PEMBERDAYAAN REMAJA MELALUI PEMBENTUKAN POSYANDU REMAJA DI GUNUNGAN, PLERET, BANTUL

RR Viantika Kusumasari*, Fitri Dian Kurniati, Arita Murwani
Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global, Jalan Ringroad Selatan, Blado, Potorono, Banguntapan, Bantul Yogyakarta
***Penulis Koresponden,** *e-mail:* viantika1984 , 081227367418

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, khususnya terkait kesehatan reproduksi dan gizi, akibat minimnya akses informasi yang akurat dan terbukanya pengaruh lingkungan sosial. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja melalui pembentukan posyandu remaja sebagai sarana edukasi dan pelayanan promotif-preventif. Kegiatan dilaksanakan di Gunungan, Pleret, Bantul dengan melibatkan 19 remaja. Metode pelaksanaan meliputi edukasi kesehatan, pemeriksaan status gizi dan anemia, serta pembentukan kader posyandu remaja. Data dikumpulkan melalui pretest dan posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan serta hasil pemeriksaan hemoglobin. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan skor pengetahuan dari rata-rata 60,1 menjadi 86,4 setelah edukasi. Selain itu, ditemukan 31,6% peserta mengalami anemia ringan, yang menjadi catatan penting untuk tindak lanjut kesehatan gizi remaja. Pembentukan kader remaja menunjukkan antusiasme positif dan membuka peluang keberlanjutan program jika mendapat dukungan lintas sektor. Kegiatan ini membuktikan bahwa posyandu remaja dapat menjadi media strategis dalam upaya peningkatan derajat kesehatan.

Kata Kunci : Posyandu Remaja; Edukasi; Kesehatan

ABSTRACT

Adolescents are a vulnerable age group facing various health challenges, particularly in reproductive health and nutrition, due to limited access to accurate information and increasing exposure to social and environmental influences. This community service program aims to enhance adolescents' knowledge and awareness through the establishment and strengthening of Posyandu Remaja (Youth Integrated Health Post) as a platform for health education and promotive-preventive services. The activity was carried out in Gunungan, Pleret, Bantul, involving 19 adolescent participants. The implementation involved interactive health education, nutritional and anemia screening, and the formation of youth health cadres. Data were collected using pre- and post-tests to assess knowledge improvement and hemoglobin assessments to evaluate health status. Results indicated a significant increase in the average knowledge score from 60.1 to 86.4 after the intervention. Furthermore, 31.6% of the participants were identified with mild anemia, signaling a critical need for further nutritional follow-up. The formation of youth cadres received positive responses and presents a potential for sustainable program development with multi-sectoral support. This initiative underscores the strategic role of Posyandu Remaja in improving adolescent health outcomes and reducing the risk of health-related issues in the youth population.

Keywords : *Youth Integrated Health Post*; *Education*; *Health*

PENDAHULUAN

Peningkatan derajat kesehatan masyarakat Indonesia, khususnya pada kelompok bayi dan balita, telah menunjukkan hasil signifikan melalui keberhasilan program posyandu berbasis pemberdayaan masyarakat. Keberhasilan tersebut menjadi landasan bagi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia untuk mengembangkan model pelayanan serupa dengan cakupan sasaran yang lebih luas, termasuk anak-anak dan remaja. Salah satu inovasi yang dikembangkan adalah Posyandu Remaja, yang bertujuan menjadi wadah edukatif sekaligus preventif bagi remaja dalam mengakses informasi dan layanan kesehatan, terutama dalam isu-isu krusial seperti kesehatan reproduksi dan gizi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Selain sebagai forum edukasi, posyandu remaja juga bertujuan memperluas jangkauan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang selama ini dijalankan oleh Puskesmas. Diharapkan, posyandu remaja dapat dibentuk secara masif dan merata di seluruh daerah agar remaja di berbagai lapisan masyarakat memiliki akses yang setara terhadap layanan kesehatan berkualitas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Masa remaja merupakan fase transisi yang kompleks dari anak-anak menuju dewasa, ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang cepat. Dalam proses ini, remaja dihadapkan pada tantangan tambahan berupa pengaruh budaya asing, minimnya informasi akurat, serta masih kuatnya norma sosial yang menganggap tabu pembahasan mengenai kesehatan, khususnya kesehatan reproduksi. Akibatnya, banyak remaja mengalami kebingungan dalam menghadapi pubertas, dan berisiko terlibat dalam perilaku yang merugikan seperti hubungan seksual pranikah, kehamilan tidak diinginkan (KTD), aborsi, infeksi menular seksual (IMS), HIV/AIDS, bahkan kematian dini (Sari, 2021).

Perilaku berisiko pada remaja banyak ditemukan pada pelajar. Pelajar laki-laki cenderung lebih banyak merokok, mengonsumsi alkohol, pernah memakai narkoba, serta melakukan hubungan seksual pranikah. Sementara itu, pelajar perempuan lebih banyak menunjukkan kebiasaan tidak sehat seperti tidak sarapan, konsumsi makanan cepat saji, kurang aktivitas fisik, serta mengalami gangguan emosional seperti kesepian, kecemasan berlebih, dan risiko anemia (World Health Organization, 2025).

Remaja merupakan kelompok yang sedang mencari jati diri dan belajar beradaptasi terhadap perubahan. Apabila proses adaptasi berjalan dengan baik, maka remaja akan

menunjukkan perilaku positif. Namun jika gagal, mereka berpotensi mengalami krisis psikososial yang mendorong terjadinya kenakalan remaja, seperti penyalahgunaan zat, pergaulan bebas, hingga kekerasan (Anindita & Wibowo, 2023).

Dalam konteks tersebut, keberadaan posyandu remaja menjadi sangat penting. Posyandu remaja tidak hanya berfungsi sebagai pusat informasi dan layanan kesehatan, tetapi juga sebagai ruang aman untuk remaja berdiskusi, membangun kesadaran kritis, serta memperoleh dukungan sosial dan psikologis. Sejumlah studi menunjukkan bahwa keikutsertaan remaja dalam kegiatan posyandu dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, menurunkan prevalensi anemia, memperbaiki status gizi, serta menurunkan angka kenakalan remaja (Lestari, dkk., 2021).

Oleh karena itu, penguatan program posyandu remaja merupakan strategi promotif dan preventif yang strategis dalam rangka membentuk generasi muda yang sehat secara fisik, mental, dan sosial, serta siap bersaing di era global.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Gunungan, Pleret, Bantul. Sasarannya adalah remaja yang berdomisili di wilayah tersebut. Kegitan ini dilakukan sebanyak tiga pertemuan selama tiga minggu, pada setiap akhir pekan agar tidak mengganggu aktivitas sekolah remaja, yaitu pada tanggal 10,17, dan 24 Mei 2025. Alat dan bahan yang digunakan yaitu LCD, laptop, media edukasi, dan bahan-bahan kesehatan seperti alat pengukur hemoglobin (HB digital), timbangan, pengukur tinggi badan.

Teknik pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari tahap persiapan yaitu melakukan observasi awal, berkoordinasi dengan Puskesmas Pleret, Kelurahan Pleret, dan tokoh masyarakat, serta menyusun materi edukasi kesehatan. Pada tahap pelaksanaan dilakukan sosialisasi program posyandu remaja, pelaksanaan kelas edukasi remaja dengan tema kesehatan reproduksi remaja, anemia dan gizi, serta bahaya NAPZA dan seks bebas. Selain itu dilakukan pula simulasi pelayanan posyandu remaja, remaja diajarkan cara mencatat data, melakukan skrining dasar (BB, TB, HB). Pada tahap akhir dilakukan evaluasi dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur peningkatan pengetahuan remaja. Hasil pretest dan posttest dianalisis menggunakan uji t

berpasangan (paired t-test) untuk melihat signifikansi peningkatan pengetahuan pada remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menjelaskan secara ringkas mengenai apa saja yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang memuat validitas hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, hubungannya dengan hasil pengabdian yang pernah dipublikasikan, serta mengarah pada pengambilan kesimpulan. Perlu diperhatikan dalam bagian ini adalah: data terkait dengan tujuan pengabdian kepada masyarakat, data yang tidak perlu jangan ditampilkan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan utama untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja, mendeteksi anemia secara dini, serta membentuk kader remaja. Kegiatan ini melibatkan 19 remaja dengan rentang usia 13-17 tahun yang terdiri dari 9 laki-laki dan 10 perempuan, 3 kader kesehatan, dan 3 petugas kesehatan dari Puskesmas Pleret.

Gambar 1. Peserta Kegiatan Pengabdian

Edukasi kesehatan dilakukan dalam 3 sesi tematik yaitu kesehatan reproduksi remaja, anemia dan gizi, serta bahaya NAPZA dan seks bebas. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest dan posttest dengan 15 soal berbentuk pilihan ganda. Nilai rata-rata pretest diperoleh 60,1 dan nilai rata-rata posttest 86,4. Terdapat peningkatan sebesar 43,8%. Uji *paired t-test* menunjukkan $p < 0,05$ yang berarti ada perbedaan bermakna antara pretest dan posttest. Jadi, edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 43,8% mengindikasikan bahwa pendekatan edukasi interaktif secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan kesehatan pada remaja. Hal ini menandakan bahwa metode

penyuluhan berbasis partisipatif dan dialogis cukup efektif dalam menyampaikan isu-isu sensitif kepada remaja. Sesuai dengan temuan penelitian yang menyatakan bahwa penyuluhan interaktif dalam kelompok kecil lebih efektif dalam menyampaikan isu-isu sensitif seperti kesehatan reproduksi dan gizi (Utami, 2022).

Gambar 2. Edukasi Kesehatan

Gambar 3. Sesi Diskusi

Pemeriksaan kadar HB dilakukan sebagai upaya untuk mendeteksi dini anemia terhadap seluruh peserta. Hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 6 peserta (31,6%) mengalami anemia ringan (Hb <12 g/dl), lima diantaranya adalah perempuan. Temuan ini menunjukkan bahwa masalah gizi masih menjadi tantangan nyata. Intervensi edukatif saja belum cukup untuk menangani permasalahan ini dan perlu dilengkapi dengan pendekatan yang lebih berkelanjutan, seperti pemantauan konsumsi zat besi dan perubahan kebiasaan makan. Prevalensi anemia sebesar 31,6% juga sejalan dengan data nasional dan globa. Satu dari tiga remaja perempuan di Asia Tenggara mengalami anemia, yang diperparah oleh konsumsi makanan rendah zat besi, pola makan tidak teratur, dan menstruasi tanpa kompensasi asupan nutrisi (World Health Organization, 2025). Oleh karena itu, intervensi seperti pemberian TTD dan edukasi gizi menjadi strategi efektif yang direkomendasikan Kementerian Kesehatan RI.

Pada kegiatan pembentukan posyandu remaja, sebanyak 6 remaja dari peserta terpilih menjadi kader posyandu remaja. Remaja yang terpilih ini dibekali pelatihan pencatatan antropometri dasar dan pemberian edukasi sebaya. Tim ini kemudian melaksanakan simulasi posyandu remaja mini sebagai latihan keberlanjutan program. Pembentukan kader Posyandu Remaja membuktikan bahwa partisipasi remaja dapat diarahkan menjadi motor penggerak perubahan perilaku. Model *peer education* ini telah terbukti efektif dalam membangun norma kelompok yang mendukung gaya hidup sehat (Wulandari & Rizki, 2020).

Gambar 4. Simulasi Posyandu Remaja

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja terkait isu-isu kesehatan, terutama kesehatan reproduksi dan gizi. Kegiatan edukasi yang dilaksanakan secara interaktif terbukti meningkatkan skor pengetahuan peserta secara signifikan, yang menandakan efektivitas pendekatan partisipatif dalam menyasar kelompok usia remaja.

Keberhasilan pembentukan posyandu remaja merupakan langkah awal yang baik, namun keberlanjutannya masih sangat bergantung pada keterlibatan aktif lintas sektor, seperti sekolah, Puskesmas, dan pemerintah desa. Tanpa dukungan tersebut, upaya pembinaan remaja hanya akan bersifat sesaat dan tidak membentuk sistem yang berkelanjutan.

Kader remaja yang sudah terbentuk perlu mendapatkan pembinaan dan supervisi secara rutin. Pendampingan dari petugas kesehatan sangat penting agar kader tidak kehilangan arah dan motivasi. Pemerintah desa perlu dilibatkan sejak perencanaan agar program posyandu remaja masuk dalam agenda pembangunan desa. Alokasi dana desa untuk kebutuhan pelatihan, edukasi, dan peralatan dasar posyandu perlu dipertimbangkan sebagai bentuk komitmen jangka panjang.

REKOMENDASI

Direkomendasikan adanya sinergi berkelanjutan antara Puskesmas Pleret, sekolah-Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas di wilayah tersebut, serta tokoh masyarakat dalam pembinaan kader dan pelaksanaan kegiatan edukasi. Kolaborasi ini penting untuk memperkuat sistem rujukan, deteksi dini masalah kesehatan remaja, dan kesinambungan program.

Perlu dilakukan evaluasi rutin terhadap kegiatan posyandu remaja, termasuk asesmen pengetahuan dan status kesehatan peserta setiap 3–6 bulan sekali, guna melihat efektivitas program dan merancang perbaikan di periode selanjutnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas terselenggaranya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan lancar dan baik. Pada kesempatan ini, kami menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada: 1) Kepala Desa Pleret beserta jajarannya yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitasi lokasi dalam pelaksanaan kegiatan ini, 2) Kepala Puskesmas Pleret dan para tenaga kesehatan yang telah membantu dalam pelaksanaan pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, serta pendampingan terhadap remaja selama kegiatan berlangsung, 3) Kader kesehatan yang telah memfasilitasi dan mendampingi pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Anindita, R., & Wibowo, A. (2023). Adaptasi Remaja terhadap Perubahan Psikososial dan Risiko Kenakalan. Jurnal Psikologi Perkembangan, 8(2), 77–85.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Penyelenggaraan Posyandu Remaja. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja di Puskesmas (PKPR). Direktorat Kesehatan Keluarga.

Lestari, N., Prasetyo, B., & Ramadhani F. (2021). Efektivitas Posyandu Remaja dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Perilaku Sehat Remaja di Daerah Perdesaan. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 16(3), 112–119.

Sari, M. D. (2021). Perilaku Seksual Berisiko pada Remaja dan Dampaknya terhadap Kesehatan Reproduksi. Jurnal Kesehatan Remaja, 10(1), 45–53.

Utami, R. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan Remaja Putri. Jurnal Promkes, 10(1), 45–52.

World Health Organization. (2025). *Guidance for countries to assess adolescent health and well-being. Department of Maternal, Newborn, Child and Adolescent Health and Ageing.*

Wulandari, F., & Rizki, D. (2020). Pengaruh Peer Education terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Mengenai Kesehatan Reproduksi. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(3), 245–252.