

“Pendampingan Posyandu Remaja melalui Penyuluhan Kesehatan Mental di Desa Mekar Jaya ”

Anggun Rizky Yani *¹

Aprilia Lestari ²

Indah Nurhayati ³

Bela Oktaviani ⁴

Sephia Icha Kesuma ⁵

Ramadhan Adityatama ⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Baturaja

*e-mail: arizkyyani@gmail.com¹, varie2104@gmail.com², indahnurhayatiindahnurhayati@gmail.com³, kesumasephiaicha@gmail.com⁴, bellaoktaviani004@gmail.com⁵, ramadhanadityatama752@gmail.com⁶.

Abstrak

Peningkatan kasus kenakalan remaja dan masalah kesehatan mental menjadi perhatian utama dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan serta pelatihan kepada kader Posyandu Remaja di Desa Mekar Jaya sebagai upaya pencegahan kenakalan remaja melalui pemahaman pentingnya kesehatan mental. Metode kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan penyuluhan, pelatihan keterampilan, dan evaluasi melalui pretest dan posttest terhadap pengetahuan dan keterampilan kader. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengidentifikasi dan menangani masalah kesehatan mental pada remaja. Kegiatan ini terbukti memberikan dampak positif dan dapat menjadi model pemberdayaan remaja yang efektif dalam lingkungan komunitas.

Kata kunci: kesehatan mental, kenakalan remaja, posyandu remaja, penyuluhan, pelatihan kader

Abstract

The rise in juvenile delinquency and mental health issues is a major concern in public health development. This community service activity aims to provide counseling and training to Posyandu Remaja cadres in Mekar Jaya Village as an effort to prevent juvenile delinquency by understanding the importance of mental health. The activity methods include preparation, implementation of counseling, skills training, and evaluation through pre- and post-tests of cadre knowledge and skills. The results of the activity indicate an increase in cadre knowledge and skills in identifying and addressing mental health issues in adolescents. This activity has proven to have a positive impact and can be an effective model for youth empowerment in the community environment.

Keywords: mental health, juvenile delinquency, youth integrated health post, counseling, cadre training

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan antara masa anak dan masa dewasa yang berjalan antara umur 11 tahun sampai 21 tahun. Remaja merupakan harapan bangsa, dan merupakan sasaran pembangunan kesehatan yang harus diperhatikan status kesehatannya salah satunya adalah kesehatan reproduksi. Populasi remaja usia 15-24 tahun sekitar 17 persen dari populasi penduduk Indonesia. Remaja merupakan masa transisi perkembangan mental, fisik dan reproduksi manusia dapat berdampak pada status kesehatan secara umum. Perkembangan informasi dan teknologi dapat memengaruhi perilaku remaja sehat termasuk perilaku berisiko seperti merokok atau penggunaan obat terlarang dan perilaku sek bebas (Ismarwati, 2020).

Permasalahan yang terjadi pada remaja lebih banyak karena kecenderungan untuk berperilaku berisiko. Permasalahan yang terjadi pada remaja antara lain anemia pada remaja, kenakalan remaja, susah berkonsentrasi, kurang percaya diri, penyalahgunaan obat dan narkoba, merokok (Ismarwati, 2020).

Masalah umum yang terjadi di jenjang SMP seperti tekanan akademik dan perubahan emosional dan sosial dapat berdampak negatif pada kesehatan mental remaja. Kurangnya pemahaman terkait kesehatan mental mengakibatkan ketidakmampuan remaja dalam mengontrol emosi mereka. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, diperlukan kegiatan penyuluhan kesehatan mental bagi remaja di jenjang SMP yang bertujuan untuk meningkatkan

pengetahuan remaja mengenai kesehatan mental. Pemberian penyuluhan pada remaja terkait kesehatan mental merupakan upaya untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental dan juga sebagai upaya pemberian pendidikan kesehatan mental dikalangan remaja agar remaja memiliki kemampuan mengelola kesehatan mental dan meningkatkan kesehatan mental pada remaja. Oleh karena itu, diharapkan kegiatan penyuluhan kesehatan mental ini dapat membantu remaja khususnya di jenjang SMP dalam membangun ketahanan mental yang kuat untuk menghadapi tantangan emosional dan sosial dalam kehidupan sehari-hari (Dewi Siti Puspitasari, 2025).

Berdasarkan analisis situasi diatas, rumusan masalah pengabdian masyarakat ini adalah bagaimana pembinaan kader kesehatan remaja dalam pembentukan remaja sadar gizi di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Desa Mekar Jaya Kecamatan Sosoh Buay Rayap. Lingkup Pengabdian kesehatan masyarakat yang akan dilakukan dibatasi pada jumlah remaja, metode dan waktu pelaksanaan. Remaja yang terlibat dalam kegiatan ini adalah perwakilan dari para remaja yang bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas Aurduri Kota Jambi, kegiatan berupa pembentukan kader kesehatan remaja penyuluhan serta pelatihan serta akan ditindak lanjuti mengenai output serta manfaat kegiatan yang telah dilakukan (Vivianti Dewi, 2022).

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk pembinaan kader kesehatan remaja dalam pembentukan remaja sadar gizi di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Puskesmas Desa Mekar Jaya Kecamatan Sosoh Buay Rayap.

METODE

Lokasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan di Posyandu Remaja Desa Mekar Jaya. Peserta diberikan pemahaman terlebih dahulu tentang tujuan pendampingan posyandu remaja dalam upaya pencegahan terjadinya kenakalan remaja.

Kegiatan-kegiatan dilaksanakan pada yang tahap perencanaan adalah sebagai berikut:

- a. Tahapan persiapan kegiatan
 - 1) Menentukan prioritas masalah berdasarkan data
 - 2) Berkoordinasi dengan kader posyandu remaja yang akan dilakukan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat.
 - 3) Mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan saat melakukan kegiatan.
 - 4) Menentukan waktu pelaksanaan dan lamanya kegiatan bersama tim kegiatan pengabdian kepada Masyarakat.
- b. Tahapan pelaksanaan kegiatan
 - 1) Tempat: Posyandu Remaja Desa Mekar Jaya
 - 2) Tanggal : Sabtu, 05 Juli 2025
 - 3) Pukul : 15.00 – selesai
 - 4) Pelaksana : Ibu-Ibu Posyandu dan mahasiswa
 - 5) Langkah pelaksanaan

Kegiatan awal yang dilakukan dari adanya koordinasi dengan Kepala Kepala Posyandu beserta perangkat dan kader setempat tentang pelaksanaan pendampingan upaya pencegahan kenakalan pada remaja, dimana masih banyak masyarakat yang tidak tahu tentang kenakalan pada remaja dan pencegahannya. Berkaitan dengan hal tersebut pelaksana berdiskusi dengan pihak insitusi Akademi Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan dan mendapat persetujuan untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul “Pendampingan Posyandu Remaja melalui Penyuluhan Kesehatan Mental di Desa Mekar Jaya” untuk Mencegah terjadinya kenakalan pada remaja dengan Peningkatan Pengetahuan di Wilayah Kerja Posyandu Desa Mekar Jaya

Penyusunan program penyuluhan kesehatan reproduksi remaja tentang upaya pencegahan kenakalan remaja meliputi:

- 1) Melakukan afirmasi dan Pre Test

- 2) Melakukan penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi bagi remaja, kenakalan remaja dan cara mengatasinya serta pola hidup sehat dalam upaya pencegahan kenakalan pada remaja.
- 3) Evaluasi hasil kegiatan dengan post test

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini pada tanggal 05 Juli 2025 saat kegiatan posyandu remaja. Jumlah kader remaja yang diberikan pelatihan sebanyak 20-25 orang. Remaja yang hadir untuk dilakukan pengukuran antropometri oleh kader yang dilatih saat kegiatan posyandu sebanyak 20 orang. Kegiatan ini diawali dengan pretest pengetahuan kader tentang posyandu remaja seperti pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Pemberian arahan oleh pihak posyandu

Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan pretest keterampilan kader dalam pengukuran antropometri (BB, TB) dan penentuan status Kesehatan mental remaja seperti pada Gambar 2 berikut.



Gambar 2. pengukuran antropometri (BB, TB)

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan kader dengan memberikan materi pelatihan tentang posyandu remaja, pengukuran antropometri, menentukan IMT dan Kesehatan Remaja. Dalam Materi yang di berikan dengan judul "Pentingnya menjaga Kesehatan mental. Pemberian

materi lebih kurang berlangsung 20 menit sampai 30 menit. Setelah pemberian materi dilanjutkan dengan melatih keterampilan kader dalam melatih kader menentukan IMT dan status Kesehatan remaja seperti tampak pada Gambar 3 berikut.



Gambar 3. menentukan IMT dan Kesehatan Remaja.



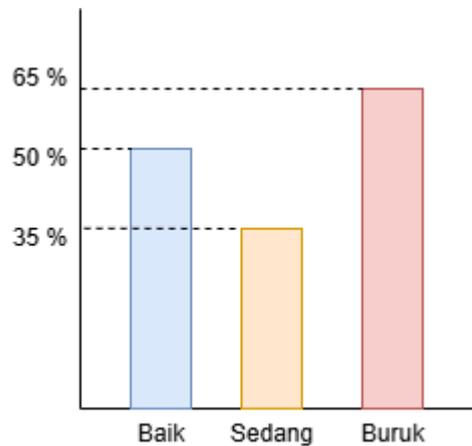
Gambar 4. memberikan materi pelatihan tentang posyandu remaja

Pada akhir kegiatan pelatihan, dilakukan suatu pelatihan untuk melatih ke fokusan Remaja-remaja tersebut kemudian di lanjutkan pada tahap evaluasi posttest pengetahuan dan observasi keterampilan kader seperti pada Gambar 4 berikut.



Gambar 5. tahap evaluasi posttest pengetahuan dan observasi keterampilan

Kuesioner pengetahuan dan observasi keterampilan yang telah diisi kader posyandu remaja selanjutnya dianalisis untuk mendapatkan gambaran perbedaan pengetahuan dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelatihan. Pengetahuan kader sebelum dan sesudah pelatihan dapat dilihat pada Gambar 5 berikut.



Gambar 5. Diagram kesehatan remaja di desa mekar jaya

Dalam hasil observasi tersebut telah memperoleh hasilnya yaitu Remaja yang memiliki tingkat baik memperoleh presentase hasil 50% kemudian untuk sedang memperoleh presentase 30% dan untuk hasil tingkat buruk memperoleh presentase 75%.

Berdasarkan data pada Gambar 5 menunjukkan terdapat penurunan pengetahuan dan keterampilan kader sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan.

Posyandu Remaja merupakan tempat yang dapat memfasilitasi remaja memahami, menemukan masalah kespro atau lainnya serta solusi dari permasalahannya. Posyandu merupakan sarana yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kespro, selain itu dapat membantu remaja menemukan masalah dan solusinya. Keikutsertaan remaja pada saat posyandu dipengaruhi oleh pengetahuannya.

Pelatihan kader remaja yang dilakukan oleh Mahasiswa Kkn menyatakan bahwa terjadi peningkatan keterampilan kader setelah pelatihan. Meningkatnya keterampilan kader posyandu remaja akan berdampak baik bagi pelaksanaan posyandu Kegiatan pelatihan kader kesehatan telah terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan sehingga kegiatan seperti ini harus sering dilakukan sebagai bentuk penyegaran pengetahuan kader.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan pelatihan kader Posyandu Remaja di Desa Mekar Jaya telah berhasil dilaksanakan dengan tujuan utama meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader dalam menangani isu kesehatan mental remaja serta upaya pencegahan kenakalan remaja. Berdasarkan hasil pretest dan posttest yang dilakukan selama kegiatan, ditemukan adanya peningkatan signifikan dalam aspek pengetahuan maupun keterampilan kader. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan dan pelatihan yang diterapkan efektif dalam memberikan pemahaman yang komprehensif kepada peserta.

Kegiatan ini memberikan manfaat nyata tidak hanya bagi kader yang dilatih, tetapi juga bagi remaja yang menjadi sasaran pendampingan. Pemberian materi tentang pentingnya menjaga kesehatan mental, teknik pengukuran antropometri, dan penilaian status kesehatan remaja membantu kader dalam mengenali tanda-tanda risiko gangguan mental serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan secara dini. Kegiatan pelatihan juga memfasilitasi kader dalam

membangun kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik dalam menyampaikan informasi kepada remaja di lingkungan mereka.

Keberhasilan kegiatan ini menunjukkan bahwa posyandu remaja memiliki potensi besar sebagai wadah strategis dalam mengedukasi dan memberdayakan remaja, terutama dalam isu-isu penting seperti kesehatan mental dan perilaku berisiko. Oleh karena itu, kegiatan serupa sangat dianjurkan untuk direplikasi di wilayah lain dengan pendekatan yang berkelanjutan. Kegiatan ini juga menegaskan pentingnya kolaborasi antara institusi pendidikan, fasilitas kesehatan, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan suportif bagi perkembangan remaja.

Secara keseluruhan, kegiatan pendampingan ini telah berkontribusi secara positif terhadap upaya promosi kesehatan mental di tingkat komunitas dan dapat menjadi model pemberdayaan kader kesehatan remaja dalam menciptakan generasi muda yang tangguh secara mental, sehat secara fisik, dan siap menghadapi tantangan sosial di masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, khususnya kepada kader Posyandu Remaja Desa Mekar Jaya, mahasiswa yang terlibat, serta pihak Puskesmas setempat yang telah memberikan dukungan penuh. Terima kasih juga kami sampaikan kepada institusi Universitas Baturaja yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas bagi terlaksananya kegiatan ini. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat berkelanjutan bagi masyarakat, khususnya dalam bidang kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Maelissa, S. R., & Tomaso, V. Y. (2025). Pemberdayaan Kader Posyandu Remaja (Posrem) Sebagai Support Health Group Generasi Berkualitas. *Panrannuangku Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 34-38.
- Widarti, S., Adhisty, Y., & Pratiwi, F. (2024). PEMBENTUKAN POSYANDU REMAJA SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN DERAJAT KESEHATAN REMAJA DI DUKUH IROYUDAN GUWOSARI PAJANGAN BANTUL. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta*, 2(2), 56-60.
- Susanti, S., Agustini, F., Dewi, D. N., & Rosmiati, T. (2023). Pendampingan Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Remaja Uswatun Hasanah Desa Cikunir Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 154-158.
- Ibu, A. S. A. K. H., & Harapan, P. I. B. A. K. (2025). Pengabdian Masyarakat dengan “Pendampingan Posyandu Remaja sebagai Upaya Preventif Kenakalan Remaja di Posyandu Remaja Kelurahan Banyurip Kota Pekalongan”.
- Dewi, V., Handayani, G. L., & Junita, J. (2022). Pembinaan Kader Kesehatan Dalam Pembentukan Remaja Sadar Gizi di Posyandu Remaja. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 1(1), 40-46.
- Noya, F., Ramadhan, K., Tadale, D. L., & Widayani, N. K. (2021). Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader melalui pelatihan kader posyandu remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(5), 2314-2322.
- Wahyuntari, E., & Ismarwati, I. (2020). Pembentukan kader kesehatan posyandu remaja Bokoharjo Prambanan. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (Jiak)*, 1(1), 14-18.
- Rahmadhani, W. (2021). Pembentukan posyandu remaja di Desa Bejiruyung, Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. *Jurnal Inovasi Abdimas Kebidanan (Jiak)*, 1(2).
- Yuliani, M., Yufina, Y., & Maesaroh, M. (2021). Gambaran pembentukan kader dan pelaksanaan posyandu remaja dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 266-273.

- Srimulati, T., Astuti, E. W., & Handajani, S. R. (2023). Pemanfaatan Buku Saku Posyandu Remaja Dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja. *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(04), 60-65.
- Yuniarsih, S. M., Win Martani, R., & Hasanah, N. N. (2023). Pendampingan Posyandu Remaja di Desa Purworejo Kecamatan Sragi dengan Optimalisasi Peran Kader Kesehatan Remaja. *Borneo Community Health Service Journal*, 3(1).
- Wahid, L., Indraswari, R., Shaluhyah, Z., & Widjanarko, B. (2020). Gambaran pelaksanaan posyandu remaja di kelurahan panggung kidul kecamatan semarang utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(4), 557-563.
- Widiastuti, K. E., & Rosalinna, R. (2025). Revitalisasi Posyandu Remaja: Strategi Peningkatan Kesehatan dan Pencegahan Pernikahan Dini. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (ABDIKEMAS)*, 7(1), 1-7.
- Istiani, A. N., Aisyah, U., Amalia, F., & Rogamelia, R. (2024). Pendampingan Posyandu Remaja Puskesmas dalam Mensosialisasikan Bahaya Pernikahan Dini di SMA Negeri 1 Ambarawa Pringsewu. *Civitas Consecratio: Journal of Community Service and Empowerment*, 4(2), 67-76.
- Dewi Siti Puspitasari, A. S. (2025). Menjaga Kesehatan Mental Remaja SMP : Peran Biologi Dalam . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(6), 23-27.