019) 'Konseling Oleh Kader Posyandu Meningkatkan Praktik Ibu Dalam Pemberian Makan Bayi Dan Anak Usia 6-24 Bulan Di Desa Pagelaran, Kecamatan Ciomas, Bogor, Indonesia', *Gizi Indonesia*, 42(1), p. 11. Available at: <https://doi.org/10.36457/gizindo.v42i1.379>.
- Rahmayanti, R., Setyowati dan Afiyanti, Y. (2018) 'Pengalaman Ibu Remaja Primipara Memperoleh Dukungan Keluarga Dalam Memberikan ASI Eksklusif', *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 1(1), pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.36984/jkm.v.1i1.8>.
- Rahmuniyati, M.E., Bintari, C.M. dan Mukaromah, H. (2022) 'Edukasi Pemberian Makan Pada Bayi Dan Anak (PMBA) Untuk Pemenuhan Asupan Gizi Anak', *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), pp. 1026–1030. Available at: <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i3.2866>.
- Ramadhani, N.J., Samad, S. dan Latif, S. (2023) 'Perilaku Seks Bebas Pada Remaja Dan Penanganannya (Studi Kasus Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Kabupaten Pinrang)', *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 3(4), pp. 74–86.
- Ratnawati, D. dan Astari, I.D. (2019) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Perilaku Berpacaran Pada Remaja Di SMA X Cawang Jakarta Timur', *Jurnal Profesi Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13(1), pp. 15–21. Available at: <https://doi.org/10.33533/jpm.v13i1.908>.

- Renyoet, B.S., Corry, O. dan Tampubolon, R. (2023) 'Gambaran Kecukupan Gizi pada Kehamilan Remaja di Kota Salatiga', *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 8(1), pp. 87–102. Available at: <https://doi.org/10.14710/jekk.v8i1.13000>.
- Retnowati, V. (2020) 'Pengaruh Teman Sebaya dan Gaya Pacaran terhadap Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Pria', *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), pp. 75–79. Available at: <https://doi.org/10.14710/jpki.15.2.75-79>.
- Rihiantoro, T. dan Widodo, M. (2018) 'Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), p. 159. Available at: <https://doi.org/10.26630/jkep.v13i2.924>.
- Rokhmah, F., Muniroh, L. dan Nindya, T.S. (2017) 'Hubungan Tingkat Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Siswi Sma Di Pondok Pesantren Al-Izzah Kota Batu', *Media Gizi Indonesia*, 11(1), p. 94. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgi.v11i1.94-100>.
- Le Roux, K. Christodoulou, J., Stansert-K. L., Dippenaar, E., Laurenzi, C., Le R. I. M., Tomlinson, M., Rotheram-B and Mary J. (2019) 'A Longitudinal Cohort Study of Rural Adolescent vs Adult South African Mothers and Their Children from Birth to 24 Months', *BMC Pregnancy and Childbirth*, 19(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12884-018-2164-8>.
- Rusman, A.D.P. Umar, F., Fitriani., Haniarti., Usman., Majid, M. dan Hengky, H.K. (2020) 'Kartu Cegah Stunting Untuk Calon Pengantin Di Masa Pandemi Covid-19', *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan LAKMI (Ikatan Abli Kesehatan Masyarakat Indonesia)*, pp. 1–7. Available at: <http://jurnal.iakmi.id/index.php/FITIAKMI>.
- Sari, D.E. and Rokhanawati, D. (2018) 'The Correlation Between

- Age of First Dating and Sexual Behavior of Adolescents and Young Adults In indonesia', *Journal of Health Technology Assessment in Midwifery*, 1(1), pp. 23–28. Available at: <https://doi.org/10.31101/jhtam.441>.
- Sari, N.W. (2019) 'Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual pada Remaja', *Jurnal Human Care*, 5(3), pp. 813–826. Available at: <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3163>.
- Sigalingging, G. dan Sianturi, I.A. (2019) 'Hubungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Seksual Remaja Di SMK Medan Area Medan Sunggal', *Jurnal Darma Agung Husada*, V(1), pp. 9–15.
- Simanjuntak, B. Y., Suryani, D. dan Supardi, A. (2021) 'Hubungan Faktor Internal dengan Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja (Analisis SKAP Provinsi Bengkulu 2019)', *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(4), pp. 226–232. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jkesvo.65849>.
- Subekti, N.M., Prasetyani, D.K. and Nikmah, A.N. (2020) 'Gambaran Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas pada Remaja', *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 1(2), pp. 159–165. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.30737/jumakes.v1i2.775>.
- Sumarni, S. dan Andriani, D. (2019) 'Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia', *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 2(1), pp. 61–66. Available at: <https://doi.org/10.35451/jkf.v2i1.282>.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., dan Harto. K. (2022) 'Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan', *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 8(3), pp. 1917–1928. Available at: <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.3494>.
- Suryandari, S. (2020) 'Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap

- Kenakalan Remaja', *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 4(1), pp. 23–29. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.36928/jipd.v4i1.313>.
- Syifa, E.D.A. dan Djuwita, R. (2023) 'Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi High School Students in Pekanbaru City', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(2), pp. 368–378. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.25311/keskom.Vol9.Iss2.1579>.
- Tamalla, N.P. dan Azinar, M. (2022) 'Literasi Kesehatan terhadap Perilaku Perawatan Kehamilan Usia Remaja', *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 6(1), pp. 47–53. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/higeia.v6i1.51549>.
- Tandrianti, A.Z. dan Darminto, E. (2018) 'Perilaku Pacaran Pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Tulungagung', *Jurnal BK UNESA*, 9(1).
- Tedjo, J.A., Luik, J.E. dan Aritonang, A.I. (2021) 'Representasi Feminisme Dalam Film “Story of Kale: When Someone’s in Love”', *Jurnal e-Komunikasi*, 9(1), pp. 1–12. Available at: <http://publication.petra.ac.id/index.php/ilmu-komunikasi/article/view/6164>.
- Telisa, I., Hartati, Y. dan Haripamilu, A.D. (2020) 'Faktor Risiko Terjadinya Obesitas Pada Remaja SMA', *Faletehan Health Journal*, 7(03), pp. 124–131. Available at: <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i03.160>.
- Thahir, A. (2018) *Psikologi Perkembangan*, Aura Publishing. Available at: <http://repository.radenintan.ac.id/10934/>.
- Uramako, D.F. (2021) 'Faktor Determinan yang Berpengaruh Terhadap Status Gizi Remaja', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi*

- Husada*, 10(2), pp. 560–567. Available at: <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.651>.
- Wahani, S.M.P., Umboh, J.M.L. and Tendean, L. (2022) ‘Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja’, *Jurnal Surya Medika*, 8(1), pp. 194–199. Available at: <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3163>.
- Widaryani, R. (2019) *Pemberian Makan Bayi & Anak, CV Budi Utama*. Available at: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/infant-and-young-child-feeding>.
- Widnatusifah, E., Battung, S. M., Bahar, B., Jafar, N dan Amalia, M. (2020) ‘Gambaran Asupana Zat Gizi dan Status Gizi Remaja Pengungsian Petobo Kota Palu’, *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), pp. 17–29. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10155>.
- Wijaya, F.A. (2019) ‘ASI Eksklusif: Nutrisi Ideal untuk Bayi 0-6 Bulan’, *CDK - Journal*, 46(4), pp. 296–300. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.55175/cdk.v46i4.485>.
- Wijaya, W., Makiyah, N. dan Warsiti (2021) ‘Quality Study of Breastfeeding Practice Experiences of Teenager Mothers with Unwanted Pregnancy Wulan’, *Jurnal Kebidanan*, 11(1), pp. 15–22. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jkb.v11i1.5896>.
- Winpenny, E.M., Slurijis, E. M. F. V., White, M., Klepp, K. I., Wold, B and Lien, N. (2018) ‘Changes In Diet Through Adolescence and Early Adulthood: Longitudinal Trajectories and Association with Key Life Transitions’, *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 15(1), p. 86. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12966-018-0719-8>.
- Woessner, M.N., Tacey, A., Levinger-Limor, A., Parker, A. G., Levinger, P and Levinger, I. (2021) ‘The Evolution of

- ‘Technology and Physical Inactivity: The Good, the Bad, and the Way Forward’, *Frontiers in Public Health*, 9(May), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.655491>.
- Yunizar, Y., Asriwati, A. dan Hadi, A.J. (2018) ‘Perilaku Ibu dalam Pemberian Imunisasi DPT/Hb-Hib di Desa Sinabang Kecamatan Simeulue Timur’, *Jurnal Kesehatan Global*, 1(2), p. 61. Available at: <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i2.3956>.
- Yustiari dan Syahrianti (2018) ‘Hubungan Paparan Pornografi Melalui Televisi Dengan Perilaku Seksual Remaja SMA Negeri 2 Kendari’, *Health Information*, 10(2008), pp. 15–20. Available at: <https://doi.org/10.36990/hijp.v10i2.125>.
- Zuhriyatun, F., Hastuti, P., Rusmini dan Walin (2023) ‘Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kehamilan Remaja’, *Jurnal Ners*, 7, pp. 1346–1353. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.16704>.

## **BIODATA PENULIS**



**Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM., M.KM.**

Penulis lahir di Kota Medan Sumatera Utara. Penulis menyelesaikan pendidikan S1 di Universitas Sumatera Utara. Penulis melanjutkan pendidikan S2 di Universitas Indonesia. Penulis melanjutkan pendidikan di Institut Pertanian Bogor. Sejak tahun 2016, penulis mulai aktif mengajar sebagai dosen dan saat ini penulis aktif mengajar di Jurusan Gizi Poltekkes Bengkulu. Guna meningkatkan wawasan mahasiswa kesehatan khususnya Gizi, penulis telah menulis beberapa buku. Penulis juga aktif dalam kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, serta bergabung dalam organisasi profesi PERSAGI. Penulis juga aktif dalam penulisan artikel ilmiah nasional maupun internasional, serta menulis buku ajar/modul/buku referensi, dsb. Penulis dapat dihubungi melalui email: [patricknmom@yahoo.co.id](mailto:patricknmom@yahoo.co.id)

# **MONOGRAF** **PROBLEMATIKA** **KESEHATAN** **REMAJA**

Buku ini ditulis dari berbagai hasil penelitian dan artikel-artikel yang terupdate. Terbitnya buku ini tentu saja tidak terlepas kontribusi pikiran, tenaga, dan material dari berbagai pihak, untuk itu disampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Kepada para mahasiswa, khususnya mahasiswa gizi, mahasiswa kebidanan, dan mahasiswa kesehatan lainnya, serta dosen yang tertarik untuk membaca buku ini, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya.

PSB

Penerbit  
STIKES BANYUWANGI



IKAPI  
IKATAN PENERBIT INDONESIA

ISBN 978-623-89163-0-6



9

786238

916306