JMSWH Journal of Midwifery Science and Women"s Health
Volume 5, Nomor 2 Tahun 2025
ISSN (online) : 2747-0970 DOI: 10.36082/jmswh.v5i2.2181

EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI BOOKLET DIBANDINGKAN DENGAN E-BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA TENTANG STUNTING

Een Nuraenah[1], Ani Kusumastuti[2], Novia Nuraini[3], Uswatul Chasanah[4]
[1,2,3,4]Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta III, Indonesia

Info Artikel

Genesis Naskah:

Submissions: 05-03-2025
Revised: 10-03-2025
Accepted: 27-05-2025

Kata Kunci:
Booklet, E-Booklet, Pengetahuan Remaja, Stunting

Abstrak

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan dan gizi sebelum dan masa kehamilan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya stunting. Remaja merupakan aset negara sebagai penerus bangsa oleh karena itu Indonesia membutuhkan remaja yang produktif, kreatif, serta kritis demi kemajuan bangsa dengan mempersiapkan remaja yang sehat dan berstatus gizi baik. Salah satu intervensi sebagai upaya preventif penurunan stunting adalah intervensi pada siklus kehidupan wanita tahap remaja. Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan efektifitas booklet dan e-booklet terhadap pengetahuan remaja tentang stunting. Desain penelitian *quasi eksperimen pre* dan *post-test two group design*. Sampel penelitian adalah total sampling 104 siswi kelas 7 SMPN 155 Jakarta tahun 2024, responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu intervensi penggunaan booklet dan e-booklet, kemudian diukur tingkat pengetahuan respondem tentang stunting menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan *uji paired sampel t test* untuk mengetahui ada tidaknya efektifitas booklet dan e-booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting dan *uji independent sampel t-test* untuk mengetahui perbedaan efektifitas penggunaan booklet dan e-booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting. Hasil uji *paired sampel t test* adanya perbedaan yang signifikan penggunaan pre booklet dan post booklet terhadap pengetahuan remaja tentang stunting ρ <0,05, hal sama pada penggunaan pre e-booklet dan post e-booklet ρ <0,05. Sedangkan hasil *uji independent sampel t-test* ρ >0,05 yang berarti tidak ada perbedaan secara signifikan antara penggunaan booklet dan penggunaan e-booklet ρ >0,05. Penggunaan booklet dan e-booklet keduanya efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting tidak ada yang lebih unggul diantara keduanya.

EFFECTIVENESS OF BOOKLET AND E-BOOKLET ABOUT STUNTING ON ADOLESCENT KNOWLEDGE

Keywords:
Booklet, E-Booklet, Adolescent Knowledge, Stunting

Abstract

The lack of knowledge about health and nutrition before and during pregnancy is one of the factors that contribute to stunting. One of the interventions as a preventive measure to reduce stunting is intervention during the adolescent phase of the female life cycle. The aim of this study is to determine the difference in the effectiveness of booklets and e-booklets in improving adolescents' knowledge about stunting. The research design is a quasi-experiment with a pre-test and post-test group design with sample of 104 seventh-grade students from SMPN 155 Jakarta in 2024. Respondents divided into two groups: one using a booklet and the other using an e-booklet. The respondents' knowledge about stunting was measured using a questionnaire. Data analysis used the paired sample t-test to determine the effectiveness of booklets and e-booklets on adolescents' knowledge about stunting, and the independent sample t-test to determine the difference in effectiveness between the booklet and e-booklet in improving adolescents' knowledge about stunting. The results of the paired sample t-test showed a significant difference in the knowledge of adolescents about stunting before and after using the booklet, ρ <0.05, and the same results were found with the pre- and post-e-booklet, ρ <0.05. The results of the independent sample t-test showed ρ >0.05, which means there is no significant difference between the use of the booklet and the e-booklet. Both the booklet and e-booklet are effective in improving adolescents' knowledge about stunting, with no significant difference between the two.

Korespondensi Penulis:
Een Nuraenah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Jakarta III
Email: nuraenah.enadha@gmail.com

PENDAHULUAN

Pentingnya peran petugas kesehatan dalam keterlibatannya bersama para ibu dalam memberikan penyuluhan selama kehamilan, sehingga memberikan efek positif terhadap pengetahuan ibu terutama terkait kesehatan ibu dan anak (Astuti et al., 2018). Proses terjadinya stunting berawal dari masa pra konsepsi dimana kondisi ibu mengalami kurang gizi, anemia diperberat lagi jika ketika hamil asupan gizi ibu tidak mencukupi (Kemenkes RI, 2019). Beberapa faktor penyebab terjadinya stunting antara lain di pengaruhi oleh pengasuhan yang tidak baik, kurangnya pengetahuan tentang kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, bayi usia 0-6 bulan tidak mendapatkan ASI eksklusif, anak usia 0-24 bulan tidak menerima makanan Pengganti ASI (Awaludin et al., 2019). Oleh karena itu, Indonesia membutuhkan remaja yang produktif, kreatif, serta kritis demi kemajuan bangsa (Riska, 2021). Hal tersebut hanya dapat dicapai apabila remaja sehat dan berstatus gizi baik. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan sebagai upaya preventif stunting adalah intervensi pada siklus daur hidup wanita pada tahap remaja (Sari et al., 2021). Persiapan calon ibu sejak dini untuk mengatasi permasalahan stunting adalah mempersiapkan ibu dengan memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang kesehatan ibu dan anak terutama tentang stunting dengan memenuhi gizi di 1000 Hari pertama Kehidupan anak (Noviasty et al., 2020).

Pada tahun 2017, persentase remaja putri dengan kondisi pendek dan sangat pendek meningkat dari tahun sebelumnya, yaitu 7,9% sangat pendek dan 27,6% pendek. Sebesar 32% remaja putri di Indonesia pada tahun 2017 berisiko kekurangan energi kronik (KEK) (Achadi et al., 2020). Hal ini menjadi alasan untuk memperbaiki gizi pada remaja putri sehingga di masa yang akan datang dapat mengurangi jumlah calon ibu hamil yang memiliki postur tubuh pendek dan/atau kekurangan energi kronik. Jika sebaliknya akan berdampak pada meningkatnya prevalensi stunting di Indonesia (Muhdar et al., 2019).

Seiring dengan perkembangan teknologi dan informasi, media edukasi mengalami pergeseran dari model manual ke arah digital, demikian halnya booklet bergeser ke e-booklet. E-booklet merupakan media penyampai pesan kesehatan dalam bentuk buku digital dengan kombinasi tulisan dan gambar. Kelebihan yang dimiliki media e-booklet yaitu informasi yang dituangkan lebih lengkap, lebih terperinci dan jelas serta bersifat edukatif. Selain itu, e-booklet yang digunakan sebagai media edukasi ini bisa dibawa kemana saja, sehingga dapat dibaca berulang dan disimpan (Uha Suliha, 2017). Adapun tujuan khusus penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja tentang stunting, untuk mengetahui efektifitas penggunaan booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting, dan untuk mengetahui efektifitas penggunaan e-booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting di SMPN 155 Jakarta. Yang menjadi urgensi penelitian adalah media manakah yang secara cepat, tepat, murah, efektif dan efisien sebagai media penyampaian informasi untuk dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang stunting sehingga remaja lebih memahami dan dapat mengaplikasikannya di daur kehidupan sebagai remaja yang sehat dan produktif sebagai calon ibu yang akan melahirkan generasi selanjutnya. Dengan memperhatikan hal-hal tersebut diatas peneliti merasa tertarik untuk mengetahui perbedaan efektifitas dari booklet dan e-booklet terhadap pengetahuan remaja tentang stunting.

METODE

Desain penelitian *quasi eksperimen pre* dan *post-test two group design*. Sampel penelitian adalah total sampling 104 siswi kelas 7 SMPN 155 Jakarta tahun 2024, responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu intervensi penggunaan booklet dan e-booklet. Siswi melakukan pretest melalui *googleform* sebelum diberikan waktu selama 60 menit untuk mempelajari pengetahuan mengenai stunting. Kemudian setelah mempelajari, diukur tingkat pengetahuan responden tentang stunting dengan melalukan *posttest*. Kriteria inklusi responden yaitu siswi kelas 7 SMPN 155 Jakarta yang hadir dan bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan, memiliki akses untuk

membaca media edukasi baik digital ataupun cetak serta mengisi pretest secara keseluruhan. Adapun kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir dan tidak mengisi kuesioner pretest secara lengkap.

Analisis data menggunakan *uji paired sampel t test* untuk mengetahui ada tidaknya efektifitas booklet dan e-booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting dan *uji independent sampel t-test* untuk mengetahui perbedaan efektifitas penggunaan booklet dan e-booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting. Penelitian ini telah melalui proses uji etik dan memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan, sebagaimana tercantum dalam surat keputusan dengan nomor: **No.LB.02.02/F.XIX.21/6061/2024**.

HASIL

Pada penelitian ini diikuti oleh siswi kelas 7 SMPN 155 Jakarta berjumlah 104 responden. Responden tersebut kemudian dibagi 2 kelompok intervensi yaitu intervensi penggunaan booklet dan e-booklet penyampaian pengetahuan tentang stunting. Setelah dilakukan intervensi, responden diukur tingkat pengetahuannya melalui kuesioner pertanyaan melalui *googleform*. Adapun hasilnya sebagai berikut:

Tabel 1. Rata-rata Tingkat Pengetahuan Pre Test dan Post Test Penggunaan Booklet dan E-Booklet

Penggunaan	N	Mean	Standar Deviasi (SD)
Pre Booklet	52	75,38	13,750
Post Booklet	52	90,10	10,024
Pre E-booklet	52	72,69	14,432
Post E-booklet	52	86,83	12,681

Berdasarkan Tabel 1 rata-rata pengetahuan remaja tentang Stunting pre-booklet yaitu 75,38, sedangkan post-booklet 90,10. Pengetahuan remaja tentang Stunting pre E-Booklet yaitu 72,69, sedangkan post E-Booklet 86,83.

Tabel 2. Hasil Analisis Independent T Test Pretest-Post Test Booklet terhadap pengetahuan remaja tentang stunting

Paired Samples T-Test	
	Sig.(2-tailed)
Pre Test Booklet - Post Test Booklet	0.000

Berdasarkan Tabel 2 hasil penelitian bahwa ditemukan Sig.(2-tailed) mendapat skor 0.000. Hasil penelitian bahwa ditemukan secara signifikan penggunaan Booklet dapat meningkatkan tingkat pengetahuan remaja tentang stunting di SMPN 155

Tabel 3. Hasil Analisis Independent T Test Pretest-Post Test e-booklet terhadap pengetahuan remaja tentang stunting

Paired Samples T-Test	
	Sig.(2-tailed)
Pre Test e-booklet - Post Test e-Booklet	0.000

Berdasarkan Tabel 3 hasil didapatkan hasil Pre Test e-booklet - Post Test e-Booklet Sig.(2-tailed) adalah 0.000. Ditemukan secara signifikan penggunaan E-Booklet dapat meningkatkan tingkat pengetahuan remaja tentang stunting di SMPN 155

Tabel 4. Hasil Analisis Independent T Post Test Booklet dan E-Booklet Terhadap Pengetahuan remaja tentang stunting

	Uji independent sampel t-test
	Sig.(2-tailed)
Post Booklet-Post E-Booklet	0.148

Berdasarkan hasil Table 4 skor Sig.(2-tailed) Post Test Booklet dan E-Booklet Terhadap Pengetahuan remaja tentang Stunting adalah 0.148. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara penggunaan booklet dan e-booklet terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang stunting setelah diberikan intervensi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh pada table 1 rata-rata pengetahuan remaja tentang Stunting pre-booklet yaitu 75,38, sedangkan post-booklet 90,10, hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan remaja tentang stunting antara penggunaan Pre-booklet dan post booklet. pengetahuan remaja tentang Stunting pre E-Booklet yaitu 72,69, sedangkan post E-Booklet 86,83. Hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja tentang stunting antara penggunaan Pre E-Booklet dan post E-Booklet. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hutasoit, dkk (2023) berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan p-value sebesar 0,000 menjelaskan bahwa pemberian pendidikan kesehatan menggunakan booklet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri secara signifikan (Hutasoit et al., 2023).

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian bahwa ditemukan secara signifikan penggunaan Booklet dapat meningkatkan tingkat pengetahuan remaja tentang stunting di SMPN 155 hasil ini sesuai dengan hasil riset Hasanah, 2020 yaitu terdapat pengaruh dari media booklet terhadap pengetahuan siswi tentang stunting (Hasanah et al., 2020). Hasil ini juga sejalan dengan hasil penelitian Bardiati & Fika (2023) yang menyatakan bahwa adanya perubahan pengetahuan dengan edukasi media booklet tablet Fe pada remaja dalam upaya pencegahan stunting (Bardiati Ulfah & Fika Aulia, 2023). Penelitian ini diberikan dengan Penggunaan booklet, karena booklet merupakan media yang berperan penting dalam promosi kesehatan sehingga dengan adanya booklet dapat memunculkan ketertarikan/minat untuk membaca, dan memahami isi dengan lebih jelas. Media promosi booklet ini tergambar dengan desain cetak kecil, *full color*, gambar menarik sesuai dengan remaja, sehingga sangat membantu remaja untuk bisa membaca, membawa kemanapun. Kejadian anemia pada remaja dapat berdampak pada kesehatan secara umum, jika tidak diatasi dan dipersiapkan sejak dini maka akan berdampak dalam jangka panjang yaitu stunting.

Berdasarkan tabel 3 hasil penelitian bahwa ditemukan secara signifikan penggunaan E-Booklet dapat meningkatkan tingkat pengetahuan remaja tentang stunting di SMPN 155. Hasil ini sesuai dengan hasil riset Aprilia, (2023) menyatakan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan KB dengan media e-booklet terhadap pengetahuan catin tentang KB (Aprilia et al., 2023). Keefektifan e-booklet dalam meningkatkan pengetahuan juga dilakukan oleh Sintia, (2023) dalam meneliti efektifitas penggunaan e-booklet dismenore terhadap peningkatan pengetahuan remaja siswa SMAN 28 Tangerang di Era Covid-19 dengan hasil p-value< 0,001. Penelitian tersebut menemukan adanya peningkatan pengetahuan setelah mengikuti pembelajaran menggunakan e-booklet (Sintia Ema Rahma et al., 2023). Penelitian yang telah dilakukan oleh Hanifah, (2020) mengungkapkan bahwa e-booklet yang bersifat informatif, desainnya yang menarik dapat menimbulkan rasa ingin tahu, sehingga responden bisa memahami dengan mudah apa yang disampaikan dalam proses pembelajaran (Hanifah et al., 2020).

Berdasarkan table 4 hasil analisis menggunakan uji independent sample t-test, diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.148, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara efektivitas penggunaan media booklet dan e-booklet terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang stunting. Dengan demikian, kedua media edukasi tersebut memiliki efektivitas yang relatif setara dalam meningkatkan pengetahuan responden. Booklet dan e-booklet memiliki keunggalan masing-masing. Dimana booklet merupakan media cetak yang tidak memerlukan perangkat elektronik, sehingga dapat

diakses kapan saja tanpa tergantung pada ketersediaan listrik atau koneksi internet, desain visual yang menarik dan informasi yang terstruktur dalam booklet dapat membantu meningkatkan pemahaman dan retensi informasi pada pembaca serta dapat meningkatkan pengetahuan (Nur Djannah et al., 2023). Sementara keunggulan e-booklet dapat diakses melalui berbagai perangkat elektronik seperti smartphone, tablet, atau komputer, memungkinkan distribusi yang lebih luas dan cepat, mengurangi kebutuhan akan bahan cetak, sehingga lebih efisien dan ramah lingkungan dan dapat meningkatkan pengetahuan (Hartati et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian dan penelitian sebelumnya menurut asumsi peneliti, penggunaan media penyuluhan e-booklet efektif digunakan dalam meningkatkan pengetahuan yang kemudian berdampak pada peningkatan sikap remaja tentang stunting karena e-booklet memiliki desain menarik, mudah diakses sewaktu-waktu dan dapat memudahkan responden dalam mempelajari materi tentang stunting (Afika Mandar et al., 2025).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa intervensi dengan penggunaan booklet maupun e-booklet terhadap pengetahuan remaja tentang stunting tidak ada perbedaan yang bermakna, ini menunjukan bahwa keduanya efektif dapat meningkatkan pengetahuan namun tidak ada yang lebih unggul jika dibandingkan. Hal ini menunjukan bahwa media baik booklet dan e-booklet sama-sama memegang peranan penting dan dapat direkomendasikan sebagai media penyampaian informasi terkait kesehatan di masyarakat Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Achadi, E. L., Achadi, A., & Aninditha, T. (2020). *Pencegahan Stunting Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama Kebidanan*. Raja Grafindo Persada. https://scholar.google.com/scholar?cluster=9366501389200695 90&hl=en&as_sdt=2005&sciodt=0,5

Afika Mandar, T., Nur Djannah, S., Handayani, L., Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan, F., Jln Soepomo, I., & Yogyakarta, D. (2025). Peran Edukasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Stunting: Studi Literature Review. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *11*(1), 18–30. https://doi.org/10.35329/JKESMAS.V

Aprilia, S. M., Mardliyah, S., Poltekkes, A., Malang, K., Poltekkes, S., & Poltekkes, A. K. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kb Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Catin Tentang Kb Di Puskesmas Kepanjen, Kabupaten Malang. Skripsi, Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Malang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, *1*(3), 30–41. https://doi.org/10.55606/JIKG.V1I3.1280

Astuti, S., Megawati, G., & Cms, S. (2018). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, *7*(3), 185–188. https://doi.org/10.24198/DHARMAKARYA.V7I3.20034

Awaludin, [, S2, P., Kesehatan, I., Kedokteran, F., Masyarakat, K., Universitas, K., & Mada, G. (2019). Analisis bagaimana mengatasi permasalahan stunting di Indonesia? *Berita Kedokteran Masyarakat*, *35*(4), OP6-10. https://doi.org/10.22146/bkm.45197

Bardiati Ulfah, & Fika Aulia. (2023). Pengaruh Edukasi Media Booklet Tablet Fe Pada Remaja Putri Sebagai Upaya Mencegah Stunting. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, *3*(No.2). https://bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/6245/4745

Hanifah, H., Afrikani, T., & Yani, I. (2020). Pengembangan Media Ajar E-Booklet Materi Plantae Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Biologi Siswa. *Journal Of Biology Education Research (JBER)*, *1*(1), 10–16. https://doi.org/10.55215/JBER.V1I1.2631

Hartati, Y., Siregar, A., Salasa Nilawati, N., & Kesehatan Kemenkes Palembang, P. (2023). Edukasi Menggunakan Media E-Booklet untuk Meningkatkan Kadar Hb dan Asupan Zat Gizi dalam Upaya

Pencegahan Anemia Remaja Putri. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdi Terhadap Masyarakat)*, *3*(6), 258–262. https://doi.org/10.55382/JURNALPUSTAKAMITRA.V3I6.631

Hasanah, U., Rizal Permadi, M., Program,), Klinik, S. G., Kesehatan, J., Jember, N., & Jember, P. N. (2020). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Stunting Di Kabupaten Probolinggo. *HARENA : Jurnal Gizi*, *1*(1), 56–64. https://doi.org/10.25047/HARENA.V1I1.2411

Hutasoit, M., Trisetiyaningsih, Y., & Diaz Utami, K. (2023). Booklet Sebagai Media Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia. *Faletehan Health Journal*, *10*(2), 137–141. www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ

Kemenkes RI. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*.

Muhdar, M., Rosmiati, R., Tulak, G. T., Saputri, E., & Susanti, R. W. (2019). Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Stunting Pada Wanita Usia Subur, Ibu Hamil Dan Ibu Balita Di Kecamatan Polinggona. *LOGISTA - Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, *3*(2), 142–148. https://doi.org/10.25077/LOGISTA.3.2.142-148.2019

Noviasty, R. (Reny), Indriani, M. (Mega), Rahayu, F. (Fadillah), & Firdaus, F. (Firdaus). (2020). Eduwhap Remaja Siap Cegah Stunting dalam Wadah Kumpul Sharing Remaja. *Logista*, *4*(2), 494–501. https://doi.org/10.25077/LOGISTA.4.2.494-501.2020

Nur Djannah, S., Hadayani, L., & Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan, F. (2023). Efektivitas Media Edukasi Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita Stunting Aceh : *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, *6*(5), 931–937. https://doi.org/10.56338/MPPKI.V6I5.3153

Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, *8*, 175–185. http://doi.org/10,21009/JKKP.082.06

Sari, M. I., Angraini, D. I., Imantika, E., & Oktaria, D. (2021). Pelatihan Kader Posyandu Untuk Meningkatkan Keterampilan Pengukuran Antropometri Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Puskesmas Sukaraja Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, *2*(1), 1–7. https://doi.org/10.37905/JPKM.V2I1.9833

Sintia Ema Rahma, Olga Melina Evania, & Retta Rikah Elfrida. (2023). Hubungan Obesitas Terhadap Insomnia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, *1*(3), 25–29. https://doi.org/10.55606/jikg.v1i3.1271

Uha Suliha. (2017). *Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. Buku Kedokteran.