

EDUKASI GIZI SEIMBANG PADA REMAJA DENGAN APLIKASI KLIK DOKTER

Nikmah Ayu Ramadhani Amir^{1)*}; Yuniana Cahyaningrum²⁾; Undari Nurkalis³⁾; Aem Ismail⁴⁾; Nindita Arum Veibiani⁵⁾

^{1, 3, 4, 5)} Prodi D-3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, Politeknik Insan Husada Surakarta
Jln Let. Jend. Sutoyo, Gg. Jodipati No. 10, Mojosongo, Jebres, Kota Surakarta

²⁾ Prodi S1-Kriya, Institut Seni Indonesia Surakarta
Jl. Ki Hadjar Dewantara No. 19, Ketingan, Jebres, Kota Surakarta

Kata Kunci:

Aplikasi KlikDokter;
Edukasi;
Gizi seimbang;
Remaja,

Keywords :

Adolescents;
Balanced nutrition;
KlikDokter app;
Nutritional Education.

Abstrak

Masa remaja, kebutuhan gizi meningkat untuk mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Namun, remaja di Indonesia masih menghadapi berbagai masalah gizi, seperti kekurangan gizi, obesitas, dan anemia. Perkembangan teknologi serta tingginya penggunaan smartphone pada remaja dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi kesehatan. Salah satu aplikasi yang dapat digunakan adalah KlikDokter yang menyediakan layanan konsultasi medis, artikel kesehatan, dan kalkulator kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai gizi seimbang melalui penggunaan aplikasi KlikDokter. Metode yang digunakan berupa penyuluhan langsung kepada siswa kelas 7C SMP Negeri 18 Surakarta dengan desain *pretest* dan *post-test*. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi mengenai gizi remaja dan penggunaan aplikasi KlikDokter melalui fitur kalkulator BMI. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil *pretest* dengan kategori pengetahuan baik sekali sebanyak 17 siswa, baik 9 siswa, dan cukup 2 siswa, kemudian meningkat pada hasil *post-test* menjadi kategori baik sekali sebanyak 22 siswa dan baik sebanyak 6 siswa. Kesimpulannya, edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai pentingnya gizi seimbang, kebiasaan makan sehat, serta dampak gizi terhadap kesehatan dan prestasi belajar. Penggunaan aplikasi KlikDokter sebagai media edukasi juga dinilai efektif karena mudah diakses dan sesuai dengan kebiasaan digital remaja.

Abstract

[EDUCATION ON BALANCED NUTRITION FOR TEENAGERS THROUGH THE KLIK DOKTER APP] During adolescence, nutritional needs increase to support physical growth and cognitive development. However, Indonesian adolescents still face nutritional problems such as malnutrition, obesity, and anemia. The widespread use of smartphones among adolescents provides opportunities for digital health education through applications such as KlikDokter. This community service activity aimed to improve adolescents' knowledge of balanced nutrition using the KlikDokter application. The activity was conducted through direct health education for students of class 7C at SMP Negeri 18 Surakarta using a pretest and post-test design. The results showed an increase in students' knowledge after receiving education on adolescent nutrition and the use of the BMI calculator feature in the application. Pretest results showed 17 students in the very good category, 9 in the good category, and 2 in the sufficient category. In the post-test, 22 students were categorized as very good and 6 as good. In conclusion, health education using the KlikDokter application effectively improved adolescents' knowledge and understanding of balanced nutrition and healthy eating habits because the application is easily accessible and suitable for adolescents' digital lifestyles.

1. Pendahuluan

Remaja merupakan kelompok usia 10–18 tahun yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, serta kognitif yang pesat (Yunieswati, Kushargina, & Rizqiya, 2022). Kelebihan berat badan dan anemia merupakan masalah gizi yang sering dialami remaja. Masalah gizi pada remaja dipengaruhi oleh meningkatnya konsumsi makanan olahan rendah zat gizi dan tinggi kalori (Indrasari & Sutikno, 2020).

Remaja merupakan kelompok yang rentan mengalami kelebihan gizi yang dapat berlanjut hingga usia dewasa apabila tidak ditangani dengan tepat. Anemia, obesitas, dan pola makan tidak teratur pada remaja berkaitan dengan perilaku pemilihan makanan yang kurang tepat. Kondisi tersebut menyebabkan ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan zat gizi. Kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji yang berlebih pada masa remaja dapat memberikan dampak buruk bagi kesehatan. (Azzahra & Suryalamsah, 2024).

Perkembangan zaman dalam bidang teknologi informasi membawa dampak besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk sektor kesehatan. Perkembangan e-health dan telemedicine memungkinkan layanan kesehatan diakses melalui perangkat digital (Kemenkes RI, 2022). Penggunaan teknologi kesehatan digital memberikan keuntungan berupa jangkauan luas, kemudahan akses, dan tingkat penerimaan masyarakat yang baik. Penggunaan *smartphone* memudahkan remaja memperoleh informasi dan layanan kesehatan secara digital (Andriani & Hakam, 2022). Namun, remaja merupakan kelompok yang mudah terpengaruh oleh lingkungan, seperti media sosial dan teman sebaya, sehingga rentan menerima informasi gizi dan kesehatan yang belum tentu dapat dipercaya kebenarannya (Purnama, 2019).

Indonesia masih menghadapi tantangan berupa rendahnya rasio jumlah dokter dibandingkan dengan negara lain di Asia Tenggara. Kondisi tersebut menjadi kendala bagi masyarakat, terutama yang tinggal di daerah terpencil, untuk memperoleh pelayanan kesehatan yang memadai (Pradiani, Ardiansyah, & Fathorrahman, 2023). Selain itu, pemenuhan kebutuhan gizi seimbang juga sering terkendala oleh keterbatasan akses informasi dan sumber daya, seperti yang terjadi di Desa Padengo, Kabupaten Pohuwato, Gorontalo. Kondisi tersebut turut memengaruhi akses informasi gizi pada remaja (Nurfadillah & Rahim, 2024).

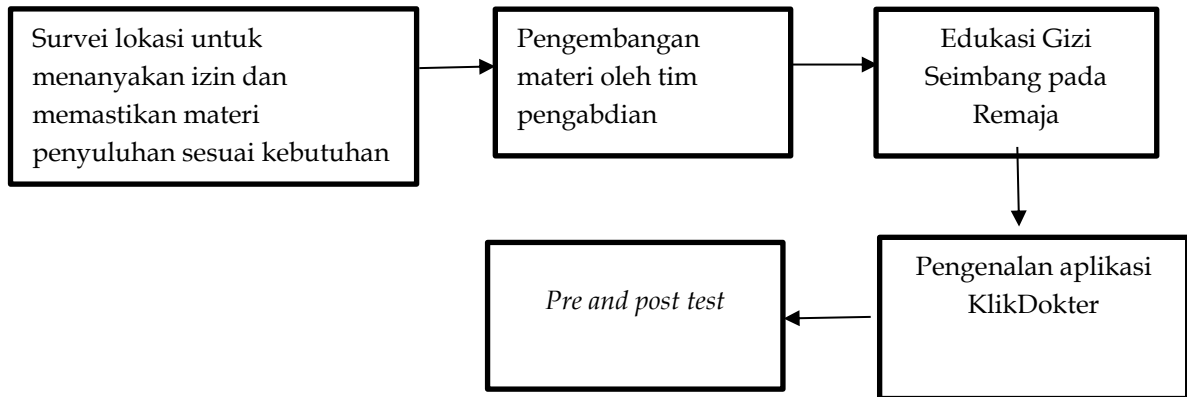
Layanan kesehatan digital berkembang pesat seiring dengan meningkatnya akses internet dan penggunaan *smartphone* di Indonesia. Aplikasi kesehatan digital mendukung edukasi remaja melalui penyediaan informasi yang cepat dan mudah diakses (Kemenkes RI, 2021). Salah satu aplikasi kesehatan digital yang banyak digunakan adalah KlikDokter karena menyediakan fitur edukasi dan konsultasi kesehatan (KlikDokter, 2023). Aplikasi telemedicine seperti KlikDokter dapat menjadi solusi dalam meningkatkan akses informasi kesehatan bagi remaja. Namun, masih banyak remaja yang belum menyadari manfaat aplikasi tersebut sebagai sumber informasi kesehatan yang terpercaya (Wartella et al., 2016). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menyatakan faktor efektivitas aplikasi KlikDokter lebih lebih unggul dari kedua aplikasi lainnya yaitu halodoc dan alodokter (Surahman, Widiyasono, & Gunawan, 2021). Selain itu, KlikDokter merupakan mitra resmi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sehingga artikel kesehatan yang tersedia ditulis oleh dokter (KlikDokter, 2022).

Status gizi merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kualitas hidup. Status gizi yang normal dapat tercapai apabila kebutuhan gizi terpenuhi secara optimal. Status gizi remaja dipengaruhi oleh pengetahuan mengenai gizi seimbang. Salah satu cara mengukur status gizi adalah dengan menghitung indeks massa tubuh (IMT) atau body mass index (BMI) (Ashari et al., 2019). KlikDokter berpotensi membantu meningkatkan pengetahuan kesehatan dan status gizi remaja melalui berbagai fitur yang tersedia, salah satunya menu kalkulator BMI (KlikDokter, 2022). Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja tentang gizi seimbang dan status gizi melalui pemanfaatan fitur kalkulator BMI pada aplikasi KlikDokter.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui metode ceramah, demonstrasi, dan diskusi interaktif. Kegiatan diawali dengan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa mengenai gizi seimbang dan aplikasi KlikDokter. Selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai gizi seimbang pada remaja serta pengenalan aplikasi KlikDokter menggunakan media PowerPoint. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan post-test untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat adalah siswa kelas 7C SMP Negeri 18 Surakarta. Tahapan pelaksanaan kegiatan

pengabdian masyarakat disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat diawali dengan survei lokasi pengabdian. Setelah mendapatkan persetujuan, dilakukan pengembangan materi meliputi materi apa saja yang akan dimasukkan, metode yang akan dilakukan, pembuatan kuesioner untuk pretest dan post-test, pembuatan MMT, dan penentuan hadiah yang akan diberikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Selasa mulai pukul 07.30 hingga selesai. Sebelum kegiatan dimulai, tim pengabdian berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk memperoleh izin pelaksanaan serta mengetahui riwayat penyuluhan mengenai gizi remaja dan aplikasi KlikDokter. Pada saat pelaksanaan, siswa-siswi terlihat antusias terhadap materi yang disampaikan. Sebelum materi dimulai, tim pengabdian memberikan pretest untuk mengukur pengetahuan peserta. Selanjutnya, tim pengabdian memberikan edukasi mengenai gizi seimbang pada remaja dan penggunaan aplikasi KlikDokter untuk meningkatkan kepedulian terhadap kesehatan. Setelah materi disampaikan, peserta diberikan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan.



Gambar 2. Pemaparan Materi Penyuluhan

Berdasarkan karakteristik usia, mayoritas peserta berusia 13 tahun yaitu sebesar 53,57%. Masa remaja merupakan tahap peralihan masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan terjadinya pubertas. Pada periode ini terjadi percepatan pertumbuhan (*growth spurt*) sehingga kebutuhan gizi pada remaja meningkat secara signifikan. Apabila kebutuhan gizi tidak terpenuhi pada fase tersebut, maka dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan remaja (Frisda, Fatmaningrum, & Ningtyas, 2022). Usia mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi, termasuk mengenai gizi seimbang. Selain itu, remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan mudah

terpengaruh oleh lingkungan sekitar, seperti teman sebaya, media sosial, maupun tren makanan yang sedang populer. Kondisi ini dapat mempengaruhi pola konsumsi remaja, baik ke arah positif maupun negatif. Remaja yang memperoleh informasi gizi yang baik cenderung lebih mampu menerapkan pola makan sehat dan gizi seimbang (Fauziah, et al., 2023).

Gizi berperan penting dalam pubertas, pertumbuhan tinggi badan, pembentukan otot dan lemak tubuh, serta risiko penyakit tidak menular di masa depan. Selain itu, gizi juga memengaruhi kebugaran tubuh, perkembangan otak, dan sistem kekebalan. Oleh karena itu, masa remaja merupakan fase yang sangat sensitif terhadap gizi, dan pemenuhan gizi yang baik memberikan manfaat luas bagi kesehatan jangka panjang (Norris, et al., 2022).

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase(%)
Laki-laki	16	57.14%
Perempuan	12	42.86%
Jumlah	28	100%

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki (57,14%). Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi dan penerapan gizi seimbang pada remaja. Selain jenis kelamin, faktor lain seperti status sosial ekonomi, kebiasaan makan, aktivitas fisik, olahraga, serta penggunaan media digital (*screen time*) juga berkontribusi terhadap gizi pada remaja. Perbedaan jenis kelamin menyebabkan perbedaan kebutuhan energi dan zat gizi yang dipengaruhi oleh komposisi tubuh, hormon, dan aktivitas fisik antara remaja laki-laki dan perempuan. (Awaliah, et al., 2025).

Remaja laki-laki umumnya memiliki kebutuhan energi yang lebih tinggi karena massa otot dan aktivitas fisik yang cenderung lebih besar. Sementara itu, remaja perempuan sering kali lebih memperhatikan bentuk tubuh dan penampilan sehingga lebih rentan melakukan pembatasan makan atau pola diet tertentu. Kebutuhan energi remaja laki-laki usia 13-15 tahun sebesar 2475 kkal, sedangkan remaja perempuan usia 13-15 tahun sebesar 2125 kkal. Kurangnya aktivitas fisik serta tingginya *screen time* turut meningkatkan risiko terjadinya ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi yang akhirnya dapat menyebabkan obesitas. Dengan demikian, jenis kelamin memiliki hubungan yang erat dengan perilaku makan dan penerapan gizi seimbang pada remaja (Frisda, Fatmaningrum, & Ningtyas, 2022).



Gambar 2. Pembagian Kuesioner

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan

Pengetahuan	Pre Test	Post Test
Baik Sekali	17	22
Baik	9	6
Cukup	2	0
Jumlah	28	28

Berdasarkan tabel 2 hasil pretest dan post-test, menunjukkan pengetahuan para siswa menjadi lebih baik. Penyuluhan gizi bertujuan meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya pemenuhan zat

gizi. Pengetahuan gizi yang baik mendukung perilaku konsumsi sehat dan status gizi optimal pada remaja. Pengetahuan gizi yang memadai dapat meningkatkan sikap dan perilaku makan sehat, sehingga edukasi dan pendidikan gizi, khususnya melalui penyuluhan di sekolah, perlu ditingkatkan untuk mendorong kesadaran serta perubahan perilaku positif dalam mengonsumsi gizi yang sesuai kebutuhan remaja (Prawita, 2023).



Gambar 3. Foto bersama dan penyerahan hadiah

Status gizi pada masa remaja berpengaruh terhadap kesehatan individu di masa depan. Ketidakseimbangan gizi pada periode ini dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti anemia, gangguan pertumbuhan dan perkembangan, serta gangguan pada siklus menstruasi. Masa remaja merupakan fase pertumbuhan yang cepat sehingga kebutuhan zat gizi meningkat dan harus dipenuhi secara optimal. Oleh karena itu, pemenuhan gizi seimbang pada remaja sangat penting untuk mendukung pertumbuhan yang optimal, menjaga fungsi tubuh, serta menciptakan kualitas kesehatan yang lebih baik di masa depan (Nazilla, Yusnaini, & Kartinazhari, 2021).

Edukasi gizi melalui aplikasi kesehatan seperti KlikDokter berpotensi meningkatkan literasi gizi remaja secara luas. Untuk mencapai perubahan perilaku yang bermakna, program harus interaktif, kontekstual, melibatkan lingkungan seperti orang tua dan sekolah, serta memiliki mekanisme monitoring dan evaluasi. Faktor penerimaan aplikasi (kemudahan penggunaan dan manfaat yang jelas) juga sangat menentukan keberhasilan program. Gizi remaja sangat penting karena pada masa ini terjadi pertumbuhan pesat, perkembangan otak, dan peningkatan aktivitas fisik. Remaja membutuhkan asupan gizi yang seimbang agar tumbuh optimal, memiliki energi cukup, dan terhindar dari masalah kesehatan seperti anemia, berat badan berlebih, atau kekurangan gizi (Masruroh & Soeyono, 2025).

KlikDokter merupakan aplikasi kesehatan digital yang menyediakan informasi kesehatan, edukasi medis, dan fitur pemantauan kesehatan. Aplikasi ini membantu pengguna memperoleh informasi kesehatan secara cepat dan mudah. KlikDokter memiliki berbagai fitur yang membantu masyarakat memperoleh informasi dan layanan medis secara mudah dan terpercaya. Salah satu fitur utamanya adalah informasi penyakit dan obat, yang menyediakan penjelasan lengkap mengenai berbagai jenis penyakit, mulai dari gejala, penyebab, hingga cara pencegahan, serta informasi obat beserta cara penggunaannya. KlikDokter juga menyediakan artikel edukasi mengenai gaya hidup sehat, gizi seimbang, kesehatan mental, dan informasi medis terbaru. (Nugroho & Wulandari, 2025)

KlikDokter dilengkapi dengan berbagai kalkulator kesehatan, seperti BMI, masa subur, dan kehamilan yang dapat digunakan untuk memantau dan menjaga kondisi kesehatan secara mandiri. Keunggulan KlikDokter terletak pada kelengkapan informasi dan penggunaan bahasa yang mudah dipahami. Tampilan aplikasi yang sederhana membuatnya mudah digunakan oleh semua usia, termasuk remaja dan orang dewasa. Selain itu, fitur cek kesehatan dan artikel kesehatan yang tersedia sangat membantu sebagai media edukasi dan peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan (Pradiani, Ardiansyah, & Fathorrahman, 2023).

Berdasarkan laporan riset mengenai Pemahaman Pasar Wellness di Jakarta yang dikutip oleh DailySocial.id, aplikasi KlikDokter menempati posisi ketiga setelah Halodoc dan Alodokter sebagai aplikasi kesehatan yang paling diminati, populer, dan mudah digunakan (Herawati, 2023). Hasil survei menunjukkan bahwa KlikDokter memperoleh 18% suara dari total 600 responden. Laporan tersebut juga mengungkapkan bahwa faktor kemudahan penggunaan menjadi alasan utama bagi 47,7% pengguna dalam memilih aplikasi kesehatan. KlikDokter juga menyediakan fitur konsultasi dan tanya jawab dengan

dokter secara gratis seperti aplikasi kesehatan digital lainnya (Maarende, Sebatian, & Restyandito, 2021).

4. Simpulan dan Saran

Kegiatan penyuluhan bertema “Edukasi Gizi pada Remaja dengan Aplikasi KlikDokter” di SMP Negeri 18 Surakarta berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari siswa. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan remaja mengenai gizi seimbang, kebiasaan makan sehat, serta dampak gizi terhadap kesehatan dan prestasi belajar, yang terlihat dari peningkatan hasil pretest dan post-test. Penggunaan aplikasi KlikDokter sebagai media edukasi dinilai efektif karena mudah diakses, informatif, dan sesuai dengan kebiasaan digital remaja. Melalui kegiatan ini, remaja diharapkan dapat menerapkan pola makan sehat dan meningkatkan kepedulian terhadap kesehatan secara mandiri. Sekolah juga diharapkan dapat menyelenggarakan edukasi gizi secara berkala dengan memanfaatkan media digital untuk mendukung perilaku hidup sehat remaja.

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Direktur dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Politeknik Insan Husada Surakarta yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Tak lupa pula terima kasih penulis ucapkan kepada SMP Negeri 18 Surakarta yang telah mendukung keterlaksanaan acara pengabdian.

6. Daftar Pustaka

- Ashari, C. R., Khomsan, A., & Baliwati, Y. F. (2019). Validasi Hfias (Household Food Insecurity Access Scale) Dalam Mengukur Ketahanan Pangan: Kasus Pada Rumah Tangga Perkotaan Dan Perdesaan Di Sulawesi Selatan. *Penelitian Gizi Dan Makanan. The Journal of Nutrition and Food Research*, 11-20.
- Awaliah, Rita, E., Idriani, Widiastuti, E., Zuryati, M., Setiyono, E., & Armina. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Video Melalui Aplikasi Whatsapp Terhadap Pengetahuan Remaja di SMP Muhammadiyah 36 Jakarta Selatan . *Jurnal Ners*, 5335-5338.
- Azzahra, F. L., & Suryalamsah, I. I. (2024). Hubungan Pengetahuan Gizi, Pola Makan, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Status Gizi Lebih pada Remaja di MAN 2 Jakarta Timur . *Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK)*, 53-60.
- Fauziah, S., Surmita, Priawantiputri, W., Mutiyani, M., Mahmudah, U., & Mulyo, G. (2023). Efektivitas Pendidikan Gizi Dengan Aplikasi Berbasis Android Terhadap Pengetahuan Serta Konsumsi Sayur Dan Buah Remaja. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 13-24.
- Frisda, B. N., Fatmaningrum, W., & Ningtyas, W. S. (2022). Pendidikan Gizi Seimbang Dengan Media Video Animasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Remaja. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1987-1997.
- Herawati, H. (2023). Analisa Keputusan Penggunaan Layanan Kesehatan Online Pada Aplikasi Klikdokter. *Kinerja Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 52-63.
- Indrasari, O. R., & Sutikno, E. (2020). Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Usia 16-18 Tahun. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, 128-132.
- Kemenkes, R. (2014). *Permenkes No. 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes, R. (2018). *Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi Kesehatan Ibu dan Anak.
- Kemenkes, R. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan .
- KlikDokter. (2026, Februari 3). *Tentang KlikDokter*. Retrieved from KlikDokter Website: <https://www.klikdokter.com/tentang-kami>

- Maarende, C. A., Sebatian, D., & Restyandito. (2021). Perancangan Antarmuka Berdasarkan Evaluasi Usabilitas Penggunaan Aplikasi KlikDokter Untuk Pralansia dan Lansia . *Jurnal Teknik Informatika dan Sistem Informasi* , 682-694.
- Masruroh, S., & Soeyono, R. D. (2025). Pengaruh Media Berbasis Aplikasi Android Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Pemilihan Makanan Berlemak di Kabupaten Sidoarjo . *Jurnal Gizi dan Kesehatan (JGK)*, 170-179.
- Nazilla, E. M., Yusnaini, & Kartinazahri. (2021). Literatur Review: Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja. *Nasuwakes: Jurnal Ilmiah Kesehatan* , 136-145.
- Norris, S. A., Frongillo, E. A., Black, M. M., Dong, Y., Fall, C., Lampl, M., . Patton, G. C. (2022). Nutrition in adolescent growth and development. *The Lancet*, 172-184.
- Nugroho, D. E., & Wulandari, R. (2025). Persepsi Kemudahan dan Persepsi Kemanfaatan Kunci Sikap Positif terhadap Aplikasi KlikDokter di Indonesia . *Jurnal Manajemen Informasi Kesehatan Indonesia*, 01-07.
- Nurfadillah, A.R., & Rahim, N.K. (2024). Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Perubahan Pola Makan pada Remaja Putri Melalui Program Sekolah Gizi di Desa Padengo, Kabupaten Pohuwato. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3644-3652.
- Purnama, N. L. A. (2019). Perilaku Makan Dan Status Gizi Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 57-62
- Pradiani, T., Ardiansyah, & Fathorrahman. (2023). Pengaruh Digital Marketing, Kualitas Layanan, Dan Brand Image Terhadap Keputusan Pembelian Produk Kesehatan Klikdokter Di Indonesia . *Jurnal Ilmiah Riset Aplikasi Manajemen*, 001-015.
- Prawita, A. R. (2023, Juni 7). Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Dengan Media Powerpoint Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Gizi Remaja Di SMPN 2 Yogyakarta. Yogyakarta, Jawa Tengah, Indonesia.
- Purtiantini. (2023, Juni 14). Gizi Seimbang Pada Remaja. Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia.
- Yunieswati, W., Kushargina, R., & Rizqiya, F. (2022). Edukasi Gizi Berbasis Teknologi untuk Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Antioksidan pada Remaja . *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 69-77.