

---

## **PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DALAM EDUKASI BAHAYA KONSUMSI GULA BERLEBIH PADA REMAJA: STRATEGI COMMUNITY-BASED EDUCATION**

Miky Endro Santoso<sup>1)\*</sup>, Christine Claudia Lukman<sup>2)</sup>, Hendra Setiawan<sup>3)</sup>

Universitas Kristen Maranatha

<sup>1)</sup>[miky.es@art.maranatha.edu](mailto:miky.es@art.maranatha.edu), <sup>2)</sup>[christineclaudialukman@gmail.com](mailto:christineclaudialukman@gmail.com),

<sup>3)</sup>[hendra.setiawan@art.maranatha.edu](mailto:hendra.setiawan@art.maranatha.edu)

---

### **Histori artikel**

*Received:*  
01 Mei 2025

*Accepted:*  
25 Agustus 2025

*Published:*  
31 Agustus 2025

---

### **Abstrak**

Permasalahan kesehatan remaja terkait konsumsi gula berlebih semakin mengkhawatirkan karena berpotensi menimbulkan risiko obesitas, diabetes, dan penyakit tidak menular lainnya. Kondisi tersebut juga dialami oleh remaja di wilayah kerja Posyandu Kelurahan Cipaganti yang menunjukkan minimnya pemahaman tentang bahaya gula berlebih akibat kurangnya edukasi kesehatan berbasis komunitas. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas kader Posyandu sebagai agen edukasi kesehatan dalam upaya pencegahan konsumsi gula berlebih pada remaja. Mitra kegiatan adalah 15 kader Posyandu yang terlibat secara aktif dalam pelatihan. Metode pelaksanaan dilakukan melalui pendekatan *Community-Based Education* (CBE) dengan tahapan persiapan, penyusunan materi, pelaksanaan pelatihan, evaluasi, dan tindak lanjut. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kader mampu memahami materi edukasi dengan baik, ditunjukkan melalui peningkatan skor evaluasi dan keterampilan menyampaikan pesan kesehatan kepada remaja. Pembahasan menegaskan bahwa keterlibatan kader Posyandu dapat memperkuat peran masyarakat dalam mendukung edukasi kesehatan remaja secara berkelanjutan.

**Kata Kunci:** Edukasi Kesehatan, Kader Posyandu, Pendidikan Berbasis Komunitas, Remaja

---

\*Penulis Koresponden: Miky Endro Santoso ([miky.es@art.maranatha.edu](mailto:miky.es@art.maranatha.edu))

**Abstract.** Health problems among adolescents related to excessive sugar consumption are increasingly concerning, as they pose risks of obesity, diabetes, and other non-communicable diseases. This condition is also found among adolescents in the working area of Posyandu Cipaganti, where limited understanding of the dangers of excessive sugar intake is linked to the lack of community-based health education. This community service activity aimed to strengthen the capacity of Posyandu cadres as health education agents in preventing excessive sugar consumption among adolescents. The partners involved were 15 Posyandu cadres who actively participated in the training. The implementation method applied a *Community-Based Education* (CBE) approach, consisting of preparation, material development, training implementation, evaluation, and follow-up. The results showed that cadres were able to understand the educational material well, as reflected in the improvement of evaluation scores and their skills in delivering health messages to adolescents. The discussion highlights that the involvement of Posyandu cadres can strengthen the role of the community in supporting sustainable adolescent health education.

**Keywords:** Health Education, Posyandu Cadres, Community-Based Education, Adolescents

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang memiliki peran penting dalam pembangunan masa depan, sehingga perlu memiliki kondisi fisik yang sehat dan pola hidup yang baik. Namun, kenyataannya banyak remaja terbiasa mengonsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan, yang berisiko memicu obesitas, diabetes melitus tipe 2, hingga gagal ginjal pada usia muda (Anggorowati et al., 2023; Luwito & Santoso, 2021). Data Rabaity & Sulchan (2012) juga menegaskan bahwa konsumsi gula sederhana yang berlebihan tanpa diimbangi aktivitas fisik dapat menjadi faktor risiko hipertensi dan obesitas pada remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa pola konsumsi yang tidak sehat perlu segera ditangani melalui upaya edukasi yang berkesinambungan.

Indonesia bahkan tercatat sebagai negara dengan tingkat konsumsi minuman berpemanis dalam kemasan (MBDK) tertinggi di Asia Pasifik (Kemenkes, 2024). Rata-rata kandungan gula pada minuman tersebut mencapai 22,8 gram per 250 ml atau 45,6% dari batas harian. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 juga menunjukkan bahwa hampir separuh penduduk Indonesia mengonsumsi minuman manis lebih dari sekali per hari (Hati-hati Diabetes, 2024). Penelitian terbaru memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa konsumsi gula tambahan yang tinggi berhubungan dengan peningkatan risiko mortalitas akibat penyakit kardiovaskular maupun penyakit kronis lainnya (Shi et al., 2024; Sinaga et al., 2024).

Dampak buruk konsumsi gula berlebih juga dikaitkan dengan meningkatnya prevalensi penyakit ginjal kronis. Penelitian yang dipublikasikan di JAMA Network Open menunjukkan bahwa minuman manis, baik yang mengandung gula maupun pemanis buatan, dapat meningkatkan risiko penyakit ginjal kronis (CKD) hingga 26% bila dikonsumsi lebih dari satu porsi per hari, sementara menggantinya dengan air putih atau jus alami dapat menurunkan risiko tersebut sebesar 10% (Yadav, 2024). Fakta di lapangan juga menunjukkan adanya

kasus remaja yang sudah menjalani hemodialisis akibat kerusakan ginjal. Kondisi ini sejalan dengan temuan dr. Piprim Basarah Yunarso yang menunjukkan satu dari lima remaja usia 12–18 tahun memiliki tanda awal gangguan ginjal (Sinaga et al., 2024; Anggorowati et al., 2023). Hal ini menguatkan bahwa edukasi mengenai bahaya konsumsi gula berlebih harus dilakukan secara menyeluruh.

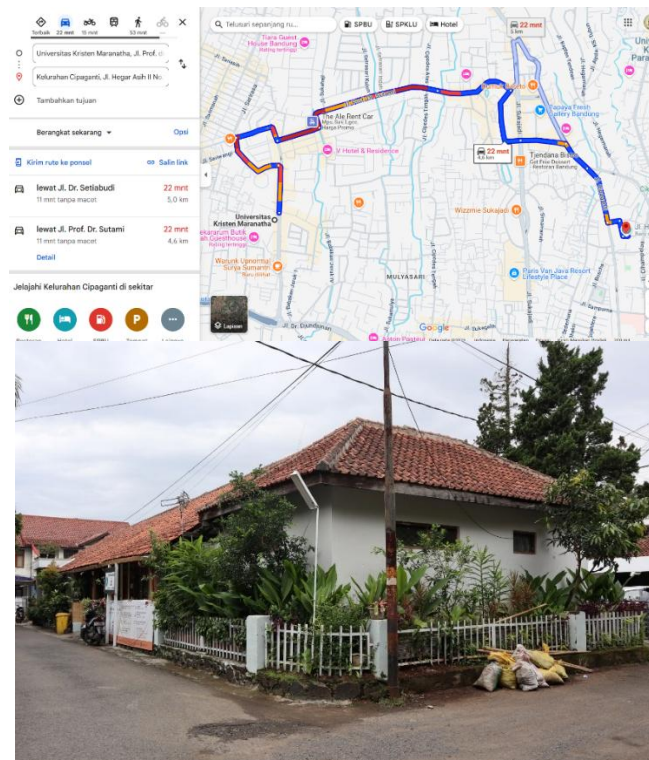
Salah satu strategi efektif dalam edukasi kesehatan masyarakat adalah pendekatan berbasis komunitas. Pendidikan berbasis komunitas memandang masyarakat sebagai subjek yang berdaya dalam merespons kebutuhan dan permasalahan yang ada di lingkungannya (Darwis, 2016; Hasmianti, 2015). Dalam konteks kesehatan, keterlibatan kader Posyandu menjadi sangat penting karena mereka memiliki kedekatan dengan masyarakat dan kapasitas untuk menyampaikan pesan kesehatan secara langsung (Randell et al., 2024; Aisyah & Rani, 2023). Dengan demikian, kader Posyandu dapat menjadi agen perubahan perilaku hidup sehat, termasuk dalam pencegahan konsumsi gula berlebih pada remaja.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pelatihan kader Posyandu terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan komunikasi dalam penyampaian pesan kesehatan (Ekayanthi et al., 2022; Astikasari & Sumardiyon, 2023). Lebih lanjut, kader yang terlatih dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam program kesehatan melalui kredibilitas dan kedekatan sosial yang mereka miliki (Dewi & Anisa, 2018; Iryadi & Syamsiah, 2022). Hal ini sejalan dengan temuan Fatimah dan Hidayah (2025) bahwa peran kader Posyandu dapat dioptimalkan tidak hanya dalam isu gizi ibu hamil, tetapi juga dalam edukasi pencegahan pola hidup tidak sehat pada remaja.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim abdimas dari Universitas Kristen Maranatha berkolaborasi dengan kader Posyandu Kelurahan Cipaganti sebagai mitra. Para kader diberikan pelatihan dengan materi yang disusun oleh dosen lintas fakultas, termasuk dokter dari Fakultas Kedokteran serta tim dari Fakultas Humaniora dan Industri Kreatif. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan kader Posyandu agar mampu memberikan edukasi kepada remaja tentang bahaya konsumsi gula berlebih, sekaligus memperkuat kontribusi perguruan tinggi dalam mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs), khususnya dalam aspek kesehatan dan kesejahteraan masyarakat (Mutakim et al., 2025; Setyoningrum et al., 2024).

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan *Community-Based Education* (CBE), yaitu model pendidikan berbasis komunitas yang menekankan partisipasi aktif masyarakat dalam proses belajar, sehingga mereka tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga agen perubahan sosial (Aisyah & Rani, 2023; Lubis, 2018). Pendekatan ini dipilih karena kader Posyandu memiliki kedekatan emosional dan sosial dengan masyarakat sehingga dipercaya sebagai saluran komunikasi yang efektif (Hasmiati, 2015; Suharto, 2005). Dengan posisi strategis tersebut, kader berperan sebagai fasilitator yang mampu menjembatani pengetahuan akademik dengan praktik keseharian masyarakat. Mitra kegiatan adalah 15 kader Posyandu Kelurahan Cipaganti, Kota Bandung, berusia 25–45 tahun, yang selama ini aktif dalam pelayanan kesehatan dasar masyarakat. Kegiatan dilaksanakan secara onsite pada Rabu, 23 April 2025, pukul 10.00–12.00 WIB di Aula Kelurahan Cipaganti (Jl. Hegar Asih II No. 13, Kota Bandung).



**Gambar 1. Lokasi kegiatan PKM**

Metode pelaksanaan kegiatan berupa ceramah, diskusi interaktif, dan pemanfaatan media edukatif (presentasi, leaflet, poster, dan video). Materi disusun oleh dosen dari Fakultas Kedokteran serta Fakultas Humaniora dan Industri Kreatif Universitas Kristen Maranatha

dengan dukungan perangkat kelurahan. Materi meliputi topik bahaya konsumsi gula berlebih, dampak kesehatannya, serta alternatif pola hidup sehat.

Tahapan kegiatan terdiri atas:

1. Persiapan dan koordinasi, meliputi penentuan waktu, lokasi, dan peserta kegiatan bersama kader Posyandu serta pihak kelurahan.
2. Penyusunan materi, dilakukan oleh tim dosen dengan menyesuaikan materi berbasis ilmiah agar mudah dipahami sesuai konteks lokal.
3. Pelaksanaan onsite, berupa penyuluhan melalui ceramah, diskusi interaktif, dan penayangan media edukatif.
4. Evaluasi, dilakukan melalui pre-test dan post-test singkat untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta, disertai observasi keterlibatan dalam diskusi. Evaluasi ini sesuai prinsip *formative assessment* yang menekankan umpan balik segera (Black & William, 2009).
5. Tindak lanjut, berupa dorongan kepada kader Posyandu untuk menyebarkan informasi yang telah diterima kepada remaja di lingkungan mereka secara berkelanjutan.

Dengan metode tersebut, kegiatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan kader Posyandu mengenai bahaya konsumsi gula berlebih, tetapi juga memperkuat kapasitas mereka sebagai agen perubahan kesehatan berbasis komunitas.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi mengenai bahaya konsumsi makanan dan minuman manis berlebih bagi remaja melalui kader Posyandu. Penyajian hasil diuraikan sesuai tahapan pelaksanaan kegiatan sebagaimana dijelaskan pada bagian metode.

#### **1. Persiapan**

Tim abdimas menyusun materi presentasi dengan dukungan lintas disiplin dari Ilmu Kesehatan Masyarakat (Fakultas Kedokteran) dan Fakultas Humaniora dan Industri Kreatif Universitas Kristen Maranatha. Materi kemudian dikembangkan ke dalam berbagai media edukasi, yaitu:

- 1) Poster ilmiah (A2) dan leaflet (A5) dengan desain yang sama namun berbeda ukuran.
- 2) Video edukasi yang diunggah di kanal YouTube tim.
- 3) Media presentasi infografis sebagai bahan ceramah.

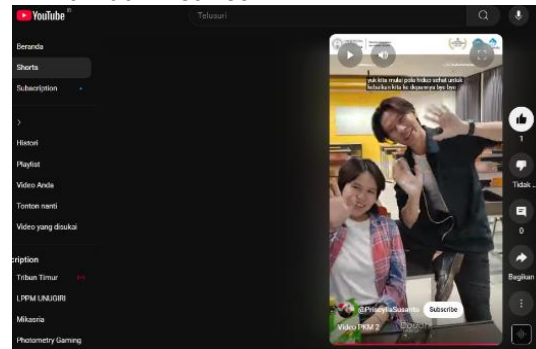


Gambar 2. Poster Ilmiah dan Leaflet



Gambar 3. Video Edukasi melalui YouTube:

<https://youtu.be/w6HVMNHwTpQ?si=Tl1nIWOpqFhYdiH>



Gambar 4. Video Edukasi melalui YouTube Shorts:

<https://youtube.com/shorts/4Wm9Xa1GzDc?si=JlPxmjyNSsXbj4XW>

## 2. Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan secara onsite pada Rabu, 23 April 2025, di Aula Kelurahan Cipaganti. Peserta yang hadir meliputi 15 kader Posyandu, 10 pegawai kelurahan, dan 8 orang tim abdimas.

Acara diawali dengan menyanyikan Lagu Indonesia Raya, dilanjutkan dengan sesi penyuluhan yang disampaikan oleh Dr. Cindra Paskaria, dr., M.K.M. dengan metode ceramah dan diskusi interaktif. Media yang digunakan berupa infografis melalui proyektor (*infocus*).

Materi penyuluhan difokuskan pada edukasi bahaya konsumsi makanan dan minuman manis berlebih. Pemateri menyampaikan beberapa topik utama, yaitu pengenalan kasus nyata dampak gula berlebih di masyarakat, jenis-jenis gula yang umum digunakan, dampak kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang, serta tips praktis untuk mengurangi konsumsi gula. Dengan pendekatan ini, kader Posyandu memperoleh pemahaman yang komprehensif, mulai dari aspek ilmiah hingga strategi aplikatif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

**Tabel 1. Ringkasan Materi Penyuluhan**

No.	Topik Materi	Uraian Singkat
1	Kasus nyata dampak konsumsi gula berlebih	Disajikan contoh kasus dari media massa daring tentang masalah kesehatan akibat konsumsi gula berlebih.
2	Jenis-jenis gula	Pengenalan gula sederhana, gula kompleks, dan gula alternatif yang beredar luas di masyarakat.
3	Dampak kesehatan	Jangka pendek: peningkatan kadar gula darah, kenaikan berat badan, dll. Jangka panjang: diabetes tipe 2, obesitas, penyakit jantung, gagal ginjal.
4	Tips praktis mengurangi gula	Membatasi konsumsi $\leq 50$ gram/hari, membaca label produk, meningkatkan konsumsi serat, serta memilih pemanis alami.



**Gambar 5. Kegiatan Penyuluhan**

Selama sesi pelaksanaan, tercatat enam pertanyaan diajukan kader, semua dijawab komunikatif oleh pemateri dengan contoh konkret dan visual pendukung. Suasana diskusi berlangsung akrab, sehingga komunikasi dua arah terjalin dengan baik.

### 3. Evaluasi

Setelah diskusi, dilakukan kuis interaktif sebagai evaluasi spontan pemahaman. Sebanyak 6 pertanyaan diberikan, dan 6 kader berbeda berhasil menjawab dengan benar. Sebagai apresiasi, mereka memperoleh cinderamata berupa minyak goreng.

Kegiatan ini menunjukkan bahwa materi berhasil dipahami dengan baik, sekaligus meningkatkan antusiasme peserta.

**Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Partisipasi dan Evaluasi Kader Posyandu**

No.	Aktivitas	Indikator Hasil	Jumlah Peserta	Persentase
1	Sesi tanya jawab (peserta mengajukan 6 pertanyaan)	Jumlah kader yang aktif bertanya	6	40%
2	Respons pemakalah terhadap 6 pertanyaan peserta	Semua pertanyaan dijawab jelas dan komunikatif	6	100% (dari 6)
3	Kuis interaktif (evaluasi pemahaman melalui 6 pertanyaan spontan)	Kader menjawab dengan benar	6	40%
4	Apresiasi untuk 6 peserta yang menjawab dengan benar	Cinderamata diberikan (minyak goreng)	6	100% (dari 6)
5	Partisipasi umum dalam penyuluhan	Kader mengikuti dengan aktif, fokus, dan antusias	15	100%



**Gambar 6. Kuis Interaktif sebagai Evaluasi Spontan Pemahaman Kader**

### 4. Tindak Lanjut

Sebagai upaya keberlanjutan, tim abdimas menyerahkan poster dan leaflet kepada kader Posyandu. Media ini diharapkan dapat dipakai dalam penyuluhan lanjutan di lingkungan sekitar, sehingga pesan edukasi dapat diperluas kepada remaja dan masyarakat umum.



**Gambar 8. Penyerahan Poster dan Leaflet kepada Kader Posyandu**



**Gambar 9. Foto Bersama Tim Abdimas dan Kader Posyandu Kelurahan Cipaganti**

Dengan penyajian hasil sesuai tahapan (persiapan, pelaksanaan, evaluasi, tindak lanjut), kegiatan ini menunjukkan keberhasilan dalam mengedukasi kader Posyandu sekaligus memperkuat peran mereka sebagai agen perubahan di masyarakat.

## **Pembahasan**

Hasil kuis interaktif menunjukkan bahwa kader Posyandu mampu memahami dengan baik materi mengenai bahaya konsumsi gula berlebih pada remaja. Sebagian besar pertanyaan dapat dijawab dengan benar oleh peserta yang terlibat aktif. Kondisi ini memperlihatkan efektivitas metode penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan, sejalan dengan temuan Anggorowati et al. (2023) bahwa edukasi terstruktur dapat meningkatkan kesadaran remaja terhadap risiko diabetes mellitus sejak usia muda. Temuan ini juga mendukung kajian Sinaga et al. (2024) yang menegaskan bahwa peningkatan pemahaman masyarakat mengenai bahaya gula berlebih penting dalam menurunkan faktor risiko penyakit tidak menular.

Efektivitas penyuluhan erat kaitannya dengan kombinasi metode ceramah, diskusi interaktif, serta evaluasi spontan melalui kuis. Metode ini mendorong partisipasi aktif dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan. Evaluasi berupa kuis interaktif memberikan umpan balik langsung sehingga peserta dapat segera

memperbaiki pemahamannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Black & Wiliam (2009) yang menekankan pentingnya asesmen formatif dalam memperkuat proses belajar. Penelitian Iryadi & Syamsiah (2022) juga menegaskan bahwa keterlibatan tenaga kesehatan dalam penyuluhan meningkatkan antusiasme dan pemahaman kader dalam mengimplementasikan pengetahuan.

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini berbasis *Community-Based Education* (CBE), yakni model pendidikan yang menekankan partisipasi aktif masyarakat sebagai agen perubahan (Aisyah & Rani, 2023; Lubis, 2018). Penerapan CBE terbukti relevan karena kader Posyandu memiliki kedekatan emosional dan sosial dengan masyarakat sehingga lebih dipercaya sebagai saluran komunikasi (Dewi & Anisa, 2018; Astikasari & Sumardiyon, 2023). Dengan demikian, CBE menjadikan masyarakat bukan sekadar penerima informasi, melainkan pelaku aktif dalam proses pembelajaran kesehatan.

Penerapan CBE pada kegiatan ini juga sejalan dengan praktik pengabdian masyarakat lain. Setyoningrum et al. (2024) menunjukkan bahwa pemberdayaan komunitas melalui pelatihan eco enzyme di Bandung mampu mendukung kesehatan lingkungan sekaligus meningkatkan kapasitas ekonomi rumah tangga. Demikian pula, Mutakim et al. (2025) menegaskan bahwa pembelajaran berbasis komunitas dapat memperkuat pemberdayaan berkelanjutan bila melibatkan kolaborasi lintas disiplin. Dengan membandingkan hasil kegiatan ini dengan temuan penelitian lain, terlihat bahwa keterlibatan kader Posyandu dalam isu kesehatan remaja memperkuat efektivitas edukasi yang kontekstual dan berkelanjutan.

Strategi edukasi yang digunakan terbukti aplikatif meskipun tidak berbentuk pelatihan teknis. CBE memungkinkan peserta belajar dengan pendekatan andragogi yang akrab, kontekstual, dan sesuai kebutuhan masyarakat. Evaluasi berupa kuis interaktif menjaga keterlibatan peserta sekaligus mengukur pemahaman mereka secara langsung. Ekayanthi et al. (2022) menunjukkan bahwa pelatihan dan edukasi kader dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dalam menyampaikan pesan kesehatan. Penelitian Fatimah & Hidayah (2025) juga menegaskan peran kader sebagai penghubung antara pengetahuan akademik dan praktik sehari-hari, terutama dalam isu gizi dan kesehatan.

Lebih jauh, kegiatan ini memiliki kontribusi pada pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya poin 3: Good Health and Well-being. Edukasi

mengenai bahaya konsumsi gula berlebih merupakan langkah preventif penting untuk mengurangi prevalensi penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes tipe 2, dan penyakit jantung (Luwito & Santoso, 2021; Shi et al., 2024). Dalam konteks masyarakat Indonesia yang memiliki tingkat konsumsi minuman berpemanis tinggi (CNN Indonesia, 2024; CNA, 2024), peran kader Posyandu sebagai agen edukasi berbasis komunitas menjadi sangat strategis dalam menurunkan risiko kesehatan sejak usia remaja.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman kader Posyandu mengenai bahaya konsumsi gula berlebih pada remaja melalui pendekatan *Community-Based Education* (CBE) dengan metode ceramah, diskusi, dan evaluasi interaktif. Peningkatan pengetahuan peserta, partisipasi aktif, serta komunikasi dua arah yang terjalin menunjukkan bahwa pendekatan ini kontekstual, aplikatif, dan efektif dalam memperkuat kapasitas kader sebagai agen edukasi kesehatan di masyarakat.

Sebagai tindak lanjut, diperlukan pelatihan lanjutan untuk mengasah keterampilan komunikasi dan penyuluhan kader, serta dukungan berkelanjutan dari pemerintah daerah dan pemangku kepentingan terkait. Hal ini penting untuk memperkuat peran Posyandu sebagai garda terdepan dalam upaya preventif menurunkan risiko penyakit tidak menular sejak usia muda.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, A., & Rani, A. R. (2023). Konsep dan pengembangan pendidikan berbasis masyarakat. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(4), 14–17. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i4.16547>
- Anggorowati, L., Desty, R. T., Rahayu, S., Yuliyana, A. D., & Kusumo, W. E. G. (2023). Peningkatan pengetahuan remaja tentang bahaya konsumsi makanan dan minuman manis sebagai determinan penyakit diabetes mellitus di usia muda. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 1342–1348. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i3.8449>
- Astikasari, N. D., & Sumardiyon. (2023). Posyandu cadres on capacity building: Prevent stunting by improving nutrition during the first 1000 days of life. *Journal of Global Research in Public Health*, 8(1). <https://doi.org/10.30994/jgrph.v8i1.446>

- Black, P., & Wiliam, D. (2009). Developing the theory of formative assessment. *Educational Assessment, Evaluation and Accountability*, 21(1), 5–31. <https://doi.org/10.1007/s11092-008-9068-5>
- Darwis, M. (2016). Model pendidikan berbasis komunitas (sebuah konsep pendidikan alternatif). *FITRA: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1).
- Dewi, R., & Anisa, R. (2018). The influence of Posyandu cadres credibility on community participation in health program. *The Messenger*, 10(1). <https://doi.org/10.26623/themessenger.v10i1.596>
- Ekayanthi, N. W. D., Susilawati, E. H., & Pramanik, N. (2022). The impact of Posyandu cadre training on the IYCF-related knowledge, attitudes, and communication skills. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(E), 1683–1689. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.10043>
- Fatimah, O. Z. S., & Hidayah, S. N. (2025). Exploring the role of Posyandu cadres: A case study on raising awareness of balanced nutrition among pregnant women. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 14(1).
- Hasmiati, H. (2015). Pendidikan berbasis masyarakat. *Al-Qalam: Jurnal Kajian Islam dan Pendidikan*, 7(1), 65–71. <https://doi.org/10.47435/al-qalam.v7i1.181>
- Hati-hati diabetes, mayoritas warga RI ternyata konsumsi minuman manis setiap hari. (2024). *CNA*. <https://www.cna.id/lifestyle/minuman-manis-survei-riset-diabetes-17746>
- Iryadi, R., & Syamsiah, N. (2022). Pengaruh peran petugas kesehatan terhadap partisipasi kader dalam kegiatan Posyandu di Desa Kedongdong Kabupaten Indramayu. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 4(1).
- Kemendes: RI pengonsumsi minuman berpemanis tertinggi di Asia Pasifik. (2024). *CNN Indonesia*. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20240701163925-20-1116309/kemendes-ri-pengonsumsi-minuman-berpemanis-tertinggi-di-asia-pasifik>
- Lubis, H. (2018). Paradigma pendidikan berbasis masyarakat (community based education). *Muqaddimah: Jurnal Studi Islam*, 14(3), 1–20. <https://jurnal.uic.ac.id/muqaddimah/article/view/1>
- Luwito, J., & Santoso, A. H. (2021). Hubungan asupan gula dalam minuman terhadap obesitas pada anak remaja usia 15–19 tahun di sekolah SMA Notre Dame

- Jakarta Barat. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 1(2), 161–168. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v1i2.16501>
- Mutakim, J., Komar, O., Sudiapermana, E., Pramudia, J. R., & Nuraeni, L. (2025). Community-based learning model to support environmental sustainability and community empowerment in Sukamakmur Regency. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 11(3), 599–608. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v11i3.10371>
- Rabaity, A., & Sulchan, M. (2012). Konsumsi gula sederhana dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko kejadian hipertensi obesitas pada remaja awal. *Journal of Nutrition College*, 1(1), 185–191. <https://doi.org/10.14710/jnc.v1i1.674>
- Randell, M., Li, M., Rachmi, C. N., Jusril, H., Abimbola, S., Tama, A. Y., Aswitama, T., Phebe, N., Sulasmi, Alam, N. A., Negin, J., & Bernays, S. (2024). 'Of' the community but not 'of' the health system: Translating community health workers' knowledge into credible advice in Aceh, Indonesia. *Discover Health Systems*, 3(5). <https://doi.org/10.1007/s44250-024-00069-7>
- Salamah, N., & Sulistyani, N. (2018). Pelatihan peran serta kader Posyandu dalam pemberian edukasi kepada masyarakat. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 249–256. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i2.393>
- Sanggalorang, Y., Anggela, J., & Katanga, S. (2024). Optimization of Posyandu cadre role and maternal education in the prevention of stunting: An integrated community-based approach. *BKM Public Health and Community Medicine*, 6 (2)
- Setyoningrum, Y., Yuwono, A. A., Tjandradipura, C., & Santoso, M. E. (2024). Pemanfaatan eco enzyme untuk mendukung ekonomi sirkular dan penciptaan lingkungan hidup sehat yang berkelanjutan. *Dikmas: Jurnal Pendidikan Masyarakat dan Pengabdian*, 4(1).
- Shi, Z., Zhu, W., Lei, Z., Yan, X., Zhang, X., Wei, S., & Wang, Q. (2024). Intake of added sugar from different sources and risk of all-cause mortality and cardiovascular diseases: The role of body mass index. *The Journal of Nutrition*, 154(11), 3457–3464. <https://doi.org/10.1016/j.tjnut.2024.09.017>
- Sinaga, J., Sinambela, J. L., Purba, B. C., & Pelawi, S. (2024). Gula dan kesehatan: Kajian terhadap dampak kesehatan akibat konsumsi gula berlebih. *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(1), 1–15. <https://doi.org/10.61404/jimi.v2i1.84>

Suharto, T. (2005). Konsep dasar pendidikan berbasis masyarakat. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 3 (1).

Yadav, A. (2024). Higher consumption of sugary or artificially sweetened beverages may increase risk of developing CKD: JAMA. *Medical Dialogues*.  
<https://medicaldialogues.in/nephrology/news/higher-consumption-of-sugary-or-artificially-sweetened-beverages-may-increase-risk-of-developing-ckd-jama-125293>