

PENINGKATAN LITERASI KESEHATAN TENTANG PENYAKIT TIDAK MENULAR UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU PADA REMAJA

Reny Sulistyowati^{1*}, Aida Kusnaningsih², Nang Randu Utama³, Yuyun Christyanni⁴,
Fina Ratih Wira Putri Fitri Yani⁵, Fetty Rahmawaty⁶

^{1,2,3,4,5,6}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Indonesia
reny_sulis@polkesraya.ac.id¹, aidaparyanto@yahoo.co.id², utamanangrandu@gmail.com³,
yuyun.christyanni@gmail.com⁴, finaratih.apt@polkesraya.ac.id⁵, fetty.rahmawati@gmail.com⁶

ABSTRAK

Abstrak: Penyakit tidak menular (PTM) seperti kanker, diabetes mellitus (DM) dan hipertensi merupakan penyakit yang dianggap hanya dialami oleh orang yang sudah lanjut usia namun pada kenyataannya saat ini bahkan remaja banyak yang mengalami penyakit ini dan harus berakhir di rumah sakit untuk melakukan perawatan. Tujuan pengabmas ini adalah agar para remaja dapat meningkatkan literasi kesehatan mengenai PTM dari sumber terpercaya agar remaja dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku untuk mencegah PTM. Metode kegiatan dengan pemberian edukasi pada siswa SMAN 2 Kasongan sebanyak 50 orang, diawali dengan *pre-test*, dilanjutkan pemberian edukasi dan evaluasi setelah pemberian edukasi (*post-test*). Dari 50 orang peserta, 52% laki-laki dan 48% perempuan. Peserta paling banyak berusia 16 tahun sebanyak 50%, dan paling sedikit berusia 14 tahun dan 17 tahun sebesar 12%; sebagian besar peserta kelas XI (80,6%). Terdapat peningkatan pengetahuan *pre-test* dan *post-test* yaitu sebesar 18% dan peningkatan perilaku sebesar 6%. Peningkatan pengetahuan dengan cara literasi bukan hanya meningkatkan dari segi kognitif remaja tetapi sekaligus memicu segi afektif dan psikomotor melalui penerapan sebagai bentuk hasil dari keberhasilan literasi kesehatan.

Kata Kunci: Penyakit Tidak Menular; Remaja; Literasi Kesehatan.

Abstract: *Non-communicable diseases (NCDs) such as cancer, diabetes mellitus (DM) and hypertension are diseases that are thought to only be experienced by elderly people, but in reality, nowadays many teenagers even experience these diseases and have to end up in hospital for treatment. The aim of this community service is so that teenagers can increase health literacy regarding PTM from trusted sources so that teenagers can increase their knowledge, attitudes and behavior to prevent PTM. The activity method involves providing education to 50 students of SMAN 2 Kasongan, starting with a pre-test, followed by providing education and evaluation after providing education (post-test). Of the 50 participants, 52% were men and 48% were women., Participants were at most 16 years old (50%), and at least 14 years old and 17 years old at 12%; most were class XI participants (80.6%). There was an increase in pre-test and post-test knowledge, namely 18% and behavior increased by 6%. Increasing knowledge by means of literacy not only improves the cognitive aspect of adolescents but also triggers the affective and psychomotor aspects through application as a result of successful health literacy.*

Keywords: *Non-communicable diseases (NCDs); Teenagers; Health Literacy.*



Article History:

Received: 22-12-2023

Revised : 28-01-2024

Accepted: 05-02-2024

Online : 21-02-2024



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Dalam satu tahun, penyakit tidak menular (PTM) telah mengakibatkan kematian sebanyak lebih dari 40 juta orang. WHO menyatakan tujuh dari sepuluh kematian global diakibatkan penyakit jantung, kanker, diabetes, pernapasan dan PTM lainnya (Direktorat P2 PTM Kementerian Kesehatan RI, 2020). Penduduk yang berusia lebih muda juga meninggal akibat PTM. Kematian diseluruh dunia diprediksi terus bertambah oleh WHO, Kenaikan angka terbanyak akan terjadi di negara-negara menengah dan miskin. PTM seperti kanker, penyakit jantung, stroke dan diabetes mengakibatkan kematian sebanyak lebih dari dua pertiga (70% dari populasi global) (Susilawati, 2023). Di tahun 2030 diperkirakan sebanyak 52 juta jiwa meninggal setiap tahunnya akibat PTM, hal ini meningkat sebanyak 9 juta dari 38 juta jiwa di masa sekarang. Di masa dulu, PTM acap kali dihubungkan dengan penyakit orang yang sudah tua, namun sebenarnya juga dapat dialami oleh orang yang berusia muda. Hasil survei kesehatan global berbasis sekolah di tahun 2015 atau *Global Schoolbased Student Health Survey* (GSHS) menemukan pola hidup remaja di jaman sekarang berisiko menimbulkan PTM (Nurhayati, 2020). Data tersebut mendapati adanya pola makan tidak sehat dalam sehari yaitu remaja mengkonsumsi makanan siap saji sebesar 53%, minimnya menyantap sayur dan buah (78,4%), minuman mengandung soda (28%), kurangnya aktifitas fisik (67,9%), pengalaman merokok (22,5%), dan minum alkohol (4,4%) (Yuningrum et al., 2021).

Sekarang ini Indonesia berada di masa “bonus demografi” yaitu usia penduduk produktif di rentang usia 15-64 tahun lebih besar (jumlahnya sebanyak 191,08 juta jiwa atau 70,72%, dibandingkan dengan jumlah penduduk berusia muda yaitu di rentang usia 0-14 tahun sebesar 63,03 juta jiwa (23,33%) sedangkan penduduk berusia lanjut yaitu direntang usia 65 tahun lebih sebesar 16,07 juta jiwa (5,95%) (Novrizaldi, 2021). Sebesar 70,7% dari total penduduk Indonesia hampir berusia produktif yaitu sebesar 185,34 juta jiwa diantaranya sebesar 16,81% berusia remaja. Kondisi ekonomi, status pekerjaan, tingkat pendidikan, usia dan literasi kesehatan merupakan beberapa faktor indikator derajat kesehatan. Hal yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan pada remaja salah satunya adalah literasi kesehatan (Fleary et al., 2018). Perilaku kesehatan remaja terdiri dari penggunaan minuman mengandung alkohol atau mengandung soda, obat-obatan yang dilarang, diet yang sehat, kebersihan diri/sekolah dan kesehatan reproduksi, kesehatan jiwa, merokok dan aktifitas fisik (Kusumawardani et al., 2016). Perilaku kesehatan di masa remaja akan menjadi cerminan perilaku kesehatan di masa usia dewasa mendatang.

Literasi kesehatan adalah kondisi sejauh mana seorang manusia mempunyai kapasitas untuk mendapatkan, berproses, dan paham terhadap kesehatan dasar dan layanan yang dibutuhkan agar dapat memutuskan sesuai hal dengan benar. Kesehatan dasar ini dapat ditinjau dari perilaku

kesehatan yang ditimbulkan oleh seorang manusia yang mencerminkan pengetahuan dan sikapnya (Wahjuni, 2020); (Belitung, 2020). Perilaku kesehatan remaja salah satunya dalam mengkonsumsi minuman kemasan (Tania, 2016) dan makanan instant tanpa mengetahui kandungan yang ada dalam makanan dan minuman tersebut serta kurangnya minum air putih akan mempengaruhi kesehatan dan memicu berbagai masalah kesehatan (Larasati, 2020). Cerminan dari perilaku kesehatan saat berusia remaja menggambarkan perilaku kesehatan seseorang di masa usia dewasa kedepan, hal ini akan mengakibatkan kenaikan risiko terjadinya penyakit (Khairina et al., 2022).

Sebelumnya belum pernah dilakukan kegiatan edukasi mengenai literasi kesehatan mengenai PTM di lokasi pengabmas dan saat dilakukan wawancara kepada beberapa siswa mengenai sumber informasi yang diperoleh mengenai kesehatan atau tentang penyakit, diperoleh jawaban yang bervariasi, seperti dari artikel kesehatan di internet, informasi dari para youtuber, informasi kesehatan dari google dan tidak ada yang menyampaikan dari website Kemenkes. Hasil kegiatan pengabmas yang telah dilaksanakan oleh Haris et al. (2021) yang salah satu tujuannya adalah untuk peningkatan kemampuan literasi media sosial dan desain media informasi bagi mahasiswa melalui kegiatan pengajaran berbasis *virtual classroom*, diperoleh hasil evaluasi terlaksana 70% dan dapat menghasilkan desain media informasi protokol kesehatan Covid-19 yang dibagikan ke media sosial berdasarkan evaluasi tercapai 90%. Begitu pula dengan pelaksanaan pengabmas oleh Khairina et al. (2022) pada 42 orang siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) didapatkan hasil terdapat kenaikan pengetahuan pre dan post yaitu terjadi kenaikan pengetahuan dan penangkapan materi dari enam dimensi tindakan/perilaku kesehatan pada remaja. Dengan adanya kenaikan derajat literasi kesehatan pada remaja maka hendaknya akan makin meningkatkan kesadaran pada remaja untuk memelihara kesehatan, berperilaku kesehatan positif sehingga dapat menurunkan risiko penyakit degeneratif, penyakit kronis, penyakit menular dan permasalahan kesehatan jiwa yang parah.

Hasil penelitian oleh Yuningrum et al. (2021) pada 60 orang siswa SMA diperoleh hasil sebagian besar responden dalam menyantap sayur dan buah berada pada kategori buruk yaitu kurang 5 porsi /hari sebesar 51 (85%); sebagian besar responden dalam menyantap minuman mengandung soda berada pada kategori baik atau tidak pernah sebesar 33 (55%); sebagian besar responden menyantap makanan siap saji berada pada kategori buruk atau hampir setiap hari sebesar 49 (81,7%); sebagian responden memiliki aktivitas fisik berada pada kategori tidak berisiko (selama 60 menit sehari selama lebih dari tiga hari dalam satu minggu sebesar 31 (51,7%); serta mayoritas responden tidak merokok sebesar 46 (76,7%). Faktor risiko PTM pada remaja adalah minim dalam menyantap sayur dan buah dan menyantap makanan siap saji. Hasil penelitian oleh (Roiefah & Pertiwi, 2021)

pada 387 remaja berusia 15-18 tahun didapatkan hasil terdapat 55% remaja dengan tingkat literasi tinggi, kategori akses informasi kesehatan baik (61,5%), pengetahuan baik (55,3%), remaja memiliki pemahaman baik (46,3%), kemampuan mengambil keputusan terkait informasi kesehatan (50,9%), dan perilaku pencegahan PTM yang baik (46%). Dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna antara tingkat literasi kesehatan dengan tindakan pencegahan PTM. Dengan pemberian edukasi mengenai pentingnya peningkatan literasi kesehatan mengenai PTM diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku remaja sehingga remaja dapat terhindar dari PTM dan dapat meningkatkan kualitas hidup di usia dewasanya.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan 2 orang mahasiswa dan 3 orang alumni Prodi Sarjana Terapan Keperawatan. Peserta adalah para Siswa SMAN 2 Kasongan sebanyak 50 orang yang terdiri dari kelas X dan kelas XI. Metode yang digunakan adalah melalui ceramah dan diskusi. Adapun langkah-langkah kegiatan sebagai berikut:

1. Pra kegiatan

- a. Tim pengabmas mempersiapkan materi dan berkoordinasi dengan anggota tim, membagi tugas masing-masing tim.
- b. Mengurus surat perijinan kegiatan dari Direktur Poltekkes Palangka Raya kepada Kepala Sekolah SMAN 2 Kasongan.
- c. Berkoordinasi dengan bagian Humas sekolah terkait rencana kegiatan.

2. Kegiatan

- a. Pada hari yang telah ditentukan, tim pengabmas memberikan penjelasan kepada peserta tentang tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
- b. Tim dosen beserta beberapa orang mahasiswa dan alumni Prodi Sarjana Terapan Keperawatan memperkenalkan diri sebelum kegiatan dimulai.
- c. Melakukan *pre-test* berupa pemberian kuesioner kepada peserta untuk menggali pengetahuan peserta tentang penyakit tidak menular (PTM), dan isian pernyataan sikap dan perilaku mengenai PTM.
- d. Pelaksanaan pemberian materi pendidikan kesehatan tentang pentingnya peningkatan literasi mengenai PTM untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku mengenai para peserta.
- e. Proses diskusi, tanya jawab terkait materi yang telah diberikan.

3. Evaluasi

- a. Melakukan *post-test* dengan pemberian kuesioner.
- b. Kegiatan terakhir adalah melakukan evaluasi dengan memberikan *feedback* terhadap materi yang telah diberikan.
- c. Tim pengabmas memberikan snack, booklet dan penggantian pulsa kepada seluruh peserta.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dua minggu sebelum kegiatan tim melakukan kunjungan ke sekolah sekaligus mengantar surat ijin kegiatan pengabmas dan menyampaikan maksud dan tujuan. Tim pengabmas ditemui oleh Staf Humas SMAN 2 Kasongan. Saat pertemuan disepakati hari kegiatan pengabmas. Pada saat hari yang telah disepakati, tim pengabmas langsung menuju ke ruangan yang telah disiapkan oleh pihak sekolah. Sebelum kegiatan dimulai, tim memperkenalkan diri kepada para siswa/I dan menyampaikan maksud dan tujuan. Kegiatan diikuti oleh 50 orang siswa yang merupakan gabungan kelas X dan XI IPA SMAN 2 Kasongan. Tim mendapatkan data peserta dari Wakil Kepala Sekolah berupa nama-nama siswa.

Kegiatan diawali dengan pembagian kuesioner pre-test, para siswa/I diminta untuk mengisi kuesioner selama 15 menit. Hal ini untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan, sikap dan perilaku para siswa/I mengenai PTM. Pemberian materi dilakukan dengan metode ceramah yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab pada tanggal 25 Juli 2023. Dari awal kegiatan sampai akhir peserta mengikuti secara lengkap dan tampak antusias mengikutinya terutama saat sesi tanya jawab. Para siswa menyampaikan sumber informasi yang diperoleh untuk mendapatkan informasi mengenai PTM kebanyakan diperoleh dari google, youtube, tiktok dan belum pernah mencari sumber dari website kemenkes seperti dari website Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes (P2PTM). Tidak ada kendala berarti yang dirasakan oleh tim pengabmas karena jauh hari sebelumnya sudah dilakukan kontrak waktu dengan guru dan bagian humas sekolah. Dari hasil pengisian kuesioner Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Terhadap PTM Pada Remaja, seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	26	52
Perempuan	24	48
Umur		
14 Tahun	6	12
15 Tahun	13	26
16 Tahun	25	50
17 Tahun	6	12
Kelas		
X	15	30
XI	35	70

Dokumentasi pelaksanaan kegiatan ada pada Gambar 1 dan Gambar 2.



Gambar. 1 Penyampaian Materi Mengenai PTM dan Sumber Informasi Mengenai PTM dari Kemenkes



Gambar 2. Pengisian Kuesioner Post-test

Pada akhir kegiatan dibagikan soal *post-test* dan tim pengabmas melakukan evaluasi kegiatan. Berikut hasil evaluasi pre-test dan post-test, seperti terlihat pada Tabel 2 dan Tabel 3.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pre-Test Pengetahuan, Sikap dan Perilaku

Pengetahuan, Sikap dan Perilaku	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	25	50
Cukup	17	34
Kurang	8	16
Sikap		
Positif	50	100.0
Negatif	0	0
Perilaku		
Baik	31	62
Cukup	19	38
Kurang	0	0
Total	50	100.0

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Post-Test Pengetahuan, Sikap dan Perilaku

Pengetahuan, Sikap dan Perilaku	Jumlah (n)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	34	68
Cukup	9	18
Kurang	7	14
Sikap		
Positif	50	100.0
Negatif	0	0
Perilaku		
Baik	34	68
Cukup	16	32
Kurang	0	0
Total	50	100.0

Peserta menjawab kuesioner pengetahuan, sikap dan perilaku masing-masing 10 pertanyaan dan pernyataan dengan total 30 soal. Dari hasil pre-test dan post-test didapatkan hasil ada perbedaan yaitu pada hasil pre-test sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebesar 50% sedangkan pada hasil post-test meningkat menjadi 68%. Sehingga terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 18%. Hal tersebut sejalan dengan kegiatan pengabmas oleh Khairina et al. (2022) yang didapatkan hasil kenaikan pengetahuan pre dan post kegiatan yaitu terjadi kenaikan pengetahuan dan menambah penangkapan peserta dari enam dimensi tindakan kesehatan remaja. Seiring dengan tingginya literasi kesehatan remaja maka harapannya akan makin meninggikan kesadaran pada remaja agar dapat memelihara kesehatan, mempunyai perilaku kesehatan positif agar dapat menurunkan risiko penyakit degeneratif, penyakit yang dapat berlangsung lama, penyakit menular, dan permasalahan kesehatan jiwa yang parah (Hidayatullaili et al., 2023).

Untuk sikap antara pre dan post-test seluruh peserta sama-sama memiliki sikap positif yaitu sebesar 100%. Hasil penelitian oleh Yuningrum et al. (2021) pada 60 orang siswa SMA diperoleh hasil sebagian responden dalam menyantap sayur dan buah berada pada kategori buruk yaitu kurang dari lima porsi/hari yaitu sebesar 51 (85%). Mayoritas responden meminum minuman mengandung soda berada pada kategori baik atau tidak pernah sebesar 33 (55%). Mayoritas dalam menyantap makanan siap saji berada pada kategori buruk atau hampir setiap hari sebanyak 49 (81,7%). Mayoritas responden dalam melakukan aktivitas fisik berada pada kategori tidak berisiko (minimal selama 60 menit dalam satu hari selama lebih dari 3 hari setiap minggunya sebesar 31 (51,7%) dan mayoritas responden tidak merokok sebesar 46 (76,7%). Faktor risiko PTM pada remaja yaitu minimnya menyantap sayur dan buah serta menyantap makanan siap saji. Hasil penelitian oleh Pertiwi, (2021) pada 387 remaja berusia 15-18 tahun didapatkan hasil sebanyak 55% peserta dengan tingkat literasi tinggi, kategori akses informasi kesehatan baik (61,5%), pengetahuan baik (55,3%), peserta dengan pemahaman baik (46,3%), cakap dalam mengambil keputusan terkait informasi kesehatan (50,9%), dan perilaku pencegahan PTM yang baik (46%) sehingga dapat disimpulkan ada korelasi bermakna antara tingkat literasi kesehatan dengan tindakan atau perilaku pencegahan PTM.

Pada perilaku terdapat peningkatan antara pre dan post-test yaitu pada hasil pre-test didapatkan sebagian besar peserta memiliki perilaku baik sebesar 62% sedangkan pada hasil post-test meningkat menjadi 68% sehingga terdapat peningkatan perilaku sebesar 6%. Hal ini sama dengan hasil pengabmas Haris et al. (2021) yang salah satu tujuannya adalah untuk menaikkan kemampuan literasi media sosial dan desain media informasi pada mahasiswa dengan aktifitas pengajaran berbasis *virtual classroom*, diperoleh hasil evaluasi terlaksana 70% dan dapat memproduksi desain media informasi protokol kesehatan Covid-19 yang dibagikan ke media sosial menurut evaluasi tercapai sebanyak 90%.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Dampak yang diperoleh dari kegiatan didapatkan peningkatan pengetahuan pre dan post edukasi kesehatan yaitu terlihat dari nilai pretest para peserta terdapat kenaikan sebesar 18%. Begitu pula dengan perilaku terdapat kenaikan antara pre dan post edukasi sebesar 6%. Rekomendasi dari hasil kegiatan ini agar para siswa dapat meningkatkan kegiatan literasi kesehatan sehingga PTM dapat dicegah di usia dewasa kelak dan dapat memperoleh sumber informasi mengenai PTM dari sumber yang valid dan terpercaya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada (1) Direktur Poltekkes Palangka Raya; (2) Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, yang telah mendukung baik secara moral dan finansial hingga kegiatan pengabmas ini telah berlangsung sampai akhir; (3) Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Kalimantan Tengah; (4) Kepala Sekolah SMAN 2 Kasongan; (5) Para Guru dan Staf Humas SMAN 2 Kasongan; (6) Alumni dan mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Palangka Raya yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabmas; dan (7) Seluruh peserta Pengabdian kepada masyarakat, dan semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan dari awal hingga akhir.

DAFTAR RUJUKAN

- Belitung, K. B. K. B. (2020). *Literasi Kesehatan Di Tengah Pandemi*. <https://kantorbahasababel.kemdikbud.go.id/2020/05/18/literasi-kesehatan-di-tengah-pandemi/>
- Direktorat P2PTM Kementrian Kesehatan RI. (2020). *PTM tingkatkan risiko kematian akibat COVID-19*. <http://p2ptm.kemkes.go.id/artikel-sehat/penyakit-tidak-menular-tingkatkan-risiko-kematian-akibat-covid-19#:~:text=Penyakit tidak menular telah menyebabkan,seluruh dunia dalam satu tahun.>
- Emilia, D., & Wahjuni, E. S. (2020). Gambaran Tingkat Literasi Kesehatan Mahasiswa Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Surabaya. *OJS Universitas Negeri Surabaya*, 08(01), 163–167. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/33875/30230>
- Fleary, S. A., Joseph, P., & Pappagianopoulos, J. E. (2018). Adolescent health literacy and health behaviors: A systematic review. *Journal of Adolescence*, 62, issue? 116–127. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.11.010>
- Haris, R., Indrawati, A., & Rizal, F. (2021). Improving Social Media Literacy to College Students about Covid-19 Health Protocols Through Virtual Classroom. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 5(2), 767–774. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm>
- Hidayatullaili, N. A., Musthofa, S. B., & Margawati, A. (2023). Literasi Kesehatan Media Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular : (Literature Review). *Jurnal Ners*, 7(1), 343–352. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.13325>
- Khairina, I., Susmiati, S., Nelwati, N., & Rahman, D. (2022). Literasi Kesehatan Sebagai Upaya Peningkatan Perilaku Kesehatan Remaja. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.33366/japi.v7i1.2949>
- Kusumawardani, N., Wiryawan, Y., Anwar, A., Handayani, K., & Angraeni, S. (2016). *Perilaku Berisiko Kesehatan pada Pelajar SMP dan SMA di Indonesia*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. http://www.who.int/ncds/surveillance/gshs/GSHS_2015_Indonesia_Report_Bahasa.pdf?ua=1
- Kusumawardani, S., & Larasati, A. (2020). Analisis Konsumsi Air Putih Terhadap Konsentrasi. *Jurnal Holistika*, 4(2), 91. <https://doi.org/10.24853/holistika.4.2.91-95>
- Novrizaldi, N. (2021). Hasil Survei Penduduk 2020 Peluang Indonesia Maksimalkan Bonus Demografi. *Coordinating Ministry for Human Development and Cultural Affairs*, 1. <https://www.kemenkopmk.go.id/hasil-survei-penduduk-2020-peluang-indonesia-maksimalkan-bonus-demografi>
- Roiefah, A. L., & Pertiwi, K. D. (2021). Hubungan Tingkat Literasi Kesehatan

- dengan Perilaku Pencegahan PTM Pada Remaja di Kabupaten Semarang Aulia. *Journal of Chemical Information and Modeling*, *8*(1), 167–178.
- Siregar, P. A., & Susilawati. (2023). Hubungan faktor usia dengan kejadian PTM di wilayah Puskesmas Desa Aek Goti. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *2*(1), 11–14.
- Tania, M. (2016). Hubungan Pengetahuan Remaja dengan Perilaku Konsumsi Minuman Ringan di SMKN 2 Baleendah Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, *IV*(1), 20–21.
- Wuni, R. P., & Nurhayati, F. (2020). Survei Perilaku Hidup Sehat Siswa-Siswi Sma / Smk Di Kota Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *08*, issue? 1–7.
- Yuningrum, H., Trisnowati, H., & Rosdewi, N. N. (2021). Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada Remaja: Studi Kasus pada SMA Negeri dan Swasta di Kota Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, *6*(1), 41. <https://doi.org/10.35842/formil.v6i1.343>