

---

## **Pembentukan Posyandu Remaja untuk memantau Kesehatan Reproduksi dan Komunikasi Informasi Edukasi Gizi bagi Remaja di SMK 4 Kendal**

**Sri Rahayu<sup>1\*</sup>, Marhaeni DS<sup>2</sup>, Sri Sayekti<sup>3</sup>, Agus Sudrajat<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Administrasi Kesehatan, Universitas IVET Semarang

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Ekonomi, Universitas IVET Semarang

<sup>3</sup>Program Studi Bimbingan Konseling, Universitas IVET Semarang

<sup>4</sup>Program Studi Gizi, Universitas IVET Semarang

Email: ahayuruby19@gmail.com<sup>1\*</sup>, marhaenidwis251@gmail.com<sup>2</sup>

### **Abstract**

*One of the public health programs that is very important for the development and health of Indonesian society is Posyandu which is aimed at improving the health of adolescents in urban and rural areas. It is hoped that the youth Posyandu will become a community forum that facilitates teenagers in understanding their health problems, expanding the reach of the PKPR Community Health Center in providing promotive and preventive services to target teenagers, especially teenagers in the regions. Based on this problem, our community service team intends to hold a socialization for youth posyandu at SMK Negeri 4 Kendal which will be held in May – June 2024. The method of implementation, discussion, socialization of reproductive health and nutrition material for teenagers includes a tutorial on how to use Z-score which is useful as a monitor growth and development development for adolescents. Results: teenagers at SMK Negeri 4 Kendal formed a youth posyandu which was held once a month and coordinated with the Brangsong health center in youth posyandu activities. The conclusion is that the role of the UKS and PMR supervisors will be to carry out youth posyandu regularly in coordination with the Brangsong 2 Kendal community health center.*

**Keyword:** posyandu; growth and development; nutritious food.

### **Abstrak**

*Salah satu program kesehatan masyarakat yang sangat penting bagi perkembangan dan kesehatan masyarakat Indonesia adalah Posyandu yang ditujukan untuk meningkatkan kesehatan remaja di wilayah perkotaan dan pedesaan. Posyandu remaja diharapkan menjadi sebuah wadah masyarakat yang memfasilitasi remaja dalam memahami permasalahan kesehatan mereka, memperluas jangkauan Puskesmas PKPR dalam memberikan pelayanan promotif dan preventif kepada sasaran remaja, terutama bagi remaja di daerah. Dari permasalahan tersebut kami tim pengabdian masyarakat bermaksud mengadakan sosialisasi posyandu remaja di SMK Negeri 4 Kendal yang dilaksanakan pada bulan Mei – Juni tahun 2024. Kegiatan ini dilaksanakan dengan diskusi, sosialisasi materi kesehatan reproduksi dan gizi bagi remaja disertai tutorial bagaimana cara menggunakan Z score yang berguna sebagai pemantau perkembangan pertumbuhan dan perkembangan bagi remaja. Para remaja di SMK Negeri 4 Kendal membentuk posyandu remaja yang dilaksanakan sebulan sekali dan berkoordinasi dengan pihak Puskesmas Brangsong dalam kegiatan posyandu Remaja. Peran pembina UKS dan PMR akan melaksanakan posyandu Remaja secara rutin dengan berkoordinasi dengan Puskesmas Brangsong 2 Kendal.*

**Kata Kunci:** posyandu remaja; tumbuh kembang; makanan bergizi.

## 1. Pendahuluan

Survei Kesehatan Berbasis Sekolah di Indonesia (GSHS) adalah survei berbasis sekolah berbiaya relatif rendah yang menggunakan kuesioner yang diisi sendiri untuk memperoleh data tentang perilaku kesehatan anak muda dan faktor perlindungan yang terkait dengan penyebab utama morbiditas dan mortalitas di kalangan anak-anak dan orang dewasa di seluruh dunia. Di dapat terlihatnya gambaran faktor risiko kesehatan pada pelajar usia 12-18 tahun (SMP dan SMA) secara nasional. Sebanyak 41,8% laki-laki dan 4,1% perempuan mengaku pernah merokok, 32,82% di antara merokok pertama kali pada umur  $\leq 13$  tahun. Data yang sama juga menunjukkan 14,4% laki-laki dan 5,6% perempuan pernah mengonsumsi alkohol, lalu juga didapatkan 2,6% laki-laki pernah mengonsumsi narkoba. Selain itu terdapat gambaran faktor risiko kesehatan lainnya adalah perilaku seksual di mana didapatkan 8,26% pelajar laki-laki dan 4,17% pelajar perempuan usia 12-18 tahun pernah melakukan hubungan seksual [1],[2].

Pelayanan kesehatan remaja di Posyandu adalah pelayanan kesehatan yang peduli remaja, mencakup upaya promotif dan preventif, meliputi: Keterampilan Hidup Sehat (PKHS), kesehatan reproduksi remaja, kesehatan jiwa dan pencegahan penyalahgunaan Napza, gizi, aktivitas fisik, pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) dan pencegahan kekerasan pada remaja. Remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 adalah kelompok usia 10 tahun sampai berusia 18 tahun. Pelayanan kesehatan yang diberikan antara lain: pengukuran Antropometri (BB, TB, LP dan LILA), penilaian status gizi berdasarkan IMT/Umur, penilaian anemia pada remaja terutama remaja putri menggunakan pemeriksaan tanda klinis dan apabila memungkinkan dapat dilakukan pemeriksaan kadar Hb secara laboratorium sederhana, pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri, penyuluhan dan konseling gizi, merujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan jika diperlukan.

Sedangkan pada KIE yang diberikan antara lain: pentingnya melakukan aktivitas fisik setiap hari, jenis aktivitas fisik yang dapat dilakukan setiap hari, posyandu remaja di tingkat SMA/SMK di kabupaten Kendal belum banyak dimulai untuk itu kami bermaksud membentuk posyandu remaja di sekolah dengan mensosialisasikan program posyandu pada remaja yang telah lama di rencanakan oleh pemerintah untuk mencegah terjadinya balita stunting pada generasi di Indonesia. Dalam upaya untuk meningkatkan layanan secara profesional, Pimpinan Sekolah harus memberikan motivasi dan ketrampilan kepada para petugas di sekolah sehingga mampu bekerja bersama untuk kepentingan sekitar Sekolah. Untuk ini, perlu dilakukan berbagai orientasi/sosialisasi/pelatihan dengan melibatkan petugas Puskesmas. Pengabdian pada masyarakat di SMKN 4 Kendal, ini difokuskan pada pembentukan Posyandu remaja untuk memantau kesehatan reproduksi dan komunikasi informasi edukasi gizi pada remaja secara mudah dan murah dengan menggunakan berbagai bahan yang ada dan mudah diperoleh di lingkungan sekolah setempat. Di Puskesmas Kecamatan Brangsong telah terbentuk Kelompok Kader Kesehatan Remaja (KKR) sehingga Posyandu Remaja dapat menjadi bagian dari program KKR, kader Posyandu remaja dapat terlibat dalam kegiatan KKR pada umumnya.

Selain itu kegiatan Posyandu remaja dapat diintegrasikan dengan kegiatan KKR yang sudah ada di puskesmas. Yang termasuk dalam kegiatan KKR menurut Saepuddin [4] antara lain: Karang Taruna, kelompok PIK-Remaja, Saka Bakti Husada. Hasil survei pendahuluan diperoleh informasi bahwa di SMKN 4 Kendal belum terbentuk posyandu remaja. Permasalahan yang muncul di SMKN 4 adalah, antara lain: kurangnya Pendidikan Keterampilan Hidup Sehat (PKHS) seperti KIE yang diberikan yaitu: memberikan informasi dan pengetahuan tentang kecerdasan majemuk dan melakukan sosialisasi dan penanaman 10 kompetensi PKHS yaitu: kesadaran diri, empati, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, berpikir kritis, berpikir kreatif, komunikasi efektif, hubungan in terpersonal, pengendalian emosi, mengatasi stres. Kurangnya KIE yang diberikan seperti: gizi seimbang bagi remaja, pencegahan masalah gizi pada remaja seperti: KEK, obesitas, anemia, kurangnya pelayanan kesehatan yang diberikan yaitu: Pengukuran Antropometri (BB, TB, LP dan LILA), penilaian status gizi berdasarkan IMT/Umur, Penilaian anemia pada remaja terutama remaja putri menggunakan pemeriksaan tanda klinis dan apabila memungkinkan dapat dilakukan pemeriksaan kadar Hb secara laboratorium sederhana, pemberian tablet tambah darah (TTD) bagi remaja putri, penyuluhan dan konseling gizi, merujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan jika diperlukan, kurangnya pelayanan kesehatan

yang diberikan, yaitu identifikasi dan pengembangan kecerdasan majemuk bagi remaja yang pertama kali datang dan Pelayanan kesehatan berupa konseling.

Kurangnya KIE yang diberikan tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) yaitu: jenis Penyakit Tidak Menular misalnya Kanker, Diabetes, Stroke, Dampak dan bahaya Penyakit Tidak Menular, Upaya pencegahan faktor risiko Penyakit Tidak Menular melalui perilaku CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat cukup dan Kelola stres). serta. Pelayanan kesehatan yang diberikan seperti deteksi dini faktor risiko Penyakit Tidak Menular dan Anamnesis riwayat penyakit keluarga dan penyakit sendiri seperti Pengukuran tekanan darah, Pemeriksaan gula darah dan kolesterol bila ditemukan individu yang datang tergolong obesitas dan atau mempunyai riwayat keluarga penyandang Diabetes serta Pemeriksaan gangguan penglihatan dan pendengaran minimal 1 (satu) kali dalam 1 tahun.

Konseling faktor risiko Penyakit Tidak Menular atau merujuk ke fasilitas kesehatan bila ditemukan satu atau lebih faktor risiko Penyakit Tidak Menular seperti obesitas, tekanan darah tinggi, kadar gula darah tinggi [4]. Kurangnya KIE yang diberikan pada Kesehatan Reproduksi Remaja yaitu: Kesehatan Reproduksi, yang mencakup tentang pemberian informasi tentang organ reproduksi remaja, pubertas, proses kehamilan, menstruasi, KB, penyakit menular seksual, infeksi menular seksual, gender dan pendewasaan usia perkawinan dan HIV dan AIDS, mencakup pemberian informasi seputar penularan, pencegahan dan gejala HIV dan AIDS.

Kurangnya Pelayanan kesehatan yang diberikan, Konseling tentang kesehatan reproduksi (masalah atau gangguan haid, pubertas dan Konseling HIV dan AIDS serta VCT jika diperlukan, Merujuk ke fasilitas kesehatan jika diperlukan. Tujuan Pengabdian pada Masyarakat Berdasarkan permasalahan yang ada di lapangan, pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk Sosialisasi untuk meningkatkan pemahaman kepada pihak sekolah tentang manfaat posyandu remaja dalam memantau kesehatan reproduksi remaja, untuk mencegah terjadinya permasalahan kesehatan pada remaja dan hambatan rujukan kasus pada remaja; Sosialisasi KIE dengan gizi seimbang yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang remaja secara optimal; Tutorial penggunaan aplikasi *Z Score* untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan pada remaja

## **2. Metode**

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilaksanakan dalam bentuk presentasi, diskusi dan persiapan posyandu remaja, seperti berikut ini: Diskusi dengan pihak sekolah tentang rencana sosialisasi tentang kesehatan dan gizi untuk remaja dan pentingnya keberadaan posyandu remaja di SMKN 4 Kendal, Sosialisasi KIE Gizi pada remaja, bahaya makanan dan jajanan sehari-hari para remaja, Sosialisasi kesehatan reproduksi pada remaja dan bahaya penyakit tidak menular dan cara pencegahannya, Tutorial pada Tim UKS dan PMR selaku kader Posyandu di SMK N 4 Kendal tentang aplikasi *Z Score* dengan mempraktikkan cara perhitungannya pada persiapan posyandu

## **3. Hasil dan Pembahasan**

Masalah kesehatan remaja, berawal dari status gizi sejak dalam kandungan ibu, dan selama masa pertumbuhan di usia balita, anak-anak dan remaja. dan kondisi sosial yang berkaitan dengan suasana lingkungan keluarga, teman seusia dan pergaulan anak dan remaja, 12 dan lingkungan masyarakat pada umumnya. Masalah gizi anak dan remaja secara umum tersaji pada gambar. 1. Kondisi tersebut akan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan kesehatan fisik dan psikologis, yang akan berkaitan juga dengan perkembangan kognitif, sosial dan mental anak dan remaja [5]. Sosialisasi tentang remaja sehat diarahkan agar para siswa memahami karakteristik remaja sehat. Sehat tidak hanya diartikan secara fisik, namun ditunjukkan dari seluruh unsur tumbuh kembang remaja, sesuai dengan tahapan tumbuh secara fisik dan psikologisnya. Pertumbuhan fisik selalu dikaitkan dengan: keseimbangan tinggi dan berat badan yang seharusnya sesuai usia, kesehatan tubuh diukur dari kadar kolesterol, tekanan darah, kadar gula darah, dan lain sebagainya. Kesehatan psikologis akan dikaitkan dengan kemampuan kognitif atau kemampuan berpikir analitik, ketrampilan emosional dan ketrampilan bersosialisasi

dengan lingkungan sekitarnya [6] Keberadaan Posyandu remaja di sekolah dapat menyelenggarakan pelayanan; deteksi dini masalah kesehatan remaja, pencegahan gangguan kesehatan, pelayanan dasar kesehatan, menumbuhkan pembiasaan dan ketrampilan hidup sehat dan memberikan rujukan untuk mendapatkan pelayanan lebih lanjut pada fasilitas kesehatan yang lebih memadai. Kegiatan pengabdian pada masyarakat dalam bentuk sosialisasi kesehatan remaja dan Posyandu remaja, mendapat apresiasi dari para peserta dan para guru di SMK Negeri 4 Kendal, yang ditunjukkan dari keikutsertaan para guru dalam kegiatan pengabdian tersebut, serta berbagai pertanyaan, saran dan masukan yang berkaitan dengan materi kesehatan remaja dan program-program posyandu remaja. Posyandu remaja SMK Negeri 4 Kendal merupakan salah satu posyandu yang ada di wilayah Puskesmas Brangsong 2 dalam bentuk upaya kesehatan bersumber daya Pelajar yang di kelola dan di selenggarakan dari, oleh dan untuk pelajar sekolah dan penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memperdayakan pelajar dalam kemudahan dalam pelayanan kesehatan bagi remaja untuk meningkatkan derajat kesehatan dan ketrampilan hidup sehat remaja.

Sasaran posyandu remaja di SMK Negeri 4 Kendal adalah semua pelajar kelas 1 - 3 dan dilaksanakan sebulan sekali pada hari jum'at sehabis olah raga atau senam bersama guru-guru SMKN 4. Pada kegiatannya melibatkan petugas puskesmas, bila pada waktu kegiatan didapatkan atau ditemukan masalah kesehatannya pada remaja maka kemudian di lakukan rujukan agar dengan cepat segera tertangani masalah kesehatan remaja tersebut. 4.2 Pembahasan Posyandu remaja merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan bersumber daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari oleh, untuk dan bersama masyarakat termasuk remaja dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja untuk meningkatkan derajat kesehatan dan ketrampilan hidup sehat Pelayanan kesehatan remaja di Posyandu adalah pelayanan kesehatan yang peduli remaja mencakup upaya promotif dan preventif meliputi pendidikan ketrampilan hidup sehat (PKHS) kesehatan reproduksi kesehatan jiwa dan pencegahan penyalahgunaan Napza, gizi, aktivitas fisik, pencegahan penyakit tidak menular (PTM) dan pencegahan kekerasan pada remaja [7]. Kader Kesehatan Remaja adalah remaja yang dipilih/ secara sukarela mengajukan diri dan dilatih untuk ikut melaksanakan upaya kesehatan remaja bagi diri sendiri, teman sebaya, keluarga serta masyarakat. Posyandu remaja di SMK Negeri 4 Kendal di bentuk dan di kembangkan secara fleksibel sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang ada seperti siswa akan mengadakan magang di luar instansi maka di perlukan pemeriksaan kesehatan dan waktunya dapat di tentukan sesuai jadwal yang telah di tetapkan. Adapun langkah – langkah pembentukan posyandu remaja dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan petugas/kader kesehatan agar bersedia dan memiliki kemampuan dalam pengelolaan posyandu yang telah di bentuk.
- b. Mempersiapkan siswa yang akan ikut posyandu dengan membentuk forum peduli kesehatan dengan melibatkan puskesmas setempat.
- c. Melaksanakan sosialisasi dengan memberi materi -materi tentang kesehatan reproduksi, kesehatan mental, gizi remaja Indonesia dan tutorial penggunaan aplikasi Z Score

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat di SMK Negeri 4 didapatkan dengan terbentuknya posyandu remaja yang di selenggarakan setiap bulan sekali dengan penentuan hari Jum'at sehabis olah raga bersama-sama antara siswa dan guru SMK Negeri 4 Kendal.

#### **4. Kesimpulan**

Posyandu remaja merupakan kegiatan baik dilakukan untuk siswa. Kegiatan dimulai dengan melakukan sosialisasi posyandu dan penyampaian materi tentang kesehatan reproduksi, penyakit tidak menular dan pemantauan pertumbuhan perkembangan remaja dimana siswa di berikan materi agar pelaksanaan kegiatan posyandu dapat sesuai anjuran Kemenkes dengan

lima meja. Peran pembina UKS dan PMR sangat membantu dengan memotivasi siswa melaksanakan posyandu secara rutin. Saran: Keterlibatan petugas puskesmas sangat di harapkan agar pelaksanaan posyandu berjalan dengan baik serta bila ada rujukan segera tertangani dengan cepat. Dan keterlibatan dari wali murid, guru serta siswa dalam penyelenggaraan posyandu menjadikan sekolah yang sehat.

### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis menyampaikan terima kasih dan apresiasi terdalam kepada Universitas Ivet yang telah memberikan ijin/surat tugas Pengabdian kepada Masyarakat ini dan kepada seluruh civitas akademika Universitas Ivet yang telah memberikan dukungan moril selama pengabdian ini dilaksanakan.

### **Daftar Pustaka**

- [1] Fitriyatun N, Putriningtyas ND. Analisis Aspek Makanan, Vektor, dan CTPS pada Kejadian Diare Balita di Wilayah ODF. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*. 2021;1(3):388-95.
- [2] Kementerian Kesehatan RI. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, Kabupaten/Kota Tahun 2021 . Kementerian Kesehatan RI; 2023.
- [3] Rohaeti LS, Laksmi NMDP, Christianti S, Marthatilova F, Ginting E, Zulaidah HS, et al. Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja. Khumaidah S, editor. Kementerian Kesehatan RI; 2018.
- [4] Saepuddin E, Rizal E, Rusmana A. Posyandu Roles as Mothers and Child Health Information Center. *Record and Library Journal*. 2018 Jan 13;3(2):201.
- [5] Hayati N, Fatimaningrum AS. PELATIHAN KADER POSYANDU DALAM DETEKSI PERKEMBANGAN ANAK USIA DINI. *Jurnal Pendidikan Anak*. 2015 Dec 9;4(2).
- [6] Kadek Alit Arsani NL. PERANAN PROGRAM PKPR (PELAYANAN KESEHATAN PEDULI REMAJA) TERHADAP KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DI KECAMATAN BULELENG. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*. 2013 Apr 1;2(1).
- [7] Sundari SW, Kurniawati A, Patimah M, Susilawati S, Nurdianti D, Windiyani W, et al. Upaya Meningkatkan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) Di Puskesmas Tamansari. *BALAREA: Jurnal Pengabdian Masyarakat* [Internet]. 2023 Jul 14;2(1). Available from: <https://journal.umtas.ac.id/index.php/balarea/article/view/3720>