

INOVASI EDUKASI KESEHATAN PROGRAM CEGAH REMAJA DIABETES DAN LITERASI ASI SEJAK DINI MELALUI PEMBERDAYAAN REMAJA

Nurul Pujiastuti^{1*}, Finta Isti Kundarti², Esti Widiani³, Tutik Herawati⁴, Budiono⁵

¹Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Lawang, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

²Prodi D3 Kebidanan Kediri, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

^{3,4,5}Prodi D3 Keperawatan Malang, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

nurul_pujiastuti@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Remaja merupakan agen perubahan yang berasal dari masyarakat dan memiliki peran strategis dalam mendukung kesehatan lingkungan sekitarnya secara sukarela. Dalam rangka menekan angka penyakit tidak menular serta menyiapkan generasi masa depan yang sehat, diperlukan inovasi edukasi kesehatan. Salah satu langkah yang dilakukan yaitu melalui program “CERDAS”. Tujuan yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja melalui pemberdayaan dalam mendukung pola hidup sehat dan literasi ASI sejak dini. Metode menggunakan pelatihan dan pendampingan interaktif. Mitra kegiatan adalah Kecamatan Purwosari. Sasaran yaitu remaja yang tinggal di wilayah Kecamatan Purwosari sebanyak 60 orang. Sistem evaluasi yang diterapkan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* pada pengetahuan dan keterampilan remaja. Indikator keberhasilan kegiatan yaitu adanya peningkatan persentase pengetahuan peserta berkategori “baik” dari 65% saat *pre-test* menjadi 95% saat *post-test* (mengalami kenaikan sebesar 30%) serta adanya peningkatan persentase keterampilan peserta berkategori “baik” dari 45% saat *pre-test* menjadi 86% saat *post-test* (mengalami kenaikan sebesar 41%). Kesimpulan yaitu terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta mengenai pola pencegahan diabetes mellitus pada usia muda, pemahaman nutrisi seimbang, serta pentingnya literasi ASI sejak dini. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan remaja dapat membina jiwa kepedulian sosial serta menjadikan remaja sebagai *peer educator* yang aktif dalam mengedukasi masyarakat sekitar.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus; Kesehatan; Literasi ASI; Remaja.

Abstract: Adolescents are agents of change who come from the community and play a strategic role in voluntarily supporting the health of their surrounding environment. In order to reduce the incidence of noncommunicable diseases and prepare a healthy future generation, innovative approaches to health education are needed. One such initiative is the “CERDAS” program. Its goal is to enhance adolescents’ knowledge and skills through empowerment to support healthy lifestyles and breast milk literacy from an early age. The method involves interactive training and mentoring. The program partner is the Purwosari Subdistrict. The target group consists of 60 adolescents living in the Purwosari Subdistrict. The evaluation system employed *pre-* and *post-tests* to assess the adolescents’ knowledge and skills. Success indicators for the program included an increase in the percentage of participants with “good” knowledge scores—from 65% on the *pre-test* to 95% on the *post-test* (a 30% increase) as well as an increase in the percentage of participants with “good” skills from 45% during the *pre-test* to 86% during the *post-test* (a 41% increase). In conclusion, there was an increase in the participants’ knowledge and skills regarding diabetes prevention strategies for young people, an understanding of balanced nutrition, and the importance of early breastfeeding education. It is hoped that this increased knowledge and these enhanced skills will foster a sense of social responsibility among adolescents and enable them to become active *peer educators* in their communities.

Keywords: Adolescents; Health Education; Diabetes Prevention; Breastfeeding Literacy.



Article History:

Received: 06-08-2026

Revised : 21-08-2026

Accepted: 22-08-2026

Online : 01-10-2026



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

A. LATAR BELAKANG

Transisi epidemiologi global saat ini menunjukkan pergeseran beban penyakit yang signifikan, dimana Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti *Diabetes Melitus* (DM) mengalami peningkatan pesat di kalangan kelompok usia muda. Data WHO (*World Health Organization*) dan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) menegaskan bahwa pola konsumsi tinggi gula, garam, dan lemak serta minimnya aktivitas fisik pada remaja menjadi pemicu utama meningkatnya risiko onset diabetes sejak dini (Asriati et al., 2025; Sulistiawati et al., 2023). Di sisi lain, isu kesehatan maternal dan anak seperti rendahnya angka pemberian ASI eksklusif dan tingginya prevalensi stunting masih menjadi tantangan kesehatan global dan nasional yang belum terselesaikan secara optimal (Maryam et al., 2021). Kurangnya pemahaman mengenai nutrisi seimbang serta kesiapan menjadi calon orang tua di masa depan membuat remaja rentan terhadap ancaman kesehatan ganda. Oleh karena itu, intervensi promotif dan preventif sejak usia remaja sangat mendesak untuk memutus mata rantai penyakit degeneratif dan peningkatan kualitas generasi mendatang (Rahmaniasari et al., 2026; Sulistiawati et al., 2023; Rafliyanto, 2025.; Ulya et al., 2023).

Berdasarkan wawancara dengan 5 warga di Desa Martopuro, semuanya mengatakan bahwa terdapat fenomena maraknya gaya hidup sedentari (“malas gerak”), konsumsi minuman kekinian berkadar gula tinggi, serta minimnya paparan informasi literasi ASI sejak dini menjadi masalah utama pada kelompok remaja mitra. Evaluasi awal menunjukkan bahwa remaja di wilayah ini belum mendapatkan edukasi kesehatan secara terintegrasi, pemahaman mereka mengenai risiko DM tipe 2 dianggap sebagai “penyakit orang tua atau lansia”. Selain itu, topik literasi ASI dianggap tabu dan hanya diperuntukkan bagi ibu menyusui atau wanita yang sudah menikah. Padahal pemahaman literasi ASI sejak dini merupakan fondasi krusial bagi calon orang tua agar siap mendukung pemberian ASI eksklusif (Budiono et al., 2023; Pujiastuti et al., 2023; Pujiastuti & Winarni, 2025). Ketidadaan wadah atau kader remaja yang terlatih sebagai educator kesehatan di tingkat lokal memperparah ketimpangan informasi kesehatan ini.

Urgensi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini didukung oleh berbagai hasil penelitian dan kebijakan program nasional. Penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati et al. (2024) menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan mengenai pola hidup sehat dan pencegahan penyakit tidak menular (PTM) pada kelompok remaja produktif terbukti efektif menekan risiko onset prediabetes dan PTM di kemudian hari. Lebih lanjut, hasil studi pengabdian kepada masyarakat oleh Pujiastuti et al. (2022); Pujiastuti & Febrianti (2022); Rahmayanti et al. (2023) menegaskan bahwa pendekatan edukasi kesehatan berbasis literasi sejak dini pada remaja tidak hanya meningkatkan pengetahuan individu, tetapi juga efektif membentuk sikap positif dalam mendukung pemberian ASI di masa depan.

Secara regulative, Peraturan Pemerintah No. 28 Tahun 2024 tentang Peraturan Pelaksanaan UU No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan menuntut upaya promotif preventif yang melibatkan peran aktif Masyarakat, khususnya kelompok usia remaja sebagai agen perubahan (BPK, 2024). Sejalan dengan kebijakan Kementerian Kesehatan RI terkait Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan Posyandu Remaja, pemberdayaan kader remaja menjadi strategi kunci untuk menciptakan pendidik sebaya (*peer educator*) yang berkelanjutan dalam menstransfer informasi kesehatan secara komunikatif di lingkungannya (Kasmawati et al., 2023; Sulistyowati et al., 2024).

Guna mengatasi permasalahan mitra tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat menawarkan solusi komprehensif melalui Program “CERDAS” (Cegah Remaja Diabetes dan Literasi ASI Sejak Dini). Rincian Solusi yang diterapkan meliputi: (1) Pelatihan edukasi interaktif pencegahan Diabetes Melitus melalui gaya hidup sehat dan pembatasan konsumsi gula, garam, lemak, (2) Pembekalan literasi ASI sejak dini dan gizi seimbang untuk persiapan masa depan, (3) Pendampingan keterampilan *communication skill* agar remaja mampu bertindak sebagai *peer educator*, serta (4) Penyediaan media edukasi, informasi, dan komunikasi (KIE) yang menarik dan aplikatif bagi remaja.

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja di wilayah Kecamatan Purwosari melalui Pemberdayaan Program “CERDAS” sehingga terbentuk kelompok remaja yang mandiri, memiliki jiwa kepedulian sosial, serta mampu menjadi *peer educator* yang aktif dan responsif dalam mendukung pencegahan diabetes melitus dan literasi ASI sejak dini.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan kombinasi berupa penyuluhan interaktif, pelatihan berbasis praktikum, dan pendampingan *peer educator*. Kegiatan dosen meliputi penyampaian materi serta bimbingan praktikum, sedangkan keterlibatan mahasiswa membantu memfasilitasi dinamikan kelompok remaja peserta kegiatan. Kegiatan dilaksanakan di Rumah Warga di wilayah Kecamatan Purwosari. Sebanyak 60 remaja berusia 16-19 tahun secara aktif dilibatkan sebagai peserta utama yang diproyeksikan menjadi kader teman sebaya di wilayah setempat.

Langkah-langkah pelaksanaan pengabdian terbagi menjadi tiga tahapan utama yaitu pra-kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan pasca-kegiatan. Tahap pra-kegiatan diawali dengan survei pendahuluan, analisis kebutuhan mitra, koordinasi dengan pihak kecamatan/desa, serta penyusunan booklet pelatihan dan instrumen evaluasi. Tahap pelaksanaan diisi dengan Program “CERDAS” (Cegah Remaja Diabetes dan Literasi ASI Sejak Dini)

yang diselenggarakan dalam bentuk *workshop* dan praktikum. Rincian alur dan jadwal materi kegiatan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Jadwal dan Materi Pelaksanaan Program "CERDAS"

Waktu (WIB)	Materi/bentuk kegiatan	Pemateri/Fasilitator
08.00-08.30	Registrasi dan <i>Pre-test</i> Pengetahuan dan Keterampilan	Tim Mahasiswa
08.30-10.00	Sesi I: Penyuluhan Pencegahan DM pada Remaja dan Bahaya Konsumsi Gula yang Tinggi	Tim Dosen (Narasumber 1)
10.00-11.30	Sesi II: Workshop Literasi ASI Sejak Dini dan Gizi Seimbang bagi Remaja	Tim Dosen (Narasumber 2)
11.30-12.30	ISHOMA	
12.30-14.30	Sesi III: Praktikum Media Komunikasi dan Simulasi <i>Peer Educator</i> (Role Play)	Dosen dan Mahasiswa
14.30-15.30	<i>Post-test</i> dan Refleksi Kegiatan	Tim Pengabdian

Monitoring dan evaluasi dilakukan secara komprehensif dalam dua tahap. Evaluasi saat kegiatan berlangsung (*on-going evaluation*) difokuskan pada keaktifan peserta, kehadiran, dan observasi keterampilan partisipasi saat praktikum simulasi *peer educator*. Evaluasi pasca-kegiatan dilakukan untuk mengukur peningkatan capaian indikator kinerja melalui kuesioner (*pre-test* dan *post-test*) tersutruktur yang mencakup ranah pengetahuan dengan jumlah pertanyaan ada 10, serta lembar observasi keterampilan (*check list* praktik) untuk menilai kesiapan remaja sebagai edukator kesehatan dengan jumlah pertanyaan ada 10.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Pra-Kegiatan

Proses pada tahap pra kegiatan ini dibagi menjadi tiga pilar utama meliputi Koordinasi lintas sektoral dan analisis kebutuhan yaitu tim dosen dan mahasiswa membangun komunikasi formal dan kemitraan dengan Kecamatan Purwosari untuk perizinan dan dukungan birokrasi. Selanjutnya, bersama pengurus karang taruna, tim melakukan analisis kebutuhan berbasis masalah lokal guna memetakan tingkat pemahaman dasar remaja terkait Penyakit Tidak Menular (khususnya DM) dan persepsi seputar literasi ASI. Kemudian, menyusun matriks jadwal, menetapkan lokasi kegiatan.

Pengembangan media edukasi (Booklet "CERDAS") yaitu disusun secara sistematis dengan pendekatan bahasa yang ramah remaja agar materi teknis medis mudah dipahami. Seperti pola pencegahan DM pada usia muda meliputi pola makan bergizi seimbang, pembatasan konsumsi gula-garam-lemak, dan aktivitas fisik. Selanjutnya, pemberdayaan literasi ASI sejak dini meliputi pemahaman fisiologi dasar laktasi dan pentingnya ASI eksklusif. Penyusunan dan validasi instrumen vvaluasi yaitu merancang pertanyaan

pre-test dan *post-test* untuk mengukur ranah kognitif (pengetahuan) dan ranah psikomotor/afektif (keterampilan) serta menyelaraskan instrumen pertanyaan dengan indikator capaian guna memastikan validitas isi.

2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan pengabdian dilaksanakan melalui Program “CERDAS” (Cegah Remaja Diabetes dan Literasi ASI Sejak Dini) pada kelompok remaja di Kecamatan Purwosari. Kegiatan ini terbagi dalam tiga sesi utama meliputi:

a. Penyuluhan dan Edukasi Interaktif Pencegahan Diabetes Melitus

Sesi pertama diawali dengan pemaparan materi mengenai bahaya gaya hidup sedentari, dampak konsumsi gula berlebih dari minuman kekinian, serta potensi risiko diabetes tipe 2 pada usia remaja. Edukasi disampaikan menggunakan media presentasi visual yang interaktif guna memicu partisipasi aktif peserta. Dokumentasi pelaksanaan sesi penyuluhan disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Penyampaian Materi Pencegahan Diabetes Melitus

Setelah pemaparan materi, dilakukan diskusi dua arah untuk mengklarifikasi pemahaman peserta bahwa diabetes bukan hanya “penyakit orang tua” melainkan ancaman nyata bagi generasi muda yang perlu dicegah sejak dini.

b. Workshop Literasi ASI Sejak Dini dan Gizi Seimbang

Sesi kedua berfokus pada pemberian literasi ASI, gizi seimbang bagi remaja, serta pentingnya dukungan laktasi (ASI eksklusif) sebagai modal dasar penyiapan generasi penerus yang sehat dan bebas stunting. Suasana pelatihan sesi workshop ini ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Pelaksanaan Workshop Literasi ASI dan Gizi Seimbang

Peserta dikenalkan pada konsep pentingnya pemenuhan gizi seimbang sejak usia remaja sebagai calon orang tua di masa depan, sekaligus mengikis stigma tabu terkait pembahasan literasi ASI sejak dini pada kelompok usia remaja.

c. **Praktikum Media Komunikasi dan Simulasi *Peer Educator***

Sesi ketiga merupakan kegiatan praktikum dimana peserta dibagi menjadi kelompok-kelompok kecil yang didampingi oleh tim dosen dan mahasiswa. Peserta merancang pesan edukasi kesehatan sederhana dan mempraktikkan simulasi menjadi *peer educator*. Dokumentasi aktivitas praktikum dan simulasi disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3. Simulasi dan Praktikum Peran *Peer Educator* oleh Peserta

Melalui praktikum ini, remaja dilatih untuk menyampaikan informasi kesehatan secara percaya diri, komunikatif, dan persuasif kepada sesama rekan sebayanya.

3. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring selama kegiatan berlangsung dilakukan melalui observasi langsung. Hasil observasi menunjukkan Tingkat antusiasme dan partisipasi aktif yang sangat tinggi yaitu 100% (60 peserta) mengikuti seluruh rangkaian sesi dari awal hingga akhir serta terlibat aktif dalam simulasi *peer educator*. Evaluasi capaian keberhasilan program dilakukan dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* pada ranah pengetahuan serta nilai observasi keterampilan (praktik literasi) peserta. Rekapitulasi hasil evaluasi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Evaluasi Pengetahuan dan Keterampilan Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan (N=60)

Indikator Evaluasi	Kategori Baik (<i>Pre-Test</i>)	Kategori Baik (<i>Post-Test</i>)	Peningkatan (%)
Pengetahuan	65% (39 orang)	95% (57 orang)	+30%
Keterampilan (Praktik/Literasi)	45% (27 orang)	86% (52 orang)	+41%

Berdasarkan Tabel 2, terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 30% dari 65% pada *pre-test* menjadi 95% pada *post-test*. Peningkatan ini mencakup pemahaman mengenai batasan konsumsi gula harian, tanda-tanda awal risiko diabetes, serta wawasan dasar pentingnya dukungan ASI eksklusif. Sementara itu, nilai keterampilan (praktik komunikasi dan literasi ASI mengalami peningkatan signifikan sebesar 41%, yaitu 45% menjadi 86%. Peningkatan keterampilan ini mengindikasikan bahwa metode pelatihan praktikum dan simulasi interaktif yang diterapkan efektif membekali peserta dengan kemampuan praktis untuk menjadi *peer educator* di lingkungannya (Kasmawati et al., 2023; Sulistyowati et al., 2024).

4. Kendala yang Dihadapi dan Solusi

Selama pelaksanaan pengabdian, kendala utama yang dihadapi adalah keraguan dan kecanggungan. Sebagian peserta pada awal sesi saat membahas topik laktasi/ASI, karena menganggap isu tersebut belum relevan bagi usia mereka. Tim pengabdian mengatasi kendala ini dengan mengubah pendekatan penyampaian materi laktasi menjadi berbasis perspektif “kesiapan calon orang tua dan kepedulian keluarga” serta menyajikannya lewat permainan interaktif (*ice breaking*) dan studi kasus sederhana. Pendekatan ini terbukti berhasil mencairkan suasana dan meningkatkan keterlibatan aktif peserta hingga akhir sesi.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dalam Program “CERDAS” melalui pemberdayaan remaja di Kecamatan Purwosari telah berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta secara signifikan. Terjadi peningkatan *softskill* berupa pengetahuan peserta sebesar 30%, yaitu dari 65% pada *pre-test* menjadi 95% pada *post-test*, yang mencakup pemahaman mengenai pencegahan diabetes melitus sejak dini dan literasi pentingnya ASI eksklusif. Selain itu, *hardskill* peserta yang diukur melalui keterampilan praktis komunikasi edukasi dan pemanfaatan media literasi mengalami lonjakan peningkatan sebesar 41%, dari 45% menjadi 86%, sehingga terbentuk kelompok remaja yang siap dan percaya diri bertindak sebagai *peer educator* kesehatan di lingkungannya.

Saran dan rekomendasi untuk tindakan selanjutnya adalah perlu digulirkannya program pengabdian terapan tingkat lanjut berupa pembentukan Posyandu Remaja berbasis digital atau aplikasi pemantauan gizi mandiri di Kecamatan Purwosari guna menjaga keberlanjutan peran kader remaja tersebut. Disamping itu, direkomendasikan pula penelitian lanjutan untuk mengukur dampak jangka panjang dari peran *peer educator* remaja terhadap perubahan perilaku konsumsi gula masyarakat serta peningkatan cakupan ASI eksklusif di tingkat keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Poltekkes Kemenkes Malang yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik. Tim juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak lain seperti Kecamatan Purwosari, Puskesmas Purwosari, Desa Martopuro, Dusun Kemantren, serta seluruh peserta kegiatan yang sudah mendukung sehingga terlaksana sesuai harapan dan rencana dengan baik dan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

- Asriati, A., Nabuasa, C. D., Juniasti, H. T., Pamangin, L. O. M., & Adimuntja, N. P. (2025). Peningkatan Primordial Prevention Diabetes Melitus pada Remaja Pedesaan melalui Edukasi Clean Eating. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 9(3), 2557–2567. <https://doi.org/10.31764/jmm.v9i3.30650>
- BPK. (2024). *Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 28 Tahun 2024*. <https://peraturan.bpk.go.id/details/294077/pp-no-28-tahun-2024>
- Budiono, B., Pertami, S. B., Pujiastuti, N., & Rahmawati, I. (2023). Gerakan Perilaku “CERDIK” Bagi Lansia Sebagai Tindakan Preventif terhadap PTM dan Penyakit Infeksi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5850. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i6.19221>
- Kasmawati, K., Rasmaniar, R., Nurlaela, E., Koro, S., & Nurbaya, N. (2023). Pelatihan Kader Posyandu Remaja dalam Upaya Peningkatan Keterampilan Kader Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(3), 2156–2165. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i3.14292>
- Maryam, A., Rahmawati, Elis, A., Lismayana, & Yurniati. (2021). Peningkatan Gizi Anak sebagai Upaya Pencegahan Stunting melalui Pembuatan MP-ASI Berbahan Ikan Mairo. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(3), 901–907. <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i3.4456>
- Pujiastuti, N., Ain, H., & Budiono. (2022). Position and attachment model of expenditure colostrum and breast milk production using the triangular of love theory approach. *The Indonesian Journal of Public Health*, 17(1), 106–118. <https://doi.org/10.20473/ijph.v17i1.2022.106-118>
- Pujiastuti, N., & Febrianti, E. A. (2022). Bolu Kukus Daun Katuk sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI Ibu Menyusui. *LINK*, 18(2), 149–154. <https://doi.org/10.31983/link.v18i2.9174>
- Pujiastuti, N., Utomo, A. S., & Mustayah, M. (2023). Increasing of Breast Milk Production Before and After Back Acupressure and Correnct Baby Positions-Latch on. *Health Notions*, 7(4), 76–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.33846/hn70402>
- Pujiastuti, N., & Winarni, S. (2025). Back acupressure, baby positioning and latching, and breast massage increase breast milk production: A controlled clinical trial. *Acta Medica Philippina*, 59(16), 93. <https://actamedicaphilippina.upm.edu.ph/index.php/acta/article/view/9130>
- Rafliyanto, G. R. (2025). *Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja: A Scoping Review* [Universitas Islam Indonesia]. https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/60029?utm_
- Rahmaniasari, A. F., Junandar, C. Y., Sholihah, A. A., Arifa, N. D., Kristina, L., & Novika, R. G. H. (2026). Inovasi Media Edukasi “PADU MANIS” dalam Meningkatkan Kesadaran Remaja terhadap Konsumsi Sugar Sweetened Beverages. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 10(3), 3397–3410. <https://doi.org/10.31764/jmm.v10i3.38508>
- Rahmayanti, R., Wahyuni, F., Sari, M., Wulansari, N., & Windi, M. (2023). Edukasi Pendukung Kesehatan Ibu Menyusui melalui Media Cakram Terapi

- Komplementer. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(1), 435–443. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.12218>
- Sulistiawati, F., Hilmi, M. Z., & Mukminah, M. (2023). Pemberdayaan Kelompok Gizi Remaja Cegah Stunting Nutrihero. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5384–5391. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i6.17658>
- Sulistyowati, R., Kusnaningsih, A., Utama, N. R., Christyanni, Y., Yani, F. R. W. P. F., & Rahmawaty, F. (2024). Peningkatan Literasi Kesehatan tentang Penyakit Tidak Menular untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 1286–1295. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20958>
- Ulya, N., Zanetha Eugenia Sibuea, A., Salma Purba, S., Maharani, A. I., & Herbawani, C. K. (2023). Analisis Faktor Risiko Diabetes pada Remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2332–2341. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jkt.v4i3.16210>