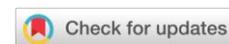




## Research article



# Increasing knowledge and attitudes of adolescents related to sexual and reproductive health by using audio-visual media during the covid-19 pandemic

Echi Agnes Claudia<sup>1</sup>, Iis Rahmawati<sup>1</sup>, Dini Kurniawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departemen Maternitas dan Anak, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember, Indonesia

### Article Info

#### Article History:

Submitted: Oct 21<sup>st</sup>, 2021

Accepted: Nov 21<sup>st</sup>, 2021

Published: Nov 25<sup>th</sup>, 2021

#### Keywords:

Audiovisual; Health  
Education; Attitudes;  
Knowledge

### Abstract

Adolescence is a developmental stage from the transition to adulthood. A cognitive problem that affects adolescence namely the lack of knowledge about reproductive health. The purpose of this study was to explain the effectiveness of health education using audio-visual methods on students' knowledge and attitudes about adolescent reproductive health during the COVID-19 pandemic. This research uses a quasi-experimental design. The results obtained from the 75 respondents who filled out the questionnaire showed that the attitude of the students on the pre-test score was 60,00 and the post-test was 63,45, whereas the students' knowledge on the pre-test score was 15,89 and the post-test is 17,20. From the results of the research carried out with the Wilcoxon test that the Asymp. Sig (2-tailed) is worth 0,0001 where the value is less than <0.005, therefore the hypothesis was accepted. Using audiovisual media is that it will add more real material content and will increase memory retention due to media that is much interesting and easy to remember by the individual, factors that can influence knowledge and attitudes related to reproductive and sexual health in adolescents are knowledge, attitudes and the individual's environment in processing the information obtained. Therefore there is a significant effect of health education with audiovisual methods on increasing the knowledge and attitudes of adolescents related to reproductive and sexual health.

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu aset negara yang telah menjadi kelompok yang rentan dan harus mendapatkan perhatian khusus. Remaja selalu memiliki rasa penasaran yang tinggi, gemar dengan tantangan dan berani dalam hal mengambil resiko tanpa didasari dengan pemikiran yang matang [1]. Segala bentuk perilaku yang berisiko pada remaja khususnya di Indonesia erat hubungannya

dengan masalah pengetahuan, sikap, jenis kelamin, umur, Pendidikan, status ekonomi, akses terhadap media informasi, komunikasi dengan orangtua dan peran teman yang berperilaku berisiko. Pendidikan formal ataupun informal cenderung memandang aspek kesehatan reproduksi hanya sebatas fenomena biologis cenderung menkontruksikan masalah ini sebagai hal tabu dan berbahaya [2].

Corresponding author:

Echi Agnes Claudia

[echiagness22@gmail.com](mailto:echiagness22@gmail.com)

Media Keperawatan Indonesia, Vol 4 No 4, November 2021

e-ISSN: 2615-1669

ISSN: 2722-2802

DOI: 10.26714/mki.4.4.2021.304-310

Kesehatan reproduksi adalah suatu pencapaian kesejahteraan mulai dari fisik, emosional, mental dan sosial dalam kaitannya semua aspek baik reproduksi dan seksualitas dimana remaja tersebut dikatakan sehat tidak terjangkit penyakit, tidak adanya kecacatan [3]. Salah satu bentuk upaya guna meningkatkan derajat kesehatan reproduksi remaja adalah wadah Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) [4].

Proses penerapan UKS pada lingkup Sekolah Menengah Atas dititik beratkan pada tindakan preventif terkait perilaku berisiko seperti kesehatan reproduksi remaja, infeksi menular, penyalahgunaan Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA), kecelakaan dan trauma lainnya [4]. Pelaksanaan tersebut sesuai dengan trias UKS yakni Pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan dan pembinaan [5].

Pada awal tahun 2020 dunia telah digemparkan dengan munculnya virus yakni *Corona Virus Diseases* (COVID-19) sehingga membuat kepanikan diberbagai wilayah. Kondisi yang seperti ini mengakibatkan terhambatnya siswa dalam mengakses layanan UKS guna meningkatkan pengetahuan siswa terkait dengan kesehatan reproduksi remaja [6].

Metode audio visual adalah salah satu media yang menampilkan informasi atau pesan melalui dengar dan lihat. Perkembangan zaman yang sangat pesat mengakibatkan dunia teknologi semakin bertambah modern. Sehingga memunculkan berbagai media pembelajaran yang dapat mendukung proses pemberian Pendidikan kesehatan [6].

Media audio visual memiliki kelebihan bahwa pemakaiannya yang tidak membosankan siswa dan informasi yang diterima jelas dan cepat dimengerti [7]. Media harus mampu merangsang atau memasukan informadsi dengan berbagai indera [8]. Apabila suatu metode

menggunakan banyak indera akan mengalami rangsangan informasi yang disampaikan akan jauh lebih mudah masuk, media audiovisual memberikan rangsangan melalui indera penglihatan dan pendengaran, perpaduan saluran informasi melalui mata mencapai 75% dan telinga sejumlah 13% akan memberikan rangsangan yang cukup sehingga memberikan hasil yang optimal dan efektif.

Dari identifikasi masalah tersebut maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada pengaruh Pendidikan kesehatan dengan media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap terhadap kesehatan reproduksi remaja selama pandemi?

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan *design Quasi Eksperimen Pretest-post test With Out Control Group*. Variabel yang diteliti yaitu tingkat pengetahuan dan sikap. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 75 responden. Pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan pendekatan *Simple Random Sampling*, dengan kriteria remaja rentan usia 13-17 tahun, siswa kelas X SMA Negeri 1 Jember. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Jember, Kecamatan Sumbersari, Kabupaten Jember. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 1 – 20 Mei 2021.

Tahap awal saat melakukan ijin etik penelitian di Fakultas Keperawatan Universitas Jember dan mengajukan surat perizinan kepada instansi Fakultas Keperawatan UNEJ, LP2M, BAKESBANGPOL, Dinas Pendidikan Kabupaten Jember yang akan ditunjukkan ke SMA Negeri 1 Jember. Peneliti selanjutnya menentukan populasi, sampel dan responden sesuai dengan kriteria inklusi kemudian responden didampingi dengan guru untuk menandatangani lembar persetujuan sebagai responden.

Selanjutnya akan di lakukan penanyangan Pendidikan kesehatan dengan metode audio visual secara online melalui *zoom meeting*.

Tahap selanjutnya adalah melakukan pengumpulan data yang dilakukan di SMA Negeri 1 Jember dan melakukan *pre test* serta *post test* melalui *google form* yang telah diberikan melalui *WhatsApp Group*. Selama melakukan pengumpulan data di tempat lokasi peneliti dan responden tetap melakukan himbauan agar jaga jarak dan mencuci tangan sebelum dan sesudah bersentuhan dan bersalaman. Mengukur variabel independen yakni Pendidikan kesehatan dengan media audio visual dan variabel dependen yakni tingkat pengetahuan dan sikap dengan memberikan kuisioner terkait pengetahuan kesehatan reproduksi dan seksual dari penelitian Junita (2018). Indikator kuisioner pada tingkat pengetahuan yakni pengertian kesehatan reproduksi, pengertian dan ciri-ciri pubertas pada remaja putra dan putri, masa subur dan reproduksi, anatomi sistem reproduksi, anemia dan haemoglobin dan norma tentang seks pra nikah, sedangkan indikator kuisioner sikap yakni sikap tentang perilaku seks pranikah berisiko ringan dan berat, Pendidikan dan informasi kesehatan reproduksi serta sikap terhadap aborsi, kontrasepsi dan HIV / AIDS.

Proses pengisian kuisioner tahap pertama yakni dengan memberikan kuisioner *pre test* melalui *google form* sebelum responden dilakukan Pendidikan kesehatan dengan audio visual sedangkan pelaksanaan *post test* dilakukan setelah responden mendapatkan Pendidikan kesehatan dan kuisioner akan dikirimkan ke dalam room chat yang berada di *zoom meeting* yang selanjutnya responden dapat mengisi *google form post test* tersebut.

Proses Analisa data dengan menggunakan Analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat menggunakan jenis data variabel independent dan dependen, pada penelitian ini yakni numerik sedangkan Analisa

bivariat melakukan uji normalitas terlebih dahulu, dan menggunakan uji paired sample t-test dan menggunakan uji Wilcoxon apabila diperoleh data yang tidak berdistribusi normal.

Penelitian ini dilakukan sesuai dengan etika penelitian yang ditegakkan yakni harkat dan martabat manusia (respect for human dignity) dimana Pada penelitian ini responden penelitian yang telah diberikan lembar inform consent kemudian responden akan memahami maksud dan tujuan peneliti serta mendatangi lembar tersebut, kerahasiaan (confidentially) Kerahasiaan data subjek penelitian akan dijaga sebaik mungkin oleh peneliti. Data dari subjek penelitian hanya dapat diakses oleh peneliti dan pembimbing dengan menggunakan kode agar menjaga kerahasiaan data dari responden, keadilan (justice) dimana subjek satu dengan yang lainnya akan diberlakukan sama dan tidaknya diskriminasi dalam hal apapun. Peneliti memberikan perlakuan yang sama rata terhadap semua responden walaupun adanya perbedaan pada tiap individu dan kemanfaatan (benefits) Selama proses pengumpulan data responden peneliti akan memastikan sudah sesuai dengan prosedur guna mencegah munculnya kerugian pada responden.

## HASIL

Responden dalam penelitian ini berjumlah 75 remaja kelas X. Responden berdasarkan usia siswa kelas X diperoleh usia minimal berusia 14 tahun dan usia maksimal berusia 17 tahun. Distribusi frekuensi remaja berdasarkan jenis kelamin, diperoleh hasil sebagian

Besar dari responden berjumlah 75 orang dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan sejumlah 53 orang (70,7%), mayoritas responden memeluk agama islam dengan jumlah 67 orang (89,3%), responden mendapatkan informasi atau pemaparan terkait dengan kesehatan reproduksi dan seksual dari media

elektronik maupun sosial sejumlah 32 orang (42,7%), responden perempuan yang telah mengalami menstruasi sejumlah 53 orang (70,7%) sedangkan responden laki-laki yang telah mengalami mimpi basah sejumlah 17 orang (22,7%).

Hasil analisis skor pada variabel sikap responden didapatkan hasil dari 75 responden bahwa memperoleh hasil pre-test sikap dengan nilai mean atau rata-rata sejumlah 60,00, median atau nilai tengah sejumlah 62,00, nilai minimum dan maksimum yakni sejumlah 46 dan 68 dimana nilai tersebut diperoleh dari 75 responden yang telah mengisi kuisioner pre-test sikap sejumlah 17 pertanyaan. Sedangkan pada kolom post-test diperoleh hasil dari 75 responden yang telah mengisi kuisioner dengan jumlah 18 pertanyaan yakni mean atau rata-rata sejumlah 63,45, median atau nilai tengah sejumlah 65,00, nilai minimum dan maksimum sejumlah 49 dan 68.

Skor pengetahuan didapatkan hasil dari 75 responden bahwa pada memperoleh hasil pre-test sikap dengan nilai mean atau rata-rata sejumlah 15,89, median atau nilai tengah sejumlah 16,00, nilai minimum dan maksimum yakni sejumlah 12 dan 18 dimana nilai tersebut diperoleh dari 75 responden yang telah mengisi kuisioner pre-test pengetahuan sejumlah 18 pertanyaan. Sedangkan pada kolom post-test diperoleh hasil dari 75 responden yang telah mengisi kuisioner dengan jumlah 18 pertanyaan yakni mean atau rata-rata sejumlah 17,20, median atau nilai tengah sejumlah 17,00, nilai minimum dan maksimum sejumlah 15 dan 18.

Tabel 1

Perbedaan rerata pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah dilakukan intervensi (n=75)

Indikator	Sebelum intervensi	setelah intervensi	p
Pengetahuan	15,89	17,20	0,001
Sikap	60,00	63,45	0,001

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan dari tingkat pengetahuan antara sebelum dan sesudah yakni 1,31 dimana sebelum Pendidikan kesehatan nilai rata-rata sebesar 15,89 dan nilai setelah diberikan Pendidikan kesehatan sebesar 17,20. Dari uji normalitas data tidak berdistribusi normal sehingga menggunakan uji Wilcoxon sign diperoleh hasil  $p = 0,001$ , karena nilai  $p < 0,05$  dapat diartikan adanya perbedaan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan dengan media audio visual.

Selain pada tingkat pengetahuan pada sikap juga mengalami peningkatan antara sebelum dan sesudah yakni 3,45 dimana sebelum Pendidikan kesehatan nilai rata-rata sebesar 60,00 dan nilai setelah diberikan Pendidikan kesehatan sebesar 63,45. Dari uji normalitas data tidak berdistribusi normal sehingga menggunakan uji Wilcoxon sign diperoleh hasil  $p = 0,001$ , karena nilai  $p < 0,05$  dapat diartikan adanya perbedaan antara sikap sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan dengan media audio visual.

## PEMBAHASAN

### **Efektivitas Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Audio Visual pada Remaja Selama Pandemi COVID-19**

Hasil penelitian pada tingkat pengetahuan setelah diberikan Pendidikan kesehatan dengan metode audio visual didapatkan hasil adanya peningkatan antara tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan metode audiovisual terkait kesehatan reproduksi dan seksual.

Faktor pemicu terkait dengan minimnya pengetahuan dikarenakan siswa kurang terpapar informasi, kurangnya daya ingat, salah dalam hal mengartikan informasi, keterbatasan dalam hal kognitif, minat

belajar yang kurang dan tidak terbiasa dengan informasi [9].

Pengetahuan adalah suatu unsur yang penting dalam hal pembentukan tindakan setiap individu. kurangnya pengetahuan pada individu diakibatkan karena informasi yang didapatkan hanya mampu mencapai pada titik tingkatan pertama dari pengetahuan yakni tahu atau *know* sehingga memungkinkan individu belum sepenuhnya sampai pada titik memahami atau bahkan titik pengaplikasian pengetahuan yang telah didapat [10].

Permasalahan minimnya pengetahuan terkait dengan kesehatan reproduksi remaja disebabkan oleh beberapa hal seperti minimnya informasi mengenai hal tersebut, dirasa masih tabu, pelayanan kesehatan yang tidak memadai serta undang-undang yang tidak mendukung hal tersebut [11].

Pendidikan kesehatan tidak luput dari peran media dengan melalui media audiovisual, informasi yang akan disampaikan dapat dikemas secara menarik dan mudah dipahami oleh individu sehingga sasaran akan jauh lebih mudah dalam hal menguasai materi tersebut dan selanjutnya akan mengadopsi perilaku kearah positif. Media audio visual dirasa lebih menarik karena didalamnya memiliki 2 (dua) unsur yakni dengar dan lihat sehingga informasi yang akan disampaikan dikemas dalam kalimat, gambar ataupun kombinasi antar keduanya [12]. Kelebihan menggunakan media audiovisual adalah akan menambahkan isi materi yang lebih nyata dan akan meningkatkan retensi memori disebabkan oleh media yang jauh menarik dan mudah diingat oleh individu tersebut [13].

### **Efektivitas Sikap tentang Kesehatan Reproduksi Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Audio Visual pada Remaja Selama Pandemi COVID-19**

Hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan nilai sikap responden sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan reproduksi dan seksual melalui metode audiovisual. Penentu sikap setiap individu adalah dengan pengetahuan yang didapat, pikiran, suatu keyakinan dan emosi dari setiap individu. Sehingga ada keterkaitan yang erat antara perubahan pengetahuan dan sikap apabila individu tersebut itu memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi maka sikap yang dimilikinya pun akan lebih baik [14].

Sikap adalah respon tertutup yang dikeluarkan individu terhadap stimulus atau objek yang telah diterimanya dari lingkungan sekitar. Terdapat 2 (dua) faktor yang mempengaruhi sikap yakni internal yang berasal dari diri individu itu sendiri dan eksternal yang berasal dari luar individu tersebut sehingga stimulus yang didapatkan akan membentuk suatu sikap [10].

Perubahan perilaku pada seseorang bergantung pada setimulus yang diterima. Adanya proses perubahan tersebut sama seperti proses belajar yakni diawali dengan adanya stimulus, selanjutnya mendapat perhatian dan akan diolah stimulus tersebut sehingga terjadi kesediaan dalam bertindak stimulus yang telah diterima tersebut dinamakan sikap, dengan dukungan baik internal maupun eksternal sehingga memiliki efek berupa tindakan dari individu tersebut yakni sebuah perubahan perilaku [6].

Pendidikan kesehatan yang dapat dilakukan dengan berbagai metode maupun media berguna untk mempermudah dalam hal penyaluran informasi atau pesan tersirat pada individu. Salah satu media yang sering digunakan adalah media audiovisual dimana akan memuculkan suara dan gambar yang akan menarik bagi individu sehingga penyampaiannya akan lebih praktis dan efisien. Media audiovisual dapat berhasil dalam hal membangkitkan rasa ketertarikan, dengan menggunakan metode

ini pun juga dapat meningkatkan partisipasi individu sehingga akan lebih aktif dalam proses penerimaan informasi [15]. Sehingga akan memunculkan perubahan berupa sikap, pengetahuan, perilaku dan gaya hidup [16].

Sikap pun merupakan suatu pernyataan atau suatu pertimbangan evaluative mengenai suatu obyek, orang atau peristiwa sikap terdiri dari 3 (tiga) komponen yakni kognitif, afektif dan behavior. Di samping itu, hal yang harus diperhatikan apabila ingin mengubah sikap adalah media yang digunakan, fasilitator yang akan membantu individu serta menyadari sikap lamanya sebelum mengikuti Pendidikan kesehatan [9].

Sikap individu akan berubah setelah dilakukan Pendidikan kesehatan disebabkan oleh peran penting dari pendidikan kesehatan yang memiliki berbagai unsur didalamnya seperti komunikasi sehingga akan memberikan upaya guna mengubah sikap setiap individu sehingga individu tersebut akan memunculkan ide, keyakinan serta merespon atau bahkan melontarkan jawaban apabila ada pertanyaan, individu juga akan mengerjakan bahkan sampai menyelesaikan tugas yang telah diberikan dan itu merupakan bentuk suatu indikasi pencapaian suatu sikap yang baik [15].

## SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah adanya perbedaan yang signifikan dari hasil kuisioner sikap dan pengetahuan terkait dengan kesehatan reproduksi dan seksual setelah diberikan Pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual. Hal ini dapat menambah wawasan bagi institusi Pendidikan dan pelayanan kesehatan guna melakukan upaya yang lebih menarik dalam hal memberikan edukasi berupa Pendidikan kesehatan terkait permasalahan kesehatan reproduksi dan seksual.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak dan responden SMA Negeri 1 Jember yang telah bersedia untuk berpartisipasi selama proses penelitian ini berlangsung.

## REFERENSI

- [1] Fitriana H, Siswantara P. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMPN 52 Surabaya. *Indones J Public Heal* 2018;13:110–21. <https://doi.org/10.20473/ijph.vl13il.2018.109-120>.
- [2] Sagala SH, Maifita Y, Armaita. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Masyarakat terhadap Covid-19: a Literature Review. *J Menara Med* 2020;3:46–53.
- [3] Engel DMC, Paul M, Chalasani S, Gonsalves L, Ross DA, Chandra-Mouli V, et al. A Package of Sexual and Reproductive Health and Rights Interventions—What Does It Mean for Adolescents? *J Adolesc Heal* 2019;65:S41–50. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.09.014>.
- [4] Raudiah, Lubis NL, Moriza T. Analisis Pelaksanaan Trias Usaha Kesehatan Sekolah Dalam Penyampaian Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja SMP. *J Jumentik* 2020;5:99–110.
- [5] Tulangow RR. Gambaran Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah ( UKS ) bagi Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Dumoga n.d.:143–9.
- [6] Ranni GAIP, Lestari RTR, Sari NAME. Effects Of Giving Audiovisual Health Education About Adolescent Reproduction To The Knowledge Of Premarital Sexual Behavior. *Bali Med J* 2020;7:46–60.
- [7] Muthia F, Fitriangga A, Yanti SN. Perbedaan Efektifitas Penyuluhan Kesehatan menggunakan Metode Ceramah dan Media Audiovisual (Film) terhadap Pengetahuan Santri Madrasah Aliyah Pesantren Khulafaur Rasyidin tentang TB Paru Tahun 2015. *J Cerebellum* 2016;2:646–56.
- [8] Untan FK. *Jurnal Cerebellum*. Volume 2. Nomor 4. November 2016 2016;2:646–56.
- [9] Azizah HAN, Amelia CR, Dewi M. Perbedaan Pengaruh Metode Simulation Game (SIG) dengan Audio Visual terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di SMK Negeri 1 Pujon. *J Issues Midwifery* 2018;2:1–10. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2018.002.0>

## 2.1.

- [10] Solehati T, Trisyani M, Kosasih CE. Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Puteri. *J Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nurs Journal)* 2018;4:86-91. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>.
- [11] Irawan E. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Desa Kertajaya. *J Keperawatan BSI* 2016;4:26-31.
- [12] Lestari FS, Rinawan FR, Afriandi I, Karlinah S, Arya IF, Sunjaya DK. Pemetaan Berita Online tentang Imunisasi Measles Rubella Tahun 2018 di Indonesia. *Media Penelit Dan Pengemb Kesehatan* 2020;30:27-36. <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i1.1944>.
- [13] Ramadhani A, Ramadani ML. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah dan Audiovisual terhadap Pengetahuan Tentang Infeksi Menular Seksual Pada Remaja. *J Keperawatan Muhammadiyah* 2020;Edisi Khus:346-52.
- [14] Waryana, Sitasari A, Febritasanti DW. Intervensi Media Video Berpengaruh pada Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Mencegah Kurang Energi Kronik (Video Intervention Affects Knowledge and Attitude among Teenage Girls in Preventing Chronic Energy Malnutrition). *J AcTion Aceh Nutr J* 2019;4:58-62.
- [15] Hidayati IR, Pujiana D, Fadillah M. Abstrak 1,2,3. Pengaruh Pendidik Kesehat Terhadap Pengetah Dan Sikap Siswa Tentangbahaya Merokok Kelas Xi Sma Yayasan Wan Kereta Apipalembang Tahun 2019 2019;12:125-35.
- [16] Meidiana R, Simbolon D, Wahyudi A. Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight. *J Kesehat* 2018;9:478. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i3.961>.