

## Implementasi Pemeriksaan Kesehatan Masyarakat di Masjid Nurul Huda Imam Malik Kadipiro Banjarsari Surakarta

### *Implementation of Public Health Checks at the Nurul Huda Imam Malik Mosque Kadipiro Banjarsari Surakarta*

Sri Handayani<sup>1\*</sup>, Wijayanti<sup>2</sup>, Rizka Fatmawati<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Prodi S1 Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email: handa@itspku.ac.id

#### **Abstrak**

Berdasarkan analisis situasi yang didapat terdapat permasalahan pada masyarakat Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta diantaranya beberapa lansia mengeluhkan kaki sering terasa nyeri, kesemutan, tengkuk terasa sakit dan gangguan pencernaan. Kemudian terkait dengan pengambilan kebijakan terhadap program-program yang bersifat preventif dan promotif yang perlu ditingkatkan lagi. Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemeriksaan kesehatan dilaksanakan di kelurahan Kadipiro di Masjid Nurul Huda Imam Malik. Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah lansia di sekitar masjid Nurul Huda Imam Malik sejumlah 25 lansia. Aapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang dialami lansia. Tahapan kegiatan pengabdian ini meliputi persiapan lokasi pengabdian dan koordinasi, menyiapkan alat untuk mengukur tekanan darah, asam urat, kolesterol dan gula darah. Pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, asam urat, kolesterol dan gula darah serta, penyuluhan terkait dengan masalah tersebut. Hasil pengabdian ini adalah lansia dengan tekanan darah normal sejumlah 21 lansia (84%), asam urat normal sejumlah 20 lansia (80%), gula darah normal sejumlah 22 lansia (88%), kolesterol normal sejumlah 21 lansia (84%). Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengerti bahwa skrining kesehatan penting dilakukan untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang dialami serta menentukan intervensi yang bisa dilakukan sedini mungkin.

**Kata Kunci:** Asam Urat, Gula darah, Kolesterol, Pemeriksaan Kesehatan

#### **Abstract**

Based on the situation analysis obtained, there are problems in the people of Kadipiro Banjarsari Village, Surakarta City, including several elderly people complaining that their feet often feel sore, tingling, the neck hurts and digestive disorders. Then it is also related to policy making regarding preventive and promotive programs (prevention and promotion) that need to be further improved. Community service activities regarding health checks were carried out in the Kadipiro sub-district community at the Nurul Huda Imam Malik Mosque. The location of this service activity is at the Nurul Huda Imam Malik Kadipiro Mosque, Surakarta City. The target of this service activity is 25 elderly people around the Nurul Huda Imam Malik mosque. The aim of this activity is to find out the health problems experienced by the elderly. The stages of this service activity include preparing the service location and coordinating, preparing tools to measure blood pressure, uric acid, cholesterol and blood sugar. Health checks which include checking blood pressure, uric acid, cholesterol and blood sugar as well as counseling related to problems with blood pressure, uric acid, cholesterol and blood sugar experienced by the elderly. The results of this service were 21 elderly people with normal blood pressure (84%), 20 elderly people with normal uric acid (80%), 22 elderly people with normal blood sugar (88%), 21 elderly people (84%) with normal cholesterol. Based on this, the conclusion that can be drawn is that participants in community service activities understand that health screening is important to determine the health problems they are experiencing and determine interventions that can be carried out as early as possible.

**Keywords:** Uric Acid, Blood Sugar, Cholesterol, Health Check

## Pendahuluan

Berdasarkan analisis situasi yang didapat terdapat permasalahan pada masyarakat Kelurahan Kadipiro Banjarsari Kota Surakarta diantaranya beberapa lansia mengeluhkan kaki sering terasa nyeri, kesemutan, tengkuk terasa sakit dan gangguan pencernaan. Kemudian juga terkait dengan pengambilan kebijakan terhadap program-program yang bersifat preventif dan promotif (pencegahan dan promosi) yang perlu ditingkatkan lagi. Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemeriksaan kesehatan dilaksanakan pada masayarakat kelurahan Kadipiro di Masjid Nurul Huda Imam Malik.

Kesehatan merupakan salah satu nikmat yang sangat berharga dalam kehidupan manusia. Kesehatan sebagai modal dasar untuk melakukan segala aktifitas. Menurut lembaga organisasi kesehatan dunia (WHO). Kesehatan adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental, maupun sosial dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat. Kesehatan lansia menjadi salah satu isu penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat di berbagai negara, termasuk Indonesia. Seiring dengan peningkatan angka harapan hidup, jumlah penduduk lansia juga mengalami peningkatan yang signifikan (Moerad, 2019).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 26,82 juta jiwa atau sekitar 9,92% dari total penduduk, dan angka ini diproyeksikan akan terus meningkat di masa mendatang. Pertambahan populasi lansia menimbulkan berbagai tantangan, terutama dalam aspek kesehatan. Lansia rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, serta gangguan fungsi kognitif seperti demensia. Kondisi kesehatan yang menurun pada lansia tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup individu yang bersangkutan, tetapi juga berdampak pada beban ekonomi dan sosial bagi keluarga serta sistem kesehatan secara keseluruhan (Kusumastuti, 2020).

Di sisi lain, pemahaman mengenai pentingnya gaya hidup sehat, pemeriksaan kesehatan rutin, dan akses terhadap fasilitas kesehatan yang memadai masih menjadi kendala bagi banyak lansia di Indonesia (Herlina, 2021). Oleh karena itu, diperlukan upaya pengabdian masyarakat yang terintegrasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia tentang pentingnya menjaga kesehatan serta menyediakan dukungan yang memadai bagi mereka.

Tujuan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah agar diketahui permasalahan Kesehatan pada masyarakat khusus nya lansia di kelurahan Kadipiro. Berdasarkan hasil kajian berbasis data -data tersebut di atas, maka tim pengabdi melakukan program pengabdian masyarakat ini untuk memperkuat gerakan dan peran serta masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan sehingga permasalahan kesehatan yang dialami amsyarakat bisa segera ditangani.

## Metode Pelaksanaan

Mekanisme kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa tahap sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan meliputi beberapa kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- a. Persiapan lokasi pengabdian dan koordinasi dengan kepala Ketua Takmir Masjid Nurul Huda Imam Malik Kadipiro dalam hal waktu kegiatan penyuluhan
- b. Pembuatan materi penyuluhan (leaflet dan demonstrasi)
- c. Tahap persiapan alat pemeriksaan meliputi tensi darah dan alat pemeriksaan gula darah, kolesterol dan asam urat.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan meliputi beberapa kegiatan yang dilakukan sebagai berikut: a.

Tahap pengukuran

Tahap ini adalah mengukur tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol dan asam urat. b.

Tahap proses penyuluhan

Tahap ini adalah melakukan penyuluhan kepada masyarakat mengenai permaslaahan Kesehatan yang dialami oleh masyarakat yaitu hipertensi, hiperkolesterol, asam urat tinggi dan penyakit maagh.

### 3. Tahap Evaluasi

- a. Tahap evaluasi

Evaluasi pengukuran pengetahuan dan sikap dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan dalam secara lisan sebelum memberikan penyuluhan dan *post test* secara lisan setelah memberikan penyuluhan.

b. Tahap pendampingan

Tahap pendampingan dari fasilitator selama pelatihan diberlakukan untuk dapat mendengarkan keluhan dan kebutuhan masyarakat secara efektif.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Pada tahap pelaksanaan meliputi yaitu pemeriksaan tekanan darah, asam urat, kolesterol dan gula darah dan pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan), telah dilakukan pada tanggal 26 Mei 2024 jam 08.00-10.00 WIB di Masjid Nurul Huda Imam Malik Kadipiro.

1. Tahap pengukuran tekanan darah, asam urat, kolesterol dan gula darah



Pengecekan asam urat, kolesterol dan

Gambar 2. Pengukuran Tekanan Darah



Gambar 3.

gula darah

Dalam melakukan kegiatan ini, pengabdian ini melibatkan mahasiswa dalam membantu mengukur tekanan darah lansia dan dokumentasi kegiatan

Gambar 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

Tekanan Darah	n	%
Rendah	0	0
Normal	21	84
Tinggi	4	16

Total	25	100
Berdasarkan Gambar 1 diatas tekanan darah lansia normal sejumlah 21 lansia (100%).		

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan gula darah, asam urat, kolesterol

Pemeriksaan	Status	n	%
Asam urat	Tinggi	5	20
	Normal	20	80
	Rendah	0	0
	Total	25	100%
Gula darah	Tinggi	3	12
	Normal	22	88
	Rendah	0	0
	Total	25	100%
Kolesterol	Tinggi	4	16
	Normal	21	84
	Rendah	0	0
	Total	25	100%

Berdasarkan tabel 2 jumlah lansia dengan asam urat normal sejumlah 20 lansia (80%), gula darah normal sejumlah 22 lansia (88%), kolesterol normal sejumlah 21 lansia (84%).

## 2. Tahap Penyuluhan

Tahap ini adalah melakukan penyuluhan kepada lansia mengenai permasalahan Kesehatan yang dialami masing-masing lansia. Pada tahap ini diharapkan lansia memahami pentingnya pengetahuan dan mampu memanajemen masalah Kesehatan yang dialami lansia.

## Pembahasan

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif. Pemeriksaan kesehatan rutin pada lansia sangat penting untuk mendeteksi dini penyakit-penyakit yang sering muncul di usia tua, seperti hipertensi, hiperurisemia, dan dislipidemia.

Hipertensi adalah salah satu kondisi medis yang paling umum di kalangan lansia. Menurut penelitian, prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, stroke dan gagal ginjal. Pemeriksaan tekanan darah secara rutin penting untuk menemukan kasus hipertensi yang belum terdiagnosis, monitoring pengobatan (memantau efektivitas terapi antihipertensi yang diberikan dan pencegahan komplikasi (mengurangi risiko komplikasi dengan intervensi tepat waktu). Penelitian menunjukkan bahwa intervensi gaya hidup seperti diet rendah garam, olahraga teratur, dan pengelolaan stres efektif dalam mengontrol tekanan darah pada lansia (Chobanian et al., 2019). Hasil pemeriksaan didapatkan bahwa 4 lansia (16%) mengalami hipertensi sehingga penatalaksanaan lebih lanjut perlu dilakukan.

Dislipidemia, atau kadar kolesterol yang tidak normal, adalah faktor risiko utama untuk penyakit kardiovaskular. Lansia dengan kadar kolesterol tinggi memiliki risiko yang lebih besar untuk mengalami penyakit jantung dan stroke. Pemeriksaan kolesterol penting untuk deteksi dini (menemukan individu dengan risiko tinggi penyakit kardiovaskular), monitoring pengobatan (menilai efektivitas terapi statin dan modifikasi gaya hidup, pencegahan penyakit kardiovaskular (mengurangi risiko penyakit jantung dan stroke melalui pengelolaan kadar kolesterol). Penelitian menunjukkan bahwa pengendalian kolesterol melalui diet, olahraga, dan obat-obatan seperti statin efektif dalam mengurangi kejadian kardiovaskular pada lansia (Grundy et al.,

2018). Hasil pemeriksaan didapatkan bahwa 4 lansia (16%) mengalami hiperkolesterol sehingga penatalaksanaan lebih lanjut perlu dilakukan.

Hiperurisemia, atau kadar asam urat tinggi dalam darah, merupakan kondisi yang umum pada lansia dan dapat menyebabkan gout. Gout ditandai dengan nyeri sendi yang hebat dan dapat menurunkan kualitas hidup penderita. Pemeriksaan kadar asam urat penting untuk deteksi dini (menemukan individu dengan risiko tinggi untuk mengembangkan gout, monitoring pengobatan (menilai efektivitas pengobatan untuk menurunkan kadar asam urat, pencegahan gout (mencegah serangan gout dengan pengelolaan kadar asam urat melalui diet dan obat-obatan. Sebuah studi menemukan bahwa pengaturan diet yang tepat dan pemberian obat allopurinol efektif dalam mengontrol kadar asam urat pada lansia (Zhu et al., 2018). Hasil pemeriksaan didapatkan bahwa 5 lansia (20%) mengalami hiperkolesterol sehingga penatalaksanaan lebih lanjut perlu dilakukan.

Sebagai tindak lanjut hasil pemeriksaan skrining kesehatan lansia ini diperlukan adanya kolaborasi antara penanggung jawab kegiatan dengan tenaga kesehatan atau puskesmas setempat dengan pendekatan yang terstruktur dan kolaboratif. Hasil skrining ini harapannya dapat ditindaklanjuti dengan efektif, meningkatkan kualitas hidup lansia dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang.

## Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak bagi peningkatan derajat kesehatan lansia di wilayah Kadipiro antara lain meningkatkan pengetahuan dan manajemen tentang masalah kesehatan yang dialami lansia.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua takmir masjid Nurul Huda Imam Malik Kadipiro yang telah memberikan ijin dan dukungan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Terkhusus, ucapan terima kasih juga kepada dosen dan mahasiswa dari ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas partisipasinya pada kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## Daftar Pustaka

- Chobanian, A. V., et al. 2019. *Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure, Hypertension*, 42(6), 1206-1252.
- Grundy, S. M., et al. 2018. *Guideline on the Management of Blood Cholesterol*. *Journal of the American College of Cardiology*, 73(24), 3168-3209
- Herlina, T., Sutisna, E., & Rahman, F. 2021. Peningkatan Kesehatan Lansia melalui Program Penyuluhan Gizi Seimbang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 33-41. doi:10.12345/jkm.2021.08133
- Kusumastuti, P., dkk. 2020. Promosi Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Rutin di Puskesmas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 112-120. doi:10.12345/jpm.2020.052112
- Moerad, S.K., dkk. 2019. Pendampingan Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini-Pos PAUD Terpadu Melati Kelurahan Medokan Ayu-Rungkut Surabaya, *Sewagati*, 3(3), 90–96.
- Zhu, Y., Pandya, B. J., & Choi, H. K. 2018. *Prevalence of Gout and Hyperuricemia in the US General Population: The National Health and Nutrition Examination Survey 2007-2008*. *Arthritis & Rheumatology*, 63(10), 3136-3141.

## Gambaran Screening Kebutuhan Personal Hygiene pada Siswa TK Aisyiyah Kadipiro I Surakarta

### *Description of Screening for Personal Hygiene in Aisyiyah Kindergarten Students Kadipiro I Surakarta*

Nita Yunianti Ratnasari<sup>1\*</sup>, Pradita Ayu Fernanda<sup>2</sup>, Sulastri<sup>3</sup>, Ika Kusuma Wardani<sup>4</sup>, Wiwik Puspita Dewi<sup>5</sup>

<sup>1,2</sup> D3 Keperawatan/Illu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>3,4</sup> S1 Keperawatan/Illu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>5</sup>S1 Kebidanan/Illu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email: nita\_yr@itspku.ac.id

#### *Abstrak*

Personal hygiene merupakan aspek penting dalam kesehatan dan kesejahteraan individu, khususnya bagi anak-anak usia dini seperti siswa Taman Kanak-Kanak (TK). Kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang personal hygiene dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Penting dilakukan screening kebutuhan personal hygiene pada siswa TK. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa, tentang pentingnya personal hygiene serta membangun kebiasaan kebersihan pribadi yang baik pada siswa TK Aisyiyah Kadipiro I Surakarta. Pada saat kegiatan, mengingat banyaknya jumlah siswa yang akan diperiksa, maka petugas yang terdiri 6 dosen dan 4 mahasiswa dibagi menjadi 3 kelompok kerja dengan pembagian sebagai berikut: 2 mahasiswa mengambil data TB dan BB; sisanya dijadikan 2 kelompok yang bertugas melakukan anamnesis dan pemeriksaan kesehatan. Hasil kegiatan diperoleh data bahwa jumlah siswa yang ikut serta dalam kegiatan adalah 103 siswa dengan rincian hasil sebagai berikut: 1) Kebersihan gigi dan mulut: sebanyak 39 siswa (38%) dalam kondisi gigi bersih (tidak terdapat caries gigi), dan 64 siswa (63%) memiliki caries gigi; 2) Kebersihan telinga: Sebanyak 61 siswa (60%) memiliki telinga bersih tanpa serumen, atau hanya sedikit serumen dan sebanyak 42 siswa (40%) ditemukan banyak kotoran telinga; 3) Kebersihan kuku: sebanyak 77 siswa (75%) kuku bersih dan pendek dan 26 siswa (25%) memiliki kuku kotor atau kuku panjang.

**Kata Kunci:** kebutuhan personal hygiene, siswa TK, screening

#### *Abstract*

Personal hygiene is an important aspect of individual health and well-being, especially for young children such as Kindergarten students. They lack of awareness and knowledge about personal hygiene. It can cause various health problems. It is important to screen for personal hygiene needs in kindergarten students. The aim of this activity is to increase students' awareness and knowledge about the importance of personal hygiene and to build good personal hygiene habits in Aisyiyah Kadipiro I Surakarta Kindergarten students. During the activity, consider the large number of students who would be examined, the officers consist of 6 lecturers and 4 students were divided into 3 working groups with the following division: 2 students took height and weight data; the rest were divided into 2 groups tasked with carrying out anamnesis and medical examinations. As a result of the activity, data was obtained that the number of students who took part in the activity was 103 students with details of the results as follows: 1) Dental and oral hygiene: 39 students (38%) had clean teeth (no dental caries), and 64 students (63%) had dental caries; 2) Ear cleanliness: As many as 61 students (60%) had clean ears without wax, or only a little wax and as many as 42 students (40%) were found to have a lot of earwax; 3) Nail cleanliness: 77 students (75%) had clean and short nails and 26 students (25%) had dirty nails or long nails.

**Keywords:** personal hygiene needs, kindergarten students, screening

## Pendahuluan

Personal hygiene atau kebersihan diri merupakan aspek penting dalam kesehatan dan kesejahteraan individu, khususnya bagi anak-anak usia dini seperti siswa Taman Kanak-Kanak (TK). Masa kanak-kanak sebelum masuk Sekolah Dasar disebut dengan anak prasekolah. Permasalahan kesehatan pada anak prasekolah berkaitan dengan personal hygiene dan lingkungan disekitar (Gustia Kesuma, 2023) Pada usia ini, anak-anak mulai belajar dan mengembangkan kebiasaan yang akan mereka bawa hingga dewasa.

Kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang personal hygiene dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti penyakit kulit, infeksi saluran pernapasan, dan gangguan pencernaan. Oleh karena itu, penting untuk melakukan screening kebutuhan personal hygiene pada siswa TK untuk memastikan mereka memiliki dasar pengetahuan dan praktik yang baik dalam menjaga kebersihan diri. Kebersihan masuk dalam konsep terkait ilmu kedokteran, serta praktik perawatan pribadi dan profesional yang menyangkut sebagian besar aspek kehidupan. Manusia telah menyadari pentingnya kebersihan selama ribuan tahun. Bangsa Yunani kuno menghabiskan waktu berjam-jam untuk mandi, menggunakan wewangian dan berhias dalam upaya untuk mempercantik diri dan tampil menarik bagi orang lain (Irawati & Haidar, 2023).

Adapun dasar kegiatan ini adalah fakta bahwa anak-anak TK berada pada tahap perkembangan yang kritis di mana pembentukan kebiasaan sehat harus dimulai. Kebiasaan baik yang dimulai sejak usia dini diharapkan akan membekas dan menjadi suatu budaya baik yang akan dibawa para siswa tersebut di sepanjang masanya kelak. Screening ini bertujuan untuk mengidentifikasi kebutuhan dan potensi masalah terkait kebersihan pribadi pada anak-anak, serta memberikan intervensi yang tepat guna mencegah timbulnya masalah kesehatan di kemudian hari. Melalui kegiatan screening ini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya personal hygiene di kalangan para siswa.

Mitra dalam kegiatan ini adalah TK Aisyiyah Kadipiro I yang berada di wilayah Kadipiro, Kecamatan Banjarsari, Kota Surakarta. TK Aisyiyah Kadipiro I adalah sebuah sekolah TK swasta yang alamatnya di Kadipiro Rt 004 Rw 003, Kota Surakarta. TK swasta ini didirikan pertama kali pada tahun 1965. Saat ini TK Aisyiyah Kadipiro I memakai panduan kurikulum belajar pemerintah yaitu kurikulum 2013. Sekolah ini mendapatkan status akreditasi A dari BAN-S/M (Badan Akreditasi Nasional) Sekolah/Madrasah. Analisis awal menunjukkan bahwa di sekolah tersebut belum pernah dilakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan dari ITS PKU Muhammadiyah Surakarta. Dengan jumlah peserta didik sebanyak 124 siswa, dan terbatasnya jumlah pendidik maka menjadi kendala tersendiri bagi para guru untuk lebih intens terkait masalah kebersihan diri para siswanya. Hal inilah yang menjadi pertimbangan dan alasan pemilihan lokasi kegiatan pengabdian masyarakat kali ini. Pihak sekolah menyambut baik agenda dari kampus dan sangat mengapresiasi jalannya program.

Kebersihan diri telah terbukti secara empiris sebagai faktor kunci dalam mencegah penyakit menular. Sebuah studi menyatakan bahwa kebiasaan mencuci tangan dengan sabun dapat mengurangi kejadian penyakit diare hingga 50% atau sama dengan menyelamatkan sekitar 1 juta anak didunia dari penyakit tersebut setiap tahunnya (Rosidi et al., 2020). Perilaku hidup bersih dapat diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan pemahaman individu untuk memelihara kebersihan diri dalam rangka mewujudkan personal hygiene (Juliansyah & Zulfani, 2021). Kajian literatur ini mendukung pentingnya pengenalan dan pembiasaan praktik kebersihan pribadi sejak usia dini.

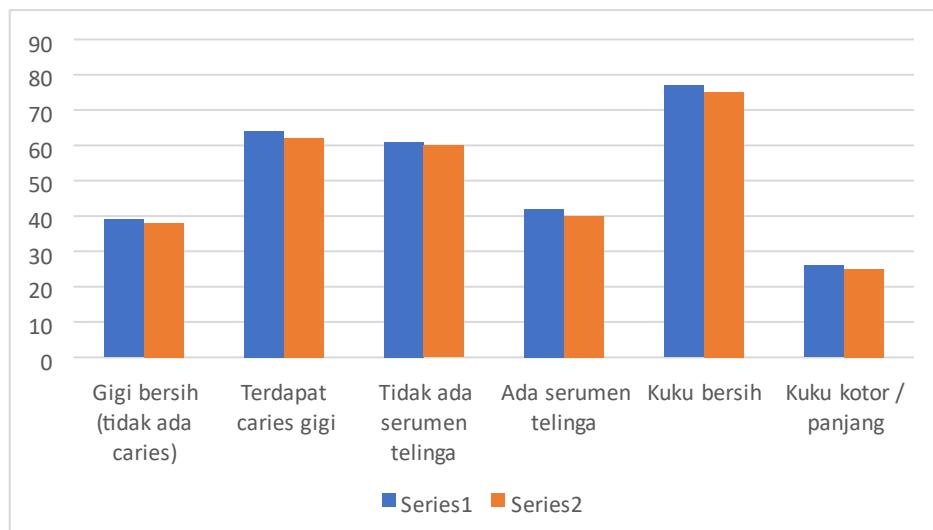
Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa TK Aisyiyah Kadipiro I Surakarta termasuk para guru dan orang tua secara tidak langsung. Pendekatan yang melibatkan semua pihak terkait diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pembentukan kebiasaan kebersihan pribadi yang baik pada anak-anak. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah: (1) Mengidentifikasi tingkat pengetahuan dan praktik personal hygiene siswa TK Aisyiyah Kadipiro I; (2) Meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa, guru, dan orang tua tentang pentingnya personal hygiene serta (3) Membangun kebiasaan kebersihan pribadi yang baik pada siswa TK khususnya TK Aisyiyah Kadipiro I Surakarta.

Rencana pemecahan masalah yang disusun pengabdian meliputi: (1) Screening, yaitu melakukan observasi dan penilaian awal terhadap pengetahuan dan praktik personal hygiene siswa TK Aisyiyah Kadipiro I; (2) Edukasi, yaitu dengan memberikan pelatihan dan materi edukasi kepada para siswa khususnya, guru, dan orang tua mengenai kebersihan pribadi; serta (3) Monitoring dan Evaluasi yaitu dengan melakukan monitoring secara

berkala untuk melihat perubahan perilaku dan mengevaluasi efektivitas program edukasi. Luaran kegiatan ini meliputi: peningkatan kesadaran dan pengetahuan para siswa tentang personal hygiene.

## Metode Pelaksanaan

Pemeriksaan personal hygiene siswa TK Aisyiyah Kadipiro I Surakarta merupakan bagian dari rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang diprakarsai oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) ITS PKU Muhammadiyah Surakarta. LPPM secara terjadwal menugaskan dosen untuk melaksanakan kegiatan Tridarma Perguruan Tinggi, dan TK Aisyiyah termasuk salah satu lokasi kegiatan tersebut. Dikarenakan sekolah TK ini baru pertama kali dimasukkan dalam wilayah binaan LPPM, maka Solusi yang ditawarkan dari pihak kampus sebagai berikut: (1) mendiskusikan dengan Kepala Sekolah terkait kebutuhan dosen untuk melaksanakan kewajiban Tridharma yaitu pengabdian Masyarakat; (2) mendiskusikan dengan pihak sekolah kondisi yang terjadi di kalangan para siswa, khususnya terkait kebutuhan personal hygiene yang belum terpenuhi; (3) mendiskusikan tentang rencana pembuatan naskah Kerjasama (MoU) antara pihak sekolah dengan kampus ITS PKU, sehingga pelaksanaan program lebih terarah dan berkesinambungan; (4) mempersiapkan tempat serta peralatan yang dibutuhkan saat pemeriksaan Kesehatan, yaitu 1 ruang kelas berikut peralatannya (lembar dokumentasi, buku data siswa, metlin, pengukur TB dan BB, senter, cotton buds, gunting kuku, baby oil, serta tissue).



Gambar 1. Hasil Screening Personal Hygiene Siswa TK Aisyiyah 1 Kadipiro Surakarta

Pada saat kegiatan, mengingat banyaknya jumlah siswa yang akan diperiksa, maka petugas yang terdiri 6 dosen dan 4 mahasiswa dibagi menjadi 3 kelompok kerja dengan pembagian sebagai berikut: 2 mahasiswa mengambil data TB dan BB; sisanya dijadikan 2 kelompok yang bertugas melakukan anamnesis dan pemeriksaan kesehatan. Adapun jenis pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi pemeriksaan kebersihan telinga, kebersihan kuku, kesehatan gigi dan mulut serta penimbangan dan pengukuran tinggi badan. Hasil dari seluruh rangkaian kegiatan telah didokumentasikan oleh tim pengabdi. **Hasil dan Pembahasan**

## Hasil

Jumlah siswa yang ikut serta dalam kegiatan sebanyak 103 siswa, terbagi dalam kelas TK A dan TK B. Siswa diarahkan satu per satu untuk ditimbang dan diukur tinggi badannya. Hasil pengukuran dicatat untuk dianalisis lebih lanjut. **Pemeriksaan kebersihan mulut dan telinga:** Tim dosen dan mahasiswa memeriksa kebersihan mulut dan telinga setiap siswa. Siswa yang ditemukan memiliki masalah diberikan catatan khusus untuk disampaikan kepada guru. **Berat badan dan tinggi badan:** Sebagian besar siswa memiliki berat dan tinggi badan sesuai dengan standar usia mereka. Beberapa siswa ditemukan memiliki berat badan di bawah

atau di atas rata-rata. **Kebersihan mulut dan telinga:** Kebanyakan siswa memiliki kebersihan mulut dan telinga yang baik. Ditemukan beberapa siswa dengan masalah kebersihan, seperti karies gigi atau telinga yang kotor. Deskripsi hasil screening kegiatan pengabdian masyarakat di TK Aisyiyah dapat dilihat seperti pada Gambar 1

Dari hasil pengkajian yang dilakukan tim dosen dan mahasiswa diperoleh data bahwa jumlah siswa yang ikut serta dalam kegiatan adalah 103 siswa dengan rincian hasil sebagai berikut: 1) Kebersihan gigi dan mulut: sebanyak 39 siswa (38%) dalam kondisi gigi bersih (tidak terdapat caries gigi), dan 64 siswa (63%) memiliki caries gigi; 2) Kebersihan telinga: Sebanyak 61 siswa (60%) memiliki telinga bersih tanpa serumen, atau hanya sedikit serumen dan sebanyak 42 siswa (40%) ditemukan banyak kotoran telinga; 3) Kebersihan kuku: sebanyak 77 siswa (75%) memiliki kuku bersih dan pendek dan 26 siswa (25%) memiliki kuku kotor atau kuku panjang.

Adapun dokumentasi kegiatan pemeriksaan kesehatan di TK Aisyiyah Kadipiro 1 Surakarta seperti terlihat pada Gambar 2-4.



Gambar 2. Pelayanan kesehatan oleh tim dosen ITS PKU Muhammadiyah Surakarta



Gambar 3. Pendokumentasian hasil screening siswa TK Aisyiyah 1 Kadipiro



Gambar 4. Foto bersama usai kegiatan

## Pembahasan

Permasalahan kesehatan anak banyak ditemukan pada masa anak sekolah, kondisi tersebut tentunya akan sangat menentukan kualitas anak di masa mendatang. Masalah kesehatan tersebut meliputi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), gangguan perilaku dan gangguan belajar. Secara epidemiologis masalah kesehatan anak meliputi penyebaran penyakit berbasis lingkungan di lingkungan anak sekolah, resiko gangguan kesehatan pada anak akibat pencemaran lingkungan dari berbagai proses kegiatan pembangunan di Indonesia masih tinggi atau meningkat dan masalah yang harus diperhatikan adalah membentuk perilaku sehat pada anak usia SD biasanya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan seperti menggosok gigi yang baik dan benar, kebiasaan mencuci tangan pakai sabun, kebersihan diri termasuk rambut, mulut dan kuku (Makatita et al., 2023).

Kegiatan screening kebutuhan personal hygiene ini berhasil dilaksanakan dengan baik dan memberikan gambaran umum mengenai status personal hygiene siswa TK Aisyiyah 1 kadipiro Surakarta. Dengan tindak lanjut yang tepat, diharapkan kegiatan ini mampu meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan siswa secara keseluruhan. Sebanyak 64 siswa TK (63%) memiliki caries gigi. Hal ini dapat memberikan gambaran masih kecilnya angka kesadaran para siswa TK terkait kesehatan giginya, Dimana dari total peserta 103 siswa, lebih dari setengahnya mengalami masalah gigi, baik itu gigi berlubang, terdapat caries maupun kotor. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa tingkat kemandirian personal hygiene pada kulit, kuku dan kaki, rambut, gigi dan mulut, serta genetalia pada anak usia pra-sekolah di TK Langkah Sanak Maju Desa Gunung Terang, Oku Timur Sumatera Selatan tergolong kemandirian personal hygiene adalah lebih banyak yang kurang mandiri sebesar 21 orang atau 60% (Antiani, 2023).

Sangat penting menjaga personal kebersihan hygiene sejak dini karena daya tahan tubuh mereka yang rendah membuat anak-anak tersebut rentan terhadap penyakit. Oleh karena itu, perhatian terhadap personal hygiene pada anak usia prasekolah sangatlah penting (Wirakhmi & Triana, 2023). Kebersihan tangan dan kuku perlu mendapat perhatian serius mengingat masalah hygiene dan sanitasi merupakan faktor utama yang mengakibatkan kontaminasi makanan sehingga mengakibatkan foodborne illness diantaranya diare, cholera, disentri, typhus dan keracunan makanan lainnya (Puspandhani & Kalamiyah, 2023).

Hasil observasi kebersihan kuku tangan diperoleh data bahwa 26 siswa (25%) memiliki kuku kotor atau kuku panjang. Hal ini disebabkan anak jarang memotong kuku. Kuku tangan yang kotor tentu saja akan memicu terjangkitnya berbagai penyakit terutama terkait pencernaan, karena kuku kotor akan menjadi sarang berkembangbiaknya berbagai mikroorganisme penyebab sakit, misalnya diare dan cacingan yang pada

akhirnya dapat menurunkan status kesehatan anak (Sinurat et al., 2024). Meskipun sekilas terlihat sepele, namun jika dimaknai lebih jauh kebersihan kuku tidak kalah penting dengan menjaga kebersihan gigi dan mulut. Sehingga pada siswa harus ditanamkan sejak dini terkait kesadaran menjaga kondisi kuku agar tetap bersih. Usaha yang bisa dilakukan pihak sekolah misalnya adalah menanamkan kebiasaan menghidupkan sunnah Nabi Muhammad SAW yaitu memotong kuku setiap hari Jum'at. Jika pembiasaan ini dilakukan secara kontinyu maka diharapkan dapat menjadi budaya bagi anak, sehingga mesti tidak diingatkan mereka akan dengan sadar sepenuhnya untuk memotong kuku setiap hari Jumat.

Aspek yang mempengaruhi tingkat kemandirian anak usia prasekolah dibagi menjadi dua yaitu, aspek internal dan eksternal. Aspek internal meliputi emosi serta intelektual anak, sedangkan aspek emosi diarahkan dengan keahlian mengendalikan emosi. Sebaliknya aspek intelektual akan terlihat pada saat anak menanggulangi permasalahan yang sedang dialaminya. Aspek eksternal itu sendiri meliputi area, ciri, sosial, stimulasi, cinta serta kasih sayang, pembelajaran orang tua, status pekerjaan serta pola asuh orang tua. Dukungan keluarga merupakan salah satu aspek yang sangat berarti dan akan mempengaruhi kemandirian personal hygiene pada anak usia prasekolah (Herlinda et al., 2021). Dengan kata lain, untuk menanamkan kebiasaan hidup bersih dan sehat, serta menjadikannya sebagai seatu budaya pada anak sekolah, maka peran dan dukungan orang tua sangat besar. Sehingga antara program sekolah dengan perilaku di rumah terkait pembiasaan kebersihan diri akan berjalan berirama dan saling mendukung. Jika hal ini dilakukan maksimal maka program menjaga dan meningkatkan peronal hygiene pada anak sejak dini akan berjalan lancar.

Berdasarkan hasil kegiatan, berikut adalah rencana tindak lanjut yang akan dilakukan: 1) **Edukasi Personal Hygiene:** Mengadakan sesi edukasi rutin mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, yang melibatkan siswa, orang tua, dan guru. Edukasi akan dilakukan melalui pemberian penyuluhan kesehatan pada siswa TK Aisyiyah Kadipiro 1 serta demonstrasi cara-cara menjaga kebersihan diri. 2) Membagikan brosur atau materi edukasi tentang cara menjaga kebersihan mulut dan telinga. 3) **Pemeriksaan Rutin:** Merencanakan kegiatan pemeriksaan kesehatan rutin setiap 2 bulan sekali untuk memantau perkembangan kesehatan siswa. 4) **Konsultasi Gizi:** Menyediakan layanan konsultasi gizi untuk orang tua siswa yang memiliki masalah berat badan anak di bawah atau di atas rata-rata. 5) **Kerjasama dengan Puskesmas:** Bekerjasama dengan pihak puskesmas setempat untuk mengadakan pemeriksaan kesehatan lebih lanjut bagi siswa yang membutuhkan, berdasarkan pada catatan notulensi pada saat screening.

## Simpulan

Jumlah peserta kegiatan screening pemeriksaan kesehatan di TK Aisyiyah 1 Kadipiro Surakarta adalah 103 siswa. Semua siswa telah mendapatkan pemeriksaan kesehatan menyeluruh yang mencakup pemeriksaan berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, pemeriksaan kebersihan gigi dan mulut, kebersihan telinga dan kuku tangan. Hasil pemeriksaan ditemukan terdapat beberapa anak yang memerlukan perhatian lebih lanjut terkait dengan status kebersihan personal hygiene dan kesehatan mereka. Rekomendasi untuk tindak lanjut telah ditulis di lembar dokumentasi kegiatan dan selanjutnya akan disampaikan ke pihak sekolah untuk ditindaklanjuti.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Rektor ITS PKU Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin pada tim pelaksana kegiatan untuk melakukan pengabdian masyarakat ini, serta kepada pihak sekolah TK Aisyiyah Kadipiro I Surakarta, yang telah berkenan menerima dan menyambut baik kegiatan ini, seluruh tim dosen dan mahasiswa yang terlibat selama kegiatan berlangsung.

## Daftar Pustaka

- Aiello, A. E., Larson, E. L., & Sedlak, R. 2008. Personal health Bringing good hygiene home. *American Journal of Infection Control*. 36(10 SUPPL.). <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2008.09.009>
- Antiani, T. 2023. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kemandirian Personal Hygiene Pada Anak Usia Pra-sekolah Di TK Langkah Sanak Maju Desa Gunung Terang, Oku Timur Sumatera Selatan

- Tahun 2022. *Dohara Publisher Open Access Journal*. 2(6). <http://dohara.or.id/index.php/hsk>
- Curtis, V., Cairncross, S., & Yonli, R. 2000. Review: Domestic hygiene and diarrhoea – pinpointing the problem. *Tropical Medicine & International Health*. 5: 22–32. <https://doi.org/10.1046/j.13653156.2000.00512.x>
- Gustia Kesuma, E. 2023. Edukasi Personal Hygiene Dengan G3CTPS (Gerakan Gosok Gigi Dan Cuci Tangan Pakai Sabun) Pada Anak Usia Prasekolah Di Pulau Bungin. *AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 1(12): 1668-1675.
- Herlinda, R., Ghanesia Istiani, H., & Yuliza, E. 2021. There Is No Relationship Between Family Support and Independence of Personal Hygiene for Preschool Children. *Dohara Publisher Open Access Journal*. 01(03): 99-104.
- Irawati, S. N., & Haidar, M. 2023. Internalization of Personal Hygiene and health in Early Childhood in the School and Family Environment. *KOLOKIUM Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. 11(1): 145–152. <https://doi.org/10.24036/kolokium.v11i1.592>
- Juliansyah, E., & Zulfani, S. 2021. Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Siswa Melalui Pendidikan Personal Hygiene Di SMP Muhammadiyah Sintang. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. 1(2): 119–128. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i2.140>
- Makatita, B., Ekawaty, Z., & Amelia, R. 2023. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Perilaku Personal Hygiene Pada Siswa Sd Di Sekolah Dasar Impres Lanraki 2 Makassar. *JIKKHC*. 06(2): 39-44
- Puspandhani, M., & Kalamiyah, M. 2023. Hubungan Personal Hygiene Pedagang Dengan Kebersihan Pangan Jajanan Anak Sekolah(Pjas) Di Sekolah Dasar Wilayah Kelurahan X Kota Cirebon Tahun 2023. *Journal Transformation of Mandalika*. 4(8): 458465
- Rosidi, A., Handarsari, E., & Mahmudah, M. 2020. Hubungan Kebiasaan Cuci Tangan Dan Sanitasi Makanan Dengan Kejadian Diare Pada Anak SD Negeri Podo 2 Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 6(1): 76–84.
- Sinurat, S., Sari Dewi Simanullang, M., Simbolon, D., & Studi Sarjana Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, P. 2024. Gambaran Personal Hygiene Pada Anak Sekolah Dasar di SD Negeri 066054 Kecamatan Medan Denai Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*. 4: 3781–3796.
- Wirakhmi, I. N., & Triana, N. Y. 2023. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kemandirian Personal Hygiene Pada Anak Prasekolah Di TK Pertiwi Sumbang. *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*. 14(3): 523–531.

## Pendidikan Kesehatan Bahaya Merokok pada Anak Usia Sekolah di SMP 4 Muhammadiyah Surakarta

### *Health Education The Danger of Smoking in School-Age Children at SMP 4 Muhammadiyah Surakarta*

**Anggi Luckita Sari<sup>1\*</sup>, Sonya Sinta Bela<sup>2</sup>, Leni Dwi Lestari<sup>3</sup>, Ida Latifa<sup>4</sup>, Alvin Sri Wijayanto<sup>5</sup>, Nurul Istiqomah<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Prodi S1 Keperawatan, Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email: anggiluckita@itspku.ac.id

#### *Abstrak*

Merokok merupakan permasalahan yang sulit diselesaikan baik di dalam maupun di luar negeri. Faktor penyebab prevalensi merokok di kalangan anak-anak dan remaja adalah terbatasnya pemahaman mereka terhadap zat berbahaya dan adiktif yang terdapat pada rokok. Kurangnya pengetahuan ini berdampak langsung pada sikap mereka terhadap rokok. Merokok merupakan hambatan besar bagi tumbuh kembang anak yang optimal. Untuk membantu mencegah dan menghindarkan anak dari rokok dilakukan sosialisasi Bahaya Merokok. Tujuan Pengabdian masyarakat ini untuk melindungi dan mencegah anak dari dampak buruk rokok terhadap kesehatan. Kegiatan ini menggunakan metode edukasi secara langsung dengan ceramah dan demonstrasi. Kegiatan edukasi ini dilakukan di sekolah SMP Muhammadiyah 4 Surakarta, dengan jumlah siswa yang berpartisipasi dalam kegiatan ini 39 siswa. Hasil yang di dapatkan siswa dan siswi dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang bahaya merokok setelah diberikan penyuluhan tentang bahaya merokok. Hasil uji statistik tanya jawab menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan anak usia sekolah sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan mengenai bahaya merokok terhadap kesehatan.

**Kata Kunci:** Merokok, Anak Usia Sekolah, Edukasi

#### *Abstract*

*Background:* Smoking is a problem that is difficult to solve both at home and abroad. The factor causing the prevalence of smoking among children and adolescents is their limited understanding of the dangerous and addictive substances contained in cigarettes. This lack of knowledge has a direct impact on their attitudes towards smoking. Smoking is a major obstacle to optimal child growth and development. To help prevent and prevent children from smoking, socialization is carried out on the Dangers of Smoking. *Objectives:* Protect and prevent children from the bad effects of smoking on health. *Methodology:* This activity uses direct educational methods with lectures and demonstrations. This educational activity was carried out at Surakarta Muhammadiyah 4 Middle School, with the number of students participating in this activity being 39 students. *Results:* The results obtained by students from this activity showed an increase in knowledge about the dangers of smoking after being given education about the dangers of smoking. *Conclusion:* The results of the question and answer statistical test show an increase in the knowledge of school-age children before and after being given education about the dangers of smoking on health.

**Keywords:** Smoking, School Age Children, Education

#### **Pendahuluan**

Menurut UU Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, anak merupakan seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan (Permatasari & Tan, 2021). Masa kanak-kanak dan remaja adalah periode perkembangan yang kerap diwarnai oleh pengambilan risiko dan eksperimen dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk kebiasaan merokok. Pada usia ini, banyak individu cenderung mencoba hal-hal baru sebagai bagian dari proses pencarian jati diri dan pengaruh pergaulan. Merokok, salah satu kebiasaan yang sering dimulai pada usia ini, telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang sangat serius dan menantang baik di tingkat nasional maupun internasional (Peirson et al., 2016).

Merokok menyebabkan kematian hampir 6 juta orang setiap tahun (Moor et al., 2015). Diperkirakan remaja yang merokok akan meningkat menjadi delapan juta per tahun pada tahun 2030 (Thomas et al., 2015). Prevalensi merokok di kalangan remaja di Arab Saudi berdasarkan studi terhadap 3322 responden menunjukkan bahwa 15,17% dari anak-anak berusia 11-19 tahun adalah perokok (Al-Zalabani & Kasim, 2015). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), terdapat peningkatan prevalensi perokok anak-anak. Perokok usia 10 tahun meningkat dari 28,8% pada tahun 2013 menjadi 29,3% pada tahun 2018. Menurut riset 51,1% rakyat Indonesia sebagai perokok aktif dan tertinggi di ASEAN. Tahun 2016 Indonesia sendiri menduduki urutan kesepuluh di ASEAN sebagai negara pembuat rokok tertinggi di dunia (Permatasari & Tan, 2021).

Menurut Thomas et al. (2015) terdapat tiga faktor utama yang mempengaruhi kebiasaan merokok pada remaja antara lain karakteristik individu (seperti jenis kelamin, kekhawatiran tentang berat badan, dan sikap terhadap merokok), faktor keluarga (seperti kebiasaan merokok orang tua, jumlah perokok dalam keluarga, serta sikap permisif dan persetujuan orang tua), dan pengaruh kelompok teman sebaya (seperti jumlah teman yang merokok dan harapan akademis dari teman-teman). Etnisitas, tingkat kemakmuran, dan tingkat pendidikan juga berperan, dengan pendidikan yang lebih tinggi berkaitan dengan tingkat merokok yang lebih rendah. Selain itu, studi kohort jangka panjang menunjukkan bahwa perokok remaja lebih mungkin berhenti merokok saat memasuki masa dewasa jika mereka mengambil tanggung jawab seperti pernikahan dan pekerjaan.

Merokok sendiri dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk penyakit pernapasan, kanker, penyakit kardiovaskular, dan kematian dini pada anak-anak dan orang dewasa. Selain itu juga, selama kehamilan paparan rokok dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan janin dan dapat memiliki efek jangka panjang yang merugikan pada anak. Meskipun sulit untuk membedakan antara efek paparan rokok dalam kandungan dan setelah kelahiran. Data juga menunjukkan bahwa paparan asap rokok merupakan faktor risiko independen untuk gangguan neurobehavioral seperti attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD), ketidakmampuan belajar, dan gangguan perilaku. Paparan ini dapat menyebabkan penurunan laju filtrasi glomerulus dan atherosclerosis praklinis pada remaja (American Academy of Pediatrics, 2015).

Penelitian lain dari Peirson et al., (2016) juga menyebutkan bahwa dalam jangka pendek, anak-anak dan remaja yang merokok bisa mengalami berbagai efek buruk pada pernapasan mereka, dan ada beberapa bukti yang menunjukkan bahwa paparan nikotin dapat mengganggu perkembangan otak yang sehat. Dalam jangka panjang, mereka yang terus menggunakan tembakau akan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan masalah kesehatan serius dan kadang-kadang fatal yang terkait dengan merokok, seperti kanker paru-paru dan jenis kanker lainnya, penyakit kardiovaskular, penyakit mulut, serta gangguan pernapasan.

Salah satu penyebab tingginya angka perilaku merokok pada anak dan remaja adalah kurangnya pengetahuan mengenai zat adiktif berbahaya yang terkandung di dalam rokok. Faktor pengetahuan tersebut memengaruhi sikap merokok pada anak dan remaja. Selain itu, kurangnya informasi yang diterima oleh anak dan remaja mengenai rokok dan dampaknya juga menyebabkan kurangnya pengetahuan dan sikap terhadap rokok (Sulastri & Rindu, 2019).

Pengetahuan yang kurang dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan, yang dapat dilakukan dengan berbagai metode dan media. Media digunakan untuk mempermudah penyampaian pesan kepada target pendidikan. Salah satu media yang sering digunakan adalah leaflet dan poster. Media ini dapat menampilkan gambar-gambar yang menarik, informasi yang lebih lengkap, praktis untuk dibawa, mudah dipelajari di mana saja, dan tidak memerlukan listrik, yang kadang menjadi kendala dalam pendidikan kesehatan dengan media slide (Notoatmodjo, 2012).

Menurut Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, I Gusti Ayu Bintang Darmawati, rokok menghambat hak anak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Salah satu upaya yang dilakukan oleh Kemen PPPA untuk mencegah anak terpapar dari rokok adalah mengeluarkan kebijakan pengendalian tembakau atau rokok sebagai salah satu dari 24 indikator Kabupaten Kota Layak Anak (KLA). Penerapannya melalui tersedianya kawasan tanpa rokok (KTR) dan tidak adanya iklan promosi serta sponsor rokok di daerah (KemenPPPA, 2023).

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) turut berperan aktif dalam mendukung pengendalian rokok bagi anak-anak melalui berbagai inisiatif dan program. Salah satu upaya

yang dilakukan adalah Sosialisasi Bahaya Rokok dan Kesehatan Reproduksi bagi Anak yang dikemas dalam program Anak Sebagai Pelopor dan Pelapor (2P). Program ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada anak-anak tentang bahaya rokok serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Selain itu, Kemen PPPA juga mengadakan kampanye "Anak Indonesia Hebat Tanpa Rokok" yang menyasar seluruh anak di Indonesia agar terhindar dari jerat rokok. Penguatan kapasitas dan peran forum Anak sebagai 2P mengenai Bahaya Rokok juga menjadi salah satu fokus utama, di mana anak-anak didorong untuk menjadi agen perubahan yang aktif dalam menyampaikan pesan bahaya rokok kepada teman sebaya dan lingkungannya. Tidak hanya itu, Kemen PPPA juga meluncurkan berbagai program lainnya yang dirancang khusus untuk mencegah dan menghindarkan anak-anak dari pengaruh buruk rokok, sehingga menciptakan generasi muda Indonesia yang sehat dan bebas dari rokok (KemenPPPA, 2023).

Fenomena ini menunjukkan betapa mendesaknya perlunya tindakan yang efektif untuk mengurangi prevalensi merokok, khususnya di kalangan remaja. Kebijakan yang komprehensif dan strategi pencegahan yang kuat harus diterapkan untuk melindungi generasi muda dari bahaya merokok. Edukasi tentang risiko kesehatan akibat merokok dan kampanye kesadaran publik perlu ditingkatkan. Selain itu, dukungan untuk program berhenti merokok dan pengawasan ketat terhadap penjualan tembakau kepada anak-anak dan remaja sangat penting dalam mengurangi dampak buruk dari kebiasaan merokok ini. Mengatasi masalah merokok memerlukan kerja sama lintas sektor dan komitmen global untuk mencapai hasil yang signifikan dan berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat.

Menurut studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 4 terdapat 20% anak pernah mencoba merokok walau hanya satu hisapan. Karena faktor pergaulan yang bebas tersebut anak menjadi penasaran terhadap rokok, sehingga anak mencoba-coba untuk menghisap rokok.. Sehingga tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan untuk melindungi dan mencegah anak dari dampak buruk rokok terhadap kesehatan.

## Metode Pelaksanaan

### 1. Waktu dan Tempat Penyuluhan

Pengabdian dilaksanakan dilaksanakan pada bulan Mei 2024, dan bertempat di SMP Muhammadiyah 4 Sumber, Banjarsari, Surakarta, Jawa Tengah.

### 2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Tahapan-tahapan implementasi dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini dibagi menjadi beberapa metode:

#### a. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan meliputi beberapa kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Observasi: Melakukan survei lokasi dan pemberian surat izin kepada SMP Muhammadiyah 4 Surakarta, setelah itu mewawancara siswa dan siswi SMP Muhammadiyah 4 Surakarta
- 2) Melakukan skrining: Melakukan skrining menggunakan kuesioner dan didapatkan 20% anak pernah mencoba merokok walau hanya satu hisapan
- 3) Menyusun rencana penyuluhan dengan membuat proposal, serta menyiapkan perlengkapan yang dibutuhkan untuk penyuluhan (PPT, leaflet dan demonstrasi)

#### b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2024 di SMP Muhammadiyah 4 Surakarta dan diikuti oleh 39 siswa dari kelas VIII A dan VIII B. Sebelum memasuki ruangan, siswa mengisi absensi sambil menerima snack dan leaflet. Kegiatan dimulai dengan penyuluhan menggunakan media PPT dan leaflet. Setelah pemberian materi, diadakan sesi tanya jawab untuk mengetahui pemahaman siswa, dilanjutkan dengan ice breaking untuk mengembalikan semangat mereka. Siswa yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar diberikan hadiah berupa botol minum dan kotak makan. Kegiatan diakhiri dengan demonstrasi tentang bahaya merokok menggunakan media video selama 10 menit. Respon siswa sangat beragam, banyak yang antusias dan sudah memahami bahaya merokok. Setelah kegiatan ini, diharapkan siswa mampu menjauhi rokok untuk menjaga kesehatan jangka panjang.

c. Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan ini dilakukan dengan memberikan pertanya untuk mengetahui seberapa paham siswa dan siswi terkait materi penyuluhan yang sudah diberikan. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan lancar dan penuh antusias, dilihat dari siswa siswi SMP Muhammadiyah 4 Surakarta yang berpartisipasi secara aktif dan responsif.

### 3. Pengambilan Sampel

Sampel yang digunakan adalah siswa dan siswi SMP Muhammadiyah 4 Surakarta yang berjumlah sebanyak 39 anak.

Adapun kriteria yang digunakan adalah:

- a. Siswa dan siswi kelas VIII
- b. Terlibat dalam penyuluhan terkait bahaya merokok pada anak usia sekolah
- c. Siswa yang berusia 12-15 Tahun
- d. Siswa yang tidak sedang sakit

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

Karakteristik Responden	Frekuensi	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	10	25,6
Laki-laki	29	74,4
Usia		
12 Tahun	1	2,5
13 tahun	10	25,6
14 Tahun	13	33,3
15 Tahun	5	38,6
Pernah Merokok		
Ya	9	23
Tidak	30	77
Jumlah	39	100

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas peserta pengabdian masyarakat ini berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 29 siswa atau sekitar 74,4%. Dari segi usia, mayoritas siswa berusia 14 tahun, dengan jumlah sebanyak 13 siswa atau 33,3%. Selain itu, data menunjukkan bahwa mayoritas siswa, yaitu sebanyak 30 siswa atau 77%, belum pernah merokok. Informasi ini memberikan gambaran yang jelas mengenai demografi peserta dan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih berada dalam tahap usia yang rentan terhadap pengaruh negatif rokok, namun belum terpapar secara langsung oleh kebiasaan merokok.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dampak Merokok**

Variabel	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
<b>Pengetahuan</b>				
Kurang	5	12,8	0	0
Baik	34	87,2	39	100
Jumlah	39	100	39	100

Berdasarkan Tabel 2, mayoritas peserta sebelum diberikan penyuluhan sudah mengetahui dampak merokok, yaitu sebanyak 34 siswa (87,2%), sementara terdapat 5 siswa (12,8%) yang belum mengetahui dampak merokok. Namun, setelah diberikan penyuluhan, seluruh peserta, yaitu sebanyak 39 siswa (100%), telah mengetahui dampak merokok. Hal ini menunjukkan efektivitas kegiatan penyuluhan yang mampu meningkatkan pengetahuan siswa secara menyeluruh mengenai bahaya merokok, sehingga diharapkan dapat mengurangi dan mencegah perilaku merokok di kalangan mereka. Penyuluhan ini berhasil mencapai tujuannya dalam menyampaikan informasi penting tentang kesehatan kepada seluruh peserta.

## Pembahasan

Pengabdian Masyarakat ini melibatkan pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet, power point, serta demonstrasi tentang bahaya merokok. Tim pengabdian juga memberikan kesempatan kepada siswa dan siswi untuk bertanya guna meningkatkan pengetahuan. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, siswa masih ada yang belum memahami bahaya merokok bagi kesehatan. Namun, setelah menerima pendidikan kesehatan melalui media tersebut, siswa sudah memahami dampak negatif merokok bagi kesehatan mereka.

Berdasarkan Tabel 1. Mayoritas siswa mengetahui dampak dari bahaya merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Julaecha & Wuryandari (2021) yang menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan baik tentang bahaya merokok, yaitu sebanyak 28 orang (57,1%). Banyaknya dan mudahnya akses informasi tentang bahaya merokok, seperti iklan, media cetak, dan elektronik, berkontribusi pada pengetahuan ini. Selain itu, larangan dari orang tua dengan berbagai alasan juga mempengaruhi pengetahuan responden tentang bahaya merokok.

Selanjutnya berdasarkan tabel 2. Didapatkan bahwa setelah diberikan penyuluhan Kesehatan 39 siswa sudah memahami dampak dari bahaya merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati et al. (2019) yang menemukan bahwa pendidikan kesehatan mempengaruhi tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya merokok di SMA YWKA Palembang. Sebelum pendidikan kesehatan, nilai median pengetahuan siswa adalah 70,21 dengan median 73,00 dan standar deviasi 6,596. Setelah pendidikan kesehatan, nilai median pengetahuan siswa meningkat menjadi 93,00 dengan standar deviasi 5,507. Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), yang mengindikasikan adanya pengaruh signifikan antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan di SMA YWKA Palembang.

Pendidikan kesehatan adalah kegiatan penting yang bertujuan untuk mengubah kondisi sehingga individu dapat mengadopsi gaya hidup sehat. Pendidikan kesehatan berupaya untuk menumbuhkan kesadaran di kalangan masyarakat, memberdayakan mereka untuk mengambil tindakan yang meningkatkan kualitas hidup. Melalui pendidikan kesehatan, masyarakat memperoleh pengetahuan tentang langkah-langkah kesehatan preventif dan pilihan gaya hidup yang mendukung kesejahteraan secara keseluruhan (Hidayati et al., 2019).

Pengetahuan seseorang memiliki dampak besar terhadap perilakunya, terutama dalam konteks kesehatan. Kurangnya pemahaman tentang bahaya merokok dapat berakibat serius, misalnya ketika seseorang yang tidak merokok namun secara tidak sadar terpapar asap rokok karena sering berada di dekat perokok. Kurangnya pengetahuan ini dapat meningkatkan risiko kesehatan yang serius, bahkan mengancam nyawa (Seko et al., 2020). Menurut Notoatmodjo, pengetahuan adalah sekumpulan fakta dan teori yang membantu dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Pengetahuan ini bisa didapatkan dari pengalaman langsung maupun pengalaman orang lain. Mengetahui berarti mengingat materi yang telah dipelajari, termasuk

mengingat kembali apa yang telah dipelajari atau rangsangan yang diterima. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah informasi yang diperoleh dari berbagai sumber. Semakin banyak informasi yang diterima, semakin banyak pengetahuan yang didapatkan, sehingga seseorang akan mampu menunjukkan tindakan nyata, seperti tidak merokok (Notoatmodjo, 2012).



Gambar 1. Absensi, pembagian snack & leaflet



Gambar 2. Pemaparan materi



Gambar 3. Pembagian reward

## Simpulan

Kegiatan penyuluhan mengenai bahaya merokok di SMP Muhammadiyah 4 Surakarta telah memberikan dampak positif yang signifikan. Sebelum penyuluhan ini dilaksanakan, banyak siswa dan siswi tidak memiliki pengetahuan yang memadai mengenai bahaya merokok. Namun, setelah mengikuti kegiatan tersebut, mereka kini memahami dengan baik dampak negatif merokok pada anak usia sekolah.

Hasil dari kegiatan penyuluhan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa dan siswi tentang bahaya merokok. Hal ini menegaskan pentingnya terus menyediakan pendidikan dan informasi yang relevan mengenai kesehatan, terutama bahaya merokok, kepada anak usia sekolah. Sebagai saran untuk ke depan, disarankan agar kegiatan serupa terus ditingkatkan dan lebih sering dilaksanakan, serta melibatkan berbagai pihak seperti sekolah, orang tua, dan komunitas untuk menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat tanpa rokok di kalangan generasi muda.

## Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas dukungan mereka terhadap kegiatan ini, serta kepada Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 4 Surakarta yang telah memberikan izin untuk menyelenggarakan penyuluhan kepada siswa-siswinya. Dukungan dari kedua pihak ini sangat berarti dalam kesuksesan pelaksanaan kegiatan ini.

## Daftar Pustaka

- Al-Zalabani, A., & Kasim, K. 2015. Prevalence and predictors of adolescents' cigarette smoking in Madinah, Saudi Arabia: A school-based cross-sectional study. *BMC Public Health.* 15(1): 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1363-8>
- American Academy of Pediatrics. 2015. Clinical practice policy to protect children from tobacco, nicotine, and tobacco smoke. *Pediatrics.* 136(5): 1008–1017. <https://doi.org/10.1542/peds.2015-3108>
- Hidayati, I. R., Pujiyana, D., & Fadillah, M. 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentangbahaya Merokok Kelas Xi Sma Yayasan Wanita Kereta Apipalembang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan.* 12(2): 125–135. <http://journals.ums.ac.id/index.php/JK/article/download/9769/5093>
- Julaechha, J., & Wuryandari, A. G. 2021. Pengetahuan dan Sikap tentang Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi.* 10(2): 313. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.337>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (KemenPPPA). 2023. *KemenPPPA Dorong Upaya Perlindungan Anak dari Bahaya Rokok.* [https://ppid.kemenpppa.go.id/dashboard/informasi\\_serta\\_merta\\_detail/687](https://ppid.kemenpppa.go.id/dashboard/informasi_serta_merta_detail/687) diakses tanggal 10 Mei 2024
- Moor, I., Rathmann, K., Lenzi, M., Pförtner, T. K., Nagelhout, G. E., De Looze, M., Bendtsen, P., Willemsen, M., Kannas, L., Kunst, A. E., & Richter, M. 2015. Socioeconomic inequalities in adolescent smoking across 35 countries: A multilevel analysis of the role of family, school and peers. *European Journal of Public Health.* 25(3): 457–463. <https://doi.org/10.1093/eurpub/cku244>
- Notoatmodjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Pearson, L., Ali, M. U., Kenny, M., Raina, P., & Sherifali, D. 2016. Interventions for prevention and treatment of tobacco smoking in school-aged children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine.* 85: 20–31. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2015.12.004>
- Permatasari, R. D., & Tan, W. 2021. Tindakan Hukum Terhadap Pedagang dan Pengusaha Yang Menjual Rokok Kepada Anak di Kota Batam, Indonesia. *Conference on Management, Business, Innovation, Education and Social Science.* 1(1): 376–385.
- Seko, M. K., Engkeng, S., & Tucunan, A. A. T. 2020. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Peserta Didik Tentang Bahaya Merokok Di Sma Negeri 1 Manado. *Jurnal KESMAS.* 9(1): 158–168. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/28698/28031>

Sulastrri, S., & Rindu, R. 2019. Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Promosi kesehatan Tentang Dampak Rokok. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 8(02): 61–72.  
<https://doi.org/10.33221/jikm.v8i02.261>

Thomas, R. E., Baker, P. R., Thomas, B. C., & Lorenzetti, D. L. 2015. Family-based programmes for preventing smoking by children and adolescents. *Primary Health Care Research and Development*. 2.  
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD004493.pub3>.

## PASHMINA (Pelayanan Remaja Sehat Milik Nasyiatul Aisyiyah) sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja

*PASHMINA (Nasyiatul Aisyiyah's Healthy Teen Service) as an Effort to Improve Adolescent Reproductive Health*

Wijayanti<sup>1\*</sup>, Nurul Kholisatul Ulya<sup>2</sup>, Wiwik Puspita Dewi<sup>3</sup>, Mutiara Efifatun Arjianti<sup>4</sup>, Mafela Devianggi Saidah<sup>5</sup>, Laili Rahmawati<sup>6</sup>, Kuni Khamima Rosyida<sup>7</sup>, Rahma Laila Nur Fadhilah<sup>8</sup>, Intan Mulyawijaya<sup>9</sup>.

<sup>1,4,5,6,7,8,9</sup>Program Studi S1 Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>Program Studi S1 Informatika/Fakultas Sains Teknologi, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>Program Studi S1 Kebidanan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email : wijayanti@itspku.ac.id

### Abstrak

Nasyiatul "Aisyiyah (NA) merupakan wadah pemberian informasi kesehatan remaja. NA merasa perlu mengambil tanggungjawab untuk membantu remaja yang membutuhkan konsultasi, informasi, dan pelatihan tentang diri mereka sendiri. Mereka berpikir bahwa mereka harus membuat informasi dan layanan kesehatan mudah diakses oleh remaja. Model Pengabdian ini dilakukan dengan metode observasi kuantitatif dengan 26 populasi. Rata-rata remaja memiliki pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi. hasil pengukuran Tekanan Darah rata-rata remaja memiliki tekanan darah normal. hasil Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan, rata-rata remaja memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) normal. kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga mampu meningkatkan pemahaman, masalah, dan kebutuhan remaja tentang kesehatan. Pelibatan kader dalam pengkajian pada delapan remaja SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali telah memberikan pengetahuan tambahan, pemahaman, dan keterampilan para kader dalam pengkajian, terutama dalam hal teknik komunikasi mereka, yang mendorong remaja untuk menjadi terbuka dan menghadapi masalah yang mereka hadapi.

**Kata Kunci:** remaja, kesehatan reproduksi, Nasyatui Aisyiyah

### Abstract

Nasyiatul "Aisyiyah (NA) is a forum for providing information on adolescent health. NA feels the need to take responsibility for helping adolescents who need consultation, information, and training about themselves. They think that they should make health information and services easily accessible to adolescents. This community service model was carried out using quantitative observation methods with 26 populations. The average adolescent has basic knowledge about reproductive health. the results of measuring Blood Pressure, the average adolescent has normal blood pressure. the results of measuring body weight and height, the average adolescent has a normal Body Mass Index (BMI). this community service activity is also able to improve adolescents' understanding, problems, and needs about health. The involvement of cadres in the assessment of eight adolescents of SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali has provided additional knowledge, understanding, and skills of the cadres in assessment, especially in terms of their communication techniques, which encourage adolescents to be open and face the problems they face.

**Keyword :** teenagers, reproductive health, Nasyatui Aisyiyah

### Pendahuluan

Masa remaja adalah masa transisi perkembangan fisik, mental, dan reproduktif yang dapat memengaruhi kesehatan remaja. Perkembangan teknologi informasi memengaruhi status kesehatan remaja. Kemudahan akses teknologi dan data dapat berbahaya bagi remaja apabila mereka kekurangan pengetahuan yang cukup. Pengembangan teknologi dan informasi dapat memengaruhi perilaku remaja, seperti merokok, penggunaan obat-obatan terlarang, dan bahkan perilaku seksual berisiko. Masalah pertumbuhan remaja memiliki tantangan

zaman yang harus mereka hadapi, yang membutuhkan perhatian dan penyelesaian yang tidak dapat dianggap sederhana. Ketika teknologi informasi dan kemudahan akses meningkat, mereka tidak sebanding dengan kesiapan remaja dan pihak berwenang untuk memanfaatkannya secara merata. Selain itu, pergeseran budaya dan akulterasi yang semakin cepat terjadi, hal ini menyebabkan nilai-nilai luhur yang seharusnya mewakili karakter dan kepribadian remaja. Remaja menghadapi banyak kasus karena mereka tidak tahu tentang tugas perkembangan yang harus dilakukan, yang berdampak pada masalah kesehatan reproduksi.

Berdasarkan Sensus Penduduk (SP) 2020, jumlah penduduk Jawa Tengah sebanyak 36516.035 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2021). Selanjutnya jumlah penduduk remaja usia 10 sampai 24 tahun yang belum menikah sebanyak 8309163 jiwa (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2020). Artinya 22,8% penduduk Jawa Tengah adalah remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami banyak perubahan tidak hanya secara fisik, tetapi juga emosi, mental, dan psikososial.

Dalam rangka gerakan Ramah Perempuan dan Anak, Nasyiatul "Aisyiyah merasa perlu mengambil tanggung jawab untuk membantu remaja yang membutuhkan konsultasi, informasi, dan pelatihan tentang diri mereka sendiri. Mereka berpikir bahwa mereka harus membuat informasi dan layanan kesehatan mudah diakses oleh remaja. Salah satu program Nasyiatul "Aisyiyah" adalah PASHMINA (Pelayanan Remaja Sehat milik NA), yang bertujuan untuk berhubungan dengan remaja melalui pelayanan keagamaan, kesehatan, konsultasi psikologi, dan program pendidikan.

Untuk remaja, PASHMINA diperlukan karena hal-hal berikut: 1. Remaja adalah orang-orang yang sedang melalui masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Remaja saat ini mengalami perkembangan fisik, psikologis, dan sosial. Perkembangan fisik meliputi perubahan pada payudara perempuan, perubahan suara pria, dan pertumbuhan jakun, antara lain. 2. Secara psikologis, remaja sering mengalami rasa kecewa dan tidak stabil secara emosi, sedangkan remaja secara sosial mudah terpengaruh oleh teman yang memiliki sifat dan kualitas psikologis yang sama dengan dirinya, seperti hobi, minat, sikap, nilai, dan kepribadian. (Pimpinan Pusat Nasyiatul Aisyiyah, tahun 2015). Nasyiatul "Aisyiyah merasa perlu mengambil tanggung jawab untuk membantu remaja yang membutuhkan konsultasi, informasi, dan pelatihan tentang diri mereka sendiri. Mereka berpikir bahwa mereka harus membuat informasi dan layanan kesehatan mudah diakses oleh remaja. Fokus kegiatan PASHMINA adalah sebagai berikut: a) Edukatif-preventif, yang ditunjukkan dalam seluruh aspek kegiatan, dengan PASHMINA sebagai tempat remaja berkumpul dan menjadi tempat belajar. Setiap pos berisi edukasi gizi untuk remaja dan pencegahan perilaku, situasi, dan lingkungan yang tidak sehat. b) Dalam layanan pos PASHMINA, komunikasi bersifat konsultatif dan dua arah; setiap petugas pos bertanggung jawab untuk membuka diri kepada remaja, menerima mereka, dan berbagi cerita dan keluh kesah mereka. Selain itu, sebagai wadah remaja, PASHMINA menjadi tempat untuk berbagi antar peserta. c) Tenaga kesehatan dan penggerak remaja melakukan pelayanan dalam PASHMINA secara partisipasi. Kegiatan dilakukan dengan mempertimbangkan partisipasi remaja dan masyarakat dan disesuaikan dengan situasi dan potensi remaja di daerah tersebut. PASHMINA menjadi wadah yang nyaman bagi remaja yang dinamis, aktif, dan mudah bosan, yang memungkinkan mereka untuk mengaktualisasikan diri dan mengekspresikan diri. Menurut (Pimpinan Pusat Nasyiatul Aisyiyah Jawa Timur, 2024)

Pelayanan PASHMINA masih menghadapi banyak tantangan, seperti kekurangan peralatan. mencukupi secara kualitas dan jumlah, tetapi masih kekurangan kader PASHMINA untuk melakukan studi tentang kesehatan reproduksi remaja, khususnya kemampuan untuk mengeksplorasi masalah yang sensitif. Tim pengabdian masyarakat berkontribusi pada penyediaan solusi untuk dalam pelaksanaan layanan PASHMINA termasuk dengan menyediakan alat dan melatih kader PASHMINA untuk menjadi mahir dalam melakukan pemeriksaan dan penelitian dasar sesuai dengan program PASHMINA. Aktivitas yang dilakukan oleh tim pengabdian, termasuk memberikan pelatihan dan hibah alat kesehatan kepada para kader untuk menyelidiki atau melakukan penelitian tentang masalah kesehatan remaja reproduksi genetik.

## Metode Pelaksanaan

Dalam kegiatan ini, model Pemberdayaan Masyarakat Partisipatif atau Apraisal Desa Partisipatif (PRA) digunakan. Model PRA dipilih karena mitra adalah orang yang mengalami atau menghadapi masalah, sehingga keterlibatan mitra penting. Sangat penting dalam menentukan solusi dan pemecahan masalah. Metode ini

dibagi menjadi tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan penyusunan laporan upaya untuk mengatasi masalah mitra. Langkah-langkah ini dilakukan sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

- a. Tim pengabdian bersama mitra merumuskan tindakan atau intervensi prioritas untuk membantu mengatasi permasalahan mitra dalam hal ini para kader PASHMINA
- b. Tim pengabdian masyarakat menyiapkan format pengkajian pada remaja
- c. Tim pengabdian masyarakat bersama mitra menentukan waktu dan tempat pelaksanaan
- d. Mitra pengabdian masyarakat mengirimkan undangan untuk target sasaran (kader PASHMINA)
- e. Mitra pengabdian menyiapkan tempat, setting, dan media

### 2. Tahap Pelaksanaan

- a. Penyediaan peralatan untuk melakukan pengkajian dan pemeriksaan fisik sederhana yang dilakukan dengan cara pemberian dana untuk pembelian alat-alat pemeriksaan
- b. Pelibatan kader PASHMINA pada proses pengkajian permasalahan kesehatan reproduksi remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali yang dilaksanakan pada bulan November 2023
- c. Demonstrasi pengkajian pada remaja dilakukan pada memberikan materi terkait cara-cara atau teknik pengkajian pada remaja melalui teknik komunikasi yang diikuti oleh kader PASHMINA

### Hasil Dan Pembahasan

#### Hasil

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 4 Sambi Boyolali pada tanggal 5 November 2023 sasaran kegiatan ini adalah remaja yang bersekolah di SMP Muhammadiyah 4 Sambi. Sebelum dimulai kegiatan diawali dengan doa bersama. Selanjutnya kegiatan pengecekan kesehatan dilakukan secara terpisah dan dicatat di masing-masing pos meja yang dicatat oleh tim pengabdian. Dimulai dari (meja 1) Pendaftaran peserta PASMINA. Selanjutnya ke (meja 2) Pengukuran tekanan darah menunjukkan rata-rata normal dan Pengukuran Tinggi badan dan Berat Badan menunjukkan Indeks Massa Tubuh (IMT) rata-rata adalah norma. Selanjutnya ke ruang kelas yang dilakukan pretest sebelum adanya arahan edukasi tentang kesehatan reproduksi, Selanjutnya ke (meja 3) pemeriksaan psikologis yang dilakukan oleh panitia PASMINA, selanjutnya (meja 4) dilakukan pemeriksaan pola asuh anak yang dilakukan oleh panitia PASMINA, dan (meja 5) dilakukan edukasi tentang kesehatan reproduksi oleh tim pengabdian. Selanjutnya pindah ke ruang kelas sebelah untuk dilakukannya Pelayanan Kesehatan: Pengarahan masalah kesehatan reproduksi menunjukkan hasil bahwa rata-rata tidak ada masalah mengenai kesehatan. Berdasarkan data yang didapat hasil pengabdian menunjukkan rata-rata kesehatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali adalah baik.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Percentase (%)
<b>Jenis Kelamin Laki-laki</b>		
Perempuan	0	0,0
<b>Jumlah</b>	<b>26</b>	<b>100</b>
<b>Usia</b>		
14 tahun	15	57,69
15 tahun	11	42,31
<b>Jumlah</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Tabel 2. Hasil Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT)

Klasifikasi	Frekuensi	Percentase (%)
Kurus (<18,5 kg)	10	38,46
Normal (18,5kg-24,9kg)	12	46,15
Gemuk (>25,0kg)	4	15,39
<b>Jumlah</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan klasifikasi Kurus sebanyak 10 orang dengan persentase 38,46% , klasifikasi Normal sebanyak 12 orang dengan persentase 46,15% , klasifikasi Gemuk sebanyak 4 orang dengan persentase 15,39%. Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata Indeks Massa Tubuh (IMT) remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali adalah Normal.

**Tabel 3. Hasil Pengukuran Tekanan Darah**

Tekanan Darah	Frekuensi	Percentase (%)
Rendah (90/60 mmHg)	9	34,62
Normal (90/60 – 120/80 mmHg)	17	65,38
Tinggi (>120/80 mmHg)	0	0
<b>Jumlah</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 didapatkan data remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali berdasarkan hasil Pengukuran Tekanan Darah dengan Tekanan Darah Rendah sebanyak 9 orang dengan persentase 34,62% , Tekanan Darah Normal sebanyak 17 orang dengan persentase 65,38% , dan Tekanan Darah Tinggi tidak ada . Berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa rata-rata Tekanan Darah remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali adalah Normal.

**Tabel 4. Hasil nilai pre test**

Nilai	Frekuensi	Percentase (%)
<b>Pre test</b>		
Rendah ( nilai < 5)	5	19,23
Tinggi ( nilai > 5)	20	76,93
<b>Jumlah</b>	<b>26</b>	<b>100</b>
<b>Post test</b>		
Rendah ( nilai < 5)	2	7,69
Tinggi ( nilai > 5)	24	92,31
<b>Jumlah</b>	<b>26</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 didapatkan data remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali berdasarkan hasil pre test dengan nilai rendah sebanyak 5 orang dengan persentase 19,23%, dengan nilai rata-rata sebanyak 1 orang dengan persentase 3,84%, dengan nilai tinggi sebanyak 20 orang dengan persentase 76,93%. sedangkan hasil post test dengan nilai rendah sebanyak 2 orang dengan persentase 7,69%. dengan nilai ratarata sebanyak 0 orang dengan persentase 0%.

Dengan nilai tinggi sebanyak 24 orang dengan persentase 92,31%. berdasarkan hasil data tersebut dapat disimpulkan sebelumnya para remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali hampir seluruh peserta yang hadir memiliki pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi, hanya sebagian kecil saja yang belum memiliki pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi. Setelah dilakukannya edukasi secara mendalam para peserta lebih mengetahui tentang kesehatan reproduksi dengan baik.

## Pembahasan

Berdasarkan Sensus Penduduk (SP) 2020, jumlah penduduk Jawa Tengah sebanyak 36516.035 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2021). Selanjutnya jumlah penduduk remaja usia 10 sampai 24 tahun yang belum menikah sebanyak 8309163 jiwa (Badan Pusat Statistik Republik Indonesia – Provinsi Jawa Tengah, 2020). Artinya 22,8% penduduk Jawa Tengah adalah remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami banyak perubahan tidak hanya secara fisik, tetapi juga emosi, mental, dan psikososial.

Kegiatan pengabdian masyarakat penyuluhan kesehatan reproduksi pada anak sekolah. Diawali dengan survei tempat pengabdian kepada masyarakat dan lembar observasi (pre dan post test) yang akan dipakai saat pengabdian dilaksanakan. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan yang ada di lingkungan sekolah. Kurang kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya kesehatan reproduksi pada remaja untuk mencegah terjadinya masalah yang sering dihadapi oleh anak sekolah. Pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan dalam rangka penyuluhan kesehatan terutama kesehatan reproduksi pada remaja, dengan memberikan penyuluhan ini diharapkan dapat menambahkan kesadaran dan pengetahuan kepada remaja terhadap kesehatan reproduksi. Kegiatan ini dimulai dengan pre test, lalu dilakukan penjelasan tentang materi kesehatan reproduksi, kebersihan organ intim wanita, dilanjut dengan gizi seimbang dan kesehatan mental. Pada saat proses diskusi, terjadi diskusi yang aktif dan interaktif dari peserta. Setelah dilakukan penyampaian materi peserta diminta mengisi post test.

Penyuluhan kesehatan reproduksi remaja di lembaga PASHMINA merupakan bagian dari upaya promosi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku yang mendukung kesehatan reproduksi remaja. Upaya ini meliputi penyampaian informasi yang akurat dan relevan tentang anatomi reproduksi, kesehatan seksual, dan pencegahan penyakit menular seksual serta kehamilan tidak direncanakan. Hal ini sejalan dengan pandangan Santoso et al. (2024) yang menggambarkan promosi kesehatan sebagai strategi untuk mendorong individu agar mengadopsi perilaku sehat dan mencegah penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat memiliki tujuan untuk meningkatkan aspek kognitif kader kesehatan mengenai teknik pengajian melalui peningkatan kemampuan komunikasi remaja. Hasilnya menunjukkan bahwa komponen pengetahuan adalah yang mempengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan muncul sebagai hasil dari pengindraan terhadap sesuatu. Pengindraan dilakukan melalui pancaindra manusia, yang terdiri dari penciuman, rasa, pendengaran, penglihatan, dan raba. Telinga dan mata adalah sumber utama pengetahuan manusia. Tindakan seseorang (*overt behavior*) dipengaruhi sebagian besar oleh pengetahuan atau kognitif mereka (Notoatmodjo, 2012).

Remaja adalah kelompok sosial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kemiskinan, narkoba, kecacatan, diskriminasi ras dan gender, AIDS, paparan kekerasan fisik, seksual atau psikologis dari teman sebaya atau orang dewasa dalam keluarga, di sekolah atau di dalam keluarga. (Ippoliti dan L'Engle, 2017). Banyak penelitian yang mengungkapkan pentingnya kesehatan reproduksi remaja dan perlunya merancang dan melaksanakan program kesehatan reproduksi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku mengenai kesehatan reproduksi. WHO menekankan pentingnya mengembangkan ide dan praktik untuk memastikan dan mempromosikan kesehatan reproduksi remaja untuk mengurangi dampak kelemahan. Kekuatannya ini tidak hanya berdampak pada tingkat individu tetapi juga tingkat sosial, ekonomi, dan budaya (Pourkazemi et al., 2020; WHO, 2017).

Kesehatan reproduksi remaja menjadi aspek penting dari kesehatan global karena remaja berada dalam fase perkembangan yang rentan terhadap masalah-masalah kesehatan reproduksi. Penyuluhan kesehatan reproduksi di lembaga PASHMINA bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya merawat dan melindungi kesehatan reproduksi mereka, sesuai dengan penelitian oleh Pratiwi et al. (2010) yang menyoroti pentingnya perilaku seksual yang sehat dan pencegahan IMS di kalangan remaja.

Hasil pengabdian pada pemantauan kesehatan remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi Boyolali dengan melakukan pengukuran Tinggi Badan, Berat Badan, dan Tekanan Darah adalah baik. Pertama, dari data hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh yang didapatkan dari hasil Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan, rata-rata remaja memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) normal. Remaja dalam kategori kurus atau kurang energi kronis disebabkan karena kurang asupan zat gizi, baik karena alasan ekonomi maupun alasan psikososial

seperti misalnya penampilan. Juga didapatkan hasil remaja dalam kategori gemuk dikarenakan remaja membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi karena peningkatan pertumbuhan fisik.

Kedua, data hasil pengukuran tekanan darah rata-rata remaja memiliki tekanan darah normal. Terdapat juga beberapa remaja mengalami tekanan darah rendah. Tekanan darah rendah dapat disebabkan karena anemia, kekurangan cairan atau dehidrasi, dan lain-lain. Ketika dehidrasi, darah yang bergantung pada air tidak bisa memasok peredaran darah ke seluruh tubuh. Kondisi ini bisa menurunkan volume darah pada arteri dan vena, sehingga menyebabkan tekanan darah menjadi rendah (Anggraini & Fayasari, 2020).

Ketiga, data hasil test yang dibagikan rata-rata remaja memiliki pengetahuan dasar tentang kesehatan reproduksi. Terdapat juga remaja yang kurang mengetahui tentang kesehatan reproduksi. Hal ini bisa jadi sebabkan pola asuh orang tua yang kurang dalam menjelaskan hal yang terkait dengan kesehatan reproduksi dan lebih sering menganggap pembahasan tersebut merupakan hal yang tabu untuk didiskusikan. Selain itu, juga dapat di sebabkan kurangnya perhatian para remaja tentang kesehatan reproduksi. Dan dapat mengakibatkan banyaknya kasus penyakit reproduksi. Hasil post test menunjukkan terjadi peningkatan ini diharapkan dapat mengurangi angka kejadian masalah-masalah kesehatan reproduksi remaja seperti kehamilan tidak direncanakan dan penularan IMS, sejalan dengan temuan oleh Wulandari et al. (2023) tentang efektivitas program edukasi kesehatan reproduksi remaja terhadap pengetahuan dan sikap remaja. Menurut penelitian Andayani dan Juliandi Harahap pada tahun 2017, sikap masyarakat dibentuk oleh emosi, pikiran, pengetahuan, keyakinan, dan pengalaman, dimana pengetahuan yang baik dikaitkan dengan sikap yang lebih baik

Hasil proses persepsi dan sensorik yang dilakukan seseorang terhadap suatu objek tertentu menuntunnya untuk mempersepsi dan menghasilkan pengetahuan. Motivasi peserta dalam memperdalam, mengelola dan mengorganisasikan ilmunya dicapai melalui proses pembelajaran yang dilakukan secara bersama-sama, dan ilmu yang tercipta bersifat mendalam dan bertahan lama serta sulit untuk dilupakan (Notoatmodjo, 2012, sehingga diharapkan terjadi perubahan pengetahuan. Hal ini memberikan dampak positif dan dapat mengubah sikap menuju komitmen yang lebih baik dan kuat terhadap kesehatan reproduksi.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merumuskan definisi promosi kesehatan adalah meningkatkan kemampuan masyarakat untuk mengendalikan faktor kesehatan dengan belajar dari masyarakat, melalui masyarakat, untuk masyarakat, dengan masyarakat, sehingga mereka dapat membantu diri mereka sendiri dan mengembangkan kegiatan mereka (Kemenkes, 2005). Pemeriksaan kesehatan secara berkala merupakan salah satu upaya preventif dalam berperilaku kesehatan. Perilaku kesehatan preventif merupakan aspek perilaku kesehatan yang mempunyai efek preventif atau mencegah berkembangnya masalah kesehatan. Dimensi ini mencakup orang-orang yang melakukan kegiatan yang bertujuan untuk mencegah atau menghindari masalah dan kondisi kesehatan (Widayati, 2019).

Pendidikan mitra meningkat, itu menunjukkan bahwa mitra dapat menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pembicara. Tannahill percaya bahwa pendidikan kesehatan, atau promosi kesehatan, adalah kumpulan pengalaman pembelajaran yang dirancang untuk menstimulasi, memotivasi, dan memperkuat perilaku sukarela yang meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik di antara individu, kelompok, komunitas. Hal ini memungkinkan individu, keluarga, dan kelompok untuk mengambil keputusan tentang kebiasaan kesehatan mereka (Pakpahan, 2021).



Gambar 1: peserta dan tim pengabdian



Gambar 2: pemeriksaan kesehatan remaja



Gambar 3: Penyuluhan

## Simpulan

Ketersediaan alat dalam jumlah dan Kualitas dapat membantu kader PASHMINA menjalankan program kerja. Selain menambah alat untuk melakukan screening kesehatan pada remaja, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga mampu meningkatkan pemahaman, masalah, dan kebutuhan remaja tentang kesehatan. Pelibatan kader dalam pengkajian pada delapan remaja SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali telah memberikan pengetahuan tambahan, pemahaman, dan keterampilan para kader dalam pengkajian, terutama dalam hal teknik komunikasi mereka, yang mendorong remaja untuk menjadi terbuka dan menghadapi masalah yang mereka hadapi. Hasil pengabdian pada pemantauan kesehatan remaja di SMP Muhammadiyah 4 Sambi Boyolali dengan melakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah adalah baik.

### Ucapan Terima Kasih

1. ITS PKU Muhammadiyah yang telah memberikan surat tugas dalam kegiatan program pengabdian masyarakat pada tanggal 5 November 2023.
2. Pimpinan Daerah Nasyiatul Aisyiyah Boyolali yang telah menjadi mitra dalam program
3. peningkatan kapasitas kader Pashmina melalui pelatihan teknik komunikasi konseling
4. Volunteer Pashmina yang telah berpartisipasi aktif dalam penyusunan dan pelaksanaan program
5. Siswa dan guru SMP Muhammadiyah 4 Sambi, Boyolali yang telah memberikan informasi terkait kesehatan reproduksi di kalangan remaja.

## Daftar Pustaka

- Andayani, L. S., & Juliandi Harahap. 2017. Pengaruh Peer Education terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Universitas Sumatera Utara dalHIV/AIDS. *Semanticscholar*. 161–166.
- Anggareni , M & Fayasari, A. 2020. Asupan Cairan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dehidrasi pada Mahasiswa Universitas Nasional Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2(2): 6775.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2020.. <https://jateng.bps.go.id>
- Dinkes DIY. 2018. *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2018*. Yogyakarta, Indonesia. [www.dinkes.jogjaprov.go.id](http://www.dinkes.jogjaprov.go.id).
- Hartati, Y. dkk. 2022. Edukasi dan Demonstrasi dalam Upaya Pencegahan Penularan Covid-19 di Era New Normal. *Jurnal Pustaka Mitra*. 2(2): 95-98E ISSN : 2808-2885.
- Ippoliti, N. B., & L'Engle, K. 2017. Meet us on the phone: Mobile phone programs for adolescent sexual and reproductive health in low-to-middle income countries. *Reproductive Health*. <https://doi.org/10.1186/s12978-016-0276-z>

- Keputusan Menteri Kesehatan No. 1114/Menkes/SK/VIII/2005. tentang Pedoman Pelaksanaan Promosi Kesehatan di Daerah
- Notoatmodjo, S. 2012. *Ilmu Kesehatan Masyarakat: Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, T., Ramdany, R., Manurung, E.I., Sianturi, E., Tompunu, M.R.G., Sitanggang, Y.F. and Maisyarah, M., 2021. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis..
- Pimpinan Nasyiatul Aisyiyah Jawa Timur. 2024. *Pashmina*. <https://www.nasyiahjatim.or.id/p/pashmina.html>
- Pourkazemi A, Ghanbari A, Khojamli M, Balo H, Hemmati H, Jafaryparvar Z, et al. 2020. Diabetic foot care: Knowledge and practice. *BMC Endocr Disord*.20(1):1–8
- Pratiwi, Niniek L., and Hari Basuki. 2010. Analisis Hubungan Perilaku Seks Pertamakali Tidak Aman Pada Remaja Usia 15–24 Tahun Dan Kesehatan Reproduksi. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*. 13(4). doi:10.22435/bpsk.v13i4 Okt.2764.
- Santoso, E.B & Desi, N.M. 2024. *Buku Ajar Promosi Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan*. Jawa Timur: CV Basya Media Utama.
- Widayati, A. 2019. *Perilaku Kesehatan (Health Behavior): Aplikasi Teori Perilaku Untuk Promosi Kesehatan*. Yogjakarta: Sanata Dharma University Press.
- World Health Organization. 2017. *Global Accelerated Action for the Health of Adolescents (AA-HA!) Guidance to Support Country Implementation*. WHO.
- Wulandari, A. 2018. Hubungan Personal Hygiene dan Sanitasi Lingkungan dengan Kejadian Skabies Pada Santri di Pesantren Ulumul Qur'an Kecamatan Bebesen Kabupaten Aceh Tengah. *Global Health Science*. 3(4): 322–328. <https://jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/download/299/141>

## Skrining Kecemasan dan Depresi serta Penerapan Hipnosis Lima Jari pada Lansia di Panti Jompo Aisyiyah Surakarta

*Anxiety and Depression Screening and Application of Five Finger Hypnosis in the Elderly at the Panti Jompo Aisyiyah Surakarta*

Siti Sarifah<sup>1\*</sup>, Pradita Ayu Fernanda<sup>2</sup>, Anik Enikmawai<sup>3</sup>, Wijayanti<sup>4</sup>, Sri Handayani<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>S1 Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email: sitisarifah@itspku.ac.id

### *Abstrak*

Penuaan sangat berpengaruh terhadap perubahan perilaku seseorang yang membuat kemampuannya semakin menurun. Penurunan kemampuan pada lansia tidak hanya terjadi secara fisik, tetapi juga secara psikologis. Dalam penurunan secara fisik tidak jarang lansia mengalami masalah lain dalam kesehariannya, seperti terjatuh, tersedak, insomnia, dan lain-lain. Sementara itu, secara psikologis terdapat pula perubahan perilaku karena fungsi kognitif yang menurun, depresi, gangguan kecemasan, mudah tersinggung, dan lain-lain yang juga dapat memperburuk penurunan secara fisik. Kecemasan dan depresi merupakan masalah kesehatan jiwa penyumbang dari meningkatnya jumlah disabilitas dan mortalitas pada usia lanjut. Upaya menurunkan kecemasan dan depresi diantaranya Teknik relaksasi, distraksi, kegiatan spiritual dan hipnoterapi atau hipnosis. Hipnosis lima jari merupakan salah satu teknik dari hipnoterapi. Tujuan pengabdian ini adalah mendiskripsikan kecemasan dan depresi pada lansia dan mengajarkan hypnosis lima jari. Populasi dalam pengabdian ini adalah penghuni panti lansia Aisyiyah Surakarta yang masih mampu secara fisik dan kognitif sejumlah 17 orang. Pelaksanaan skrining kecemasan dan depresi dengan alat ukur GAS (Geriatric Anxiety Scale) dan GDS (Geriatric Depression Scale) didapatkan hasil lansia yang mengalami depresi ringan 9 orang (52,9%) dan lansia yang mengalami kecemasan ringan sejumlah 8 orang (47,1%).

**Kata Kunci:** Kecemasan, Depresi, Hipnosis Lima Jari, Lansia

### *Abstract*

Aging greatly influences changes in a person's behavior which makes their abilities decrease. Decreased abilities in the elderly not only occur physically, but also psychologically. In physical decline, it is not uncommon for elderly people to experience other problems in their daily lives, such as falls, choking, insomnia, and so on. Meanwhile, psychologically there are also behavioral changes due to decreased cognitive function, depression, anxiety disorders, irritability, etc. which can also worsen physical decline. Anxiety and depression are mental health problems that contribute to the increasing number of disabilities and mortality in old age. Efforts to reduce anxiety and depression include relaxation techniques, distraction, spiritual activities and hypnotherapy or hypnosis. Five finger hypnosis is a technique of hypnotherapy. The aim of this service is to describe anxiety and depression in the elderly and teach five finger hypnosis. The population in this service are 17 elderly residents Panti Jompo Aisyiyah Surakarta who are still physically and cognitively capable. Carrying out screening for anxiety and depression using the GAS (Geriatric Anxiety Scale) and GDS (Geriatric Depression Scale) measurement tools, the results showed that 9 elderly people experienced mild depression (52.9%) and 8 elderly people experienced mild anxiety (47.1%).

**Keywords:** Anxiety, Depression, Five Finger Hypnosis, Elderly

## Pendahuluan

Lanjut Usia merupakan seseorang yang usianya telah mencapai 60 tahun keatas. Lansia adalah sekelompok orang yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan *World Health Organization* (WHO, 2022). Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan, yaitu tahap anak, tahap dewasa, dan tahap tua. Tiga tahap ini berbeda secara biologis maupun psikologis. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan melambat, dan figur tubuh yang tidak proporsional (Nugroho, 2017).

Penduduk lansia dari tahun ke tahun semakin meningkat jumlahnya, Badan kesehatan dunia (WHO) mengestimasikan antara tahun 2015 dan 2050 persentase penduduk usia 60 tahun ke atas akan meningkat hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Pada tahun 2020, lansia berumur 60 tahun ke atas akan melebihi jumlah penduduk balita. Pada tahun 2050 jumlah penduduk lansia diperkirakan akan mencapai 2 miliar jiwa, dan sebanyak 80% dari lansia di dunia berada di negara dengan pendapatan rendah dan sedang. Peningkatan jumlah penduduk lansia tersebut lebih cepat pada masa kini dibandingkan pada tahun-tahun sebelumnya. Di Indonesia sendiri jumlah penduduk lansia mengalami peningkatan pada tahun 2020 dengan usia diatas 60 tahun 9,78 % menjadi 10,82 % pada tahun 2021. Provinsi Jawa tengah prosentase penduduk usia diatas 60 tahun pada tahun sejumlah 12,15 % dan mengalami peningkatan menjadi 14,17 % pada tahun 2021.

Peningkatan jumlah penduduk lansia mengidikasikan tidak hanya menjadi tantangan, namun juga merupakan peluang. Secara alamiah, lansia mengalami penurunan fungsi tubuh yang merupakan akumulasi dari kerusakan pada tingkat seluler dan molekuler yang terjadi dalam waktu yang lama atau yang disebut juga dengan penuaan. Penuaan sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang yang membuat kemampuannya semakin menurun. Penurunan kemampuan pada lansia tidak hanya terjadi secara fisik, tetapi juga secara psikologis. Penurunan secara fisik membawa pengaruh pada aktifitas keseharian lansia (*daily living activities*), seperti berjalan, duduk, minum, makan, tidur, dan lain-lain. Dalam penurunan secara fisik tidak jarang lansia mengalami masalah lain dalam kesehariannya, seperti terjatuh, tersedak, insomnia, dan lain-lain. Sementara itu, secara psikologis terdapat pula perubahan perilaku karena fungsi kognitif yang menurun, depresi, gangguan kecemasan, mudah tersinggung, dan lain-lain yang juga dapat memperburuk penurunan secara fisik. Salah satu gangguan umum yang sering dialami oleh lansia adalah *Generalized Anxiety Disorder* (GAD). *Generalized Anxiety Disorder* adalah gangguan kecemasan umum yaitu kondisi emosi yang membuat ketidaknyamanan yang ditandai dengan perasaan takut dan kekhawatiran berlebih. Kecemasan adalah reaksi tubuh yang bersifat negatif terhadap apa yang terjadi, dan menyebabkan ketidaknyamanan bagi orang tersebut (Adellia, 2022). Kecemasan dapat dikatakan sebagai suatu kondisi mental yang tidak nyaman karena kekhawatiran terhadap penyakit yang diderita (Nasuha et al., 2016). Tindakan dalam menangani kecemasan dapat dilakukan dengan cara membuat pasien memahami kecemasan. Terapi ini mempunyai 2 prinsip, yaitu membuat pasien mengenal masalah kecemasan yang dirasakan, mengajarkan pasien menangani kecemasan baik fisik, sosial, emosional dan spiritual (Harkomah et al., 2022). Keliat (2015) menyatakan ansietas dapat diatasi dengan teknik relaksasi, distraksi, kegiatan spiritual dan hipnoterapi.

Salah satu terapi non farmakologis yang dapat menurunkan kecemasan yaitu dengan pemberian terapi hipnosis lima jari (Saswati et al., 2019). Terapi hipnotis lima jari merupakan terapi generalis keperawatan di mana pasien melakukan hipnotis diri sendiri dengan cara pasien memikirkan pengalaman yang menyenangkan, dengan demikian diharapkan tingkat ansietas pasien akan menurun. Relaksasi lima jari juga dapat mempengaruhi pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot dan koordinasi tubuh, memperkuat ingatan, meningkatkan produktivitas suhu tubuh dan mengatur hormon-hormon yang berkaitan stress yang akan berlanjut ke depresi. Hipnosis lima jari akan berpengaruh pada hipotalamus untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Hormone* (CRH) dan (CRH) mengaktifkan *anterior pituitary* untuk mensekresi enkephalin dan endorphin yang berperan sebagai neotransmisi yang mempengaruhi suasana hati menjadi rileks dan senang. Di samping itu, *anterior pituitary* sekresi *Adrenocorticotropic hormone* (ACTH) menurun, kemudian (ACTH) mengontrol *adrenal cortex* untuk mengendalikan sekresi kortisol. Menurunnya kadar (ACTH) dan kortisol menyebabkan stress dan ketegangan menurun yang akhirnya dapat menurunkan tingkat kecemasan, stress dan depresi.

## Metode Pelaksanaan

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Tahap Sosialisasi

Tim pengabdi melakukan perijinan dan koordinasi ke pihak Panti Jompo Aisyiyah Surakarta. Hasil koordinasi dengan pihak panti jompo Aisyiyah Surakarta didapatkan hasil jumlah lansia yang masih mampu secara fisik dan kognitif adalah 17 orang. Selanjutnya melakukan kontra waktu kegiatan menyesuaikan kegiatan penghuni panti yang luang, media yang dipersiapkan dari panti dan teknik pelaksanaan pada saat pelaksanaan pengabdian. Selanjutnya tim pengabdi melakukan koordinasi dengan mengumpulkan materi, media audio yang dibutuhkan, serta penyusunan alat ukur yang akan digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada lansia. Selain itu tim pengabdian juga melibatkan beberapa mahasiswa sebagai wujud dari implementasi mata kuliah keperawatan gerontik tentang terapi aktivitas kelompok lansia maupun pengajian psikogerontik.
2. Tahap Pelaksanaan
  - a. Setting tempat bersama anggota dan petugas panti jompo Aisyiyah Surakarta
  - b. Setelah seluruh peserta sudah duduk di tempat yang disediakan, kemudian ketua tim pengabdian melakukan pembukaan
  - c. Selanjutnya melakukan pengukuran depresi dan kecemasan dengan menggunakan kuisioner GAS dan GDS yang dilaksanakan oleh semua tim pengabdian termasuk mahasiswa
  - d. Selanjutnya dilakukan hypnosis lima jari dengan dipimpin satu orang sebagai pelatihnya, sedangkan lima lain mendampingi di dekat lansia untuk melakukan observasi dan juga pengarahan jika ada yang belum sesuai.
3. Penerapan Teknologi

Penerapan teknologi dalam pengabdian ini adalah hipnosis lima jari, yang dapat dimanfaatkan oleh lanjut usia sebagai salah satu upaya menurunkan kecemasan dan depresi. Iptek yang digunakan adalah sederhana dengan menggunakan alat audio sebagai kombinasi musik dan hipnosis lima jari. Dengan kombinasi pemberian musik saat melakukan hipnosis lima jari akan semakin membuat lanjut usia tahap relaksasi yang pada akhirnya terjadi penurunan kecemasan dan depresinya.
4. Tahap Pendampingan dan Evaluasi

Pada kegiatan ini tim melakukan evaluasi dengan menanyakan perasaan lansia setelah melaksanakan hypnosis lima jari dan manfaat yang didapatkan. Walaupun saat pengukuran depresi dan kecemasan sesaat setelah melakukan hypnosis lima jari tidak ada perubahan hasilnya. Sehingga untuk mendapatkan adanya perubahan perlu adanya pelaksanaan hypnosis lima jari yang berulang. Dan hal tersebut memerlukan keberlanjutan dimulai dari petugas panti perlu dilakukan pelatihan hypnosis lima jari sehingga petugas panti dapat juga mendampingi dan mengingatkan lansia saat pelaksanaan hypnosis lima jari dapat dilakukan tiap hari yang dapat dilaksanakan saat waktu luang atau bisa juga di malam hari menjelang tidur.
5. Tahap Keberlanjutan program

Pengabdian ini dapat dilanjutkan dengan memfollow up beberapa kali untuk mengevaluasi keefektifan penerapan hypnosis lima jari terhadap penurunan angka depresi maupun kecemasan pada lansia di panti jompo Aisyiyah Surakarta.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Hasil pengabdian masyarakat sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kecemasan dan Depresi

Kecemasan	Normal/tidak depresi	Depresi ringan	Depresi sedang	Depresi Berat
Tidak cemas	5	4	-	-
ringan	2	5	1	-
Sedang	-	-	-	-

Berat	-	-	-
Total	7	9	1

Berdasarkan tabel 1 tersebut diatas, bahwa lansia yang tidak mengalami depresi sejumlah 7 orang (41,2%) mengalami depresi ringan 9 orang (52,9%) dan depresi sedang 1 orang (5,9%). Sedangkan berdasarkan hasil pengukuran kecemasan didapatkan hasil tidak mengalami kecemasan sejumlah 9 orang (52,9%), dan mengalami kecemasan ringan sejumlah 8 orang (47,1%).



Gambar 1 pembukaan pengabdian masyarakat



Gambar 2 Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat



Gambar 3 Pelaksanaan dan evaluasi

## Pembahasan

Berdasarkan hasil skrining dari 17 lansia pengukuran kecemasan didapatkan hasil bahwa lansia yang tidak mengalami kecemasan sejumlah 9 orang (52,9%) dan yang mengalami kecemasan ringan sejumlah 8 orang (47,1%). Sedangkan hasil pengukuran depresi didapatkan bahwa lansia yang tidak mengalami depresi sejumlah 7 orang (41,2%) mengalami depresi ringan 9 orang (52,9%) dan depresi sedang 1 orang (5,9%).

Sejalan dengan penelitian Wati et al (2017), didapatkan hasil kecemasan sedang pada lansia sebanyak 15 responden (60%), sisanya tidak ada kecemasan sebanyak (4%) kecemasan ringan dan kecemasan berat sekali (4%) serta Kecemasan berat (28%) dari 25 lansia di Panti Werdha Budi Pertiwi Bandung. Menurut Suminar dan Diniari (2023) menyatakan bahwa gangguan cemas merupakan gangguan psikiatri yang sering dijumpai pada lansia, dan berkorelasi dengan peningkatan beban kesehatan, morbiditas, mortalitas dan kualitas hidup yang buruk.

Berdasarkan hasil penelitian Redjeki dan Tambunan (2019) bahwa dukungan keluarga, dukungan sosial dan kondisi fisik mempunyai pengaruh pada kecemasan pada lansia. Menurut Hawari (2023), menyatakan bahwa penyebab kecemasan pada lansia bisa secara langsung maupun tidak langsung diantaranya masalah lingkungan hidup, masalah keuangan, masalah perkembangan, penyakit fisik atau cidera.

Sejalan dengan penelitian Kristina (2017), didapatkan hasil bahwa dari sejumlah 16 lansia yang di panti werdha sebagian besar lansia mengalami depresi pada tingkat sedang yaitu 10 (62,5 %) dan masing – masing 3 orang (18,75%) mengalami depresi tingkat berat dan depresi tingkat ringan. Sedangkan studi epidemiologis tentang depresi di antara lansia yang di komunitas melaporkan tingkat yang sangat bervariasi, dari 2 sampai 44% tergantung pada kriteria yang digunakan mendefinisikan depresi dan metode yang digunakan untuk mengevaluasi. Penyebab terjadinya depresi pada lansia selain faktor usia dapat di sebabkan oleh disabilitas fisik akibat penyakit fisik, dementia, sulit untuk tidur, status ekonomi yang kurang, kehilangan orang terdekat kehidupan yang penuh tekanan, dan kurang dukungan psikososial (Ilannoer, 2020). Umur usia lanjut di atas 65 tahun beresiko terkena depresi ini dapat dialami oleh semua orang tanpa membedakan gender, status sosial, ras, dan budaya (Angraini, 2014). Penanganan maupun pencegahan kecemasan dan depresi pada lansia perlu dilakukan agar dapat meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman, tidak pasti dari hasil reaksi terhadap kondisi stres dan bagian dari kehidupan sehari-hari. Salah satu cara untuk mengurangi masalah kecemasan menggunakan terapi nonfarmakologi yaitu menggunakan terapi hipnotis lima (5) jari. Hipnotis lima (5) jari merupakan salah satu teknik pengelolaan diri yang memanfaatkan kekuatan pikiran sehingga dapat mempengaruhi tingkat kecemasan (Mawarti & Yuliana, 2021). Hal ini sejalan dengan pendapat (I Nengah et al., 2018) yang menjelaskan bahwa teknik hipnotis lima (5) jari dapat menekan rasa tegang sehingga muncul perasaan rileks Sesuai dengan teori dalam (Asri Dasri, et al., 2021) Hipnosis adalah suatu kondisi di mana batas logis cerdas otak besar menurun untuk memungkinkan masuk kealam bawah sadar.

Hipnotis lima jari sangat cocok digunakan pada pasien yang mengalami kecemasan baik akibat penyakit kronis maupun akibat permasalah yang lain, karena hipnotis lima jari ini pasien disuruh menghipnotis diri sendiri dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan. Hal ini sesuai hasil penelitian Budiarti dan Nora (2021) bahwa 85% lansia mengalami penurunan kecemasan setelah melakukan teknik hipnosis lima jari. Sedangkan hasil penelitian dari Sumirta (2018) didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh relaksasi lima jari terhadap depresi pada ODHA, relaksasi jari akan mengalami relaksasi sehingga berpengaruh terhadap system tubuh dan menciptakan rasa nyaman serta perasaan tenang. Relaksasi lima jari juga dapat mempengaruhi pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot dan koordinasi tubuh, memperkuat ingatan, meningkatkan produktivitas suhu tubuh dan mengatur hormone-hormon yang berkaitan stress yang akan berlanjut ke depresi. relaksasi lima jari dapat menekan rasa tegang sehingga timbul perasaan rileks dan penghilangan. Perasaan rileks akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan Corticotropin Releasing Hormone (CRH) dan (CRH) mengaktifkan anterior pituitary untuk mensekresi enkephalin dan endorphin yang berperan sebagai neotransmisioner yang mempengaruhi suasana hati menjadi rileks dan senang. Di samping itu, anterior pituitary sekresi Adrenocorticotropic hormone (ACTH) menurun, kemudian (ACTH) mengontrol adrenal cortex untuk mengendalikan sekresi kortisol. Menurunnya kadar (ACTH) dan kortisol menyebabkan stress dan ketegangan menurun yang akhirnya dapat menurunkan tingkat kecemasan, stress dan depresi.

Beberapa penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antaraterapi hipnosis lima jari dan penurunan tingkat kecemasan. Salah satunya yang dilakukan oleh Wijayanti et al. 2021 didapatkan bahwa terdapat pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada lansia, karena mengalami relaksasi ketika diberikan terapi hipnosis lima jari. Melalui terapi hipnosis lima jari akan terjadi penurunan kecemasan karena terapi tersebut memberikan kenyamanan dan relaksasi sehingga perasaan cemas yang dirasakan akan berkurang. Penelitian yang sama dilakukan oleh Yulinda et al. dengan judul pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat ansietas pada lansia di pantisosial lanjut usia harapan kita diperoleh hasil yang sama yaitu lansia yang mendapatkan terapi hipnosis lima jari bisa lebih rileks pikirannya dan menurunkan tingkat ansietas pada lansia.

Dalam pelaksanaan pengabdian ini tim tidak melakukan pengukuran GAS dan GDS setelah pelaksanaan hypnosis lima jari, dikarenakan belum efektif hasilnya jika baru sekali pelaksanaan intervensinya. Sehingga perlu adanya tindakan pelaksanaan hypnosis lima jari untuk dilakukan beberapa kali dalam jangka waktu tertentu kemudian dilakukan pengukuran GAS dan GDS untuk mengetahui apakah terjadi perubahan penurunan tingkat kecemasan dan depresi pada lansia tersebut.

## Simpulan

Berdasarkan hasil pengukuran *geriatric Depresi scale* dan *Geriatric Anxiety Scale* yaitu lansia yang tidak mengalami depresi sejumlah 7 orang (41,2%) mengalami depresi ringan 9 orang (52,9%) dan depresi sedang 1 orang (5,9%). Sedangkan berdasarkan hasil pengukuran kecemasan didapatkan hasil tidak mengalami kecemasan sejumlah 9 orang (52,9%), dan mengalami kecemasan ringan sejumlah 8 orang (47,1%). Pelaksanaan hypnosis lima jari terlaksana dengan baik, lansia mau belajar dan mencoba apa yang diajarkan oleh pihak pelaksana pengabdian masyarakat.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Rektor ITS PKU Muhammadiyah dan Ka.LPPM yang telah memfasilitasi dan mendukung sepenuhnya terhadap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Serta kami ucpakan terima kasih kepada semua tim pelaksana pengabdian dan pihak panti serta penghuni panti yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini.

## Daftar Pustaka

- Anggraini D I. 2014. Hubungan Depresi dengan Status Gizi. *Jurnal Medula Unila*. 2(2): 39-46
- Buadiarti I S dan Nora R. 2021. Teknik Hipnosis lima Jari pada lansia yang menderita ansietas penyakit kronis di Puskesmas Andalas Padang. *Jurnal Salingka Abdimas*. 1(2) : 69-73
- Harkomah, I., Maulani, M., AZ, R., & Dasuki, D. 2022. Teknik Relaksasi NapasDalamMenurunkan Ansietas Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *JUKESHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2(2): 184– 190
- Hawari D, 2013, *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Ilannoor ZB, Wati YR dan IbnuSantosa RG, 2020, Gambaran karakteristik dan tingkat depresi lansia yang tinggal si UPTD Panti Sosial dan Rehabilitasi Ciparay Kabupaten Bandung Tahun 2020, *Prosiding Kedokteran*. 7(1): 668–672
- Kelial BA. 2015. *Keperawatan Jiwa Terapi Aktifitas Kelompok*. Jakarta: EGC
- Kristina. 2017. Perbedaan Tingkat Depresi pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha dan yang Tinggal di Rumah Bersama Keluarga, *Jurnal Ners Lentera*. 5(1): 21-32
- Nasuha, Widodo, D., & Widiani, E. 2016. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas dalam Terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia di Posyandu Lansia RW IV Dusun Dempok Desa Gading Kembar kecamatan Jabung Kabupaten Malang. *Jurnal Nursing News*. 1(2): 53– 62
- Nugroho, W. 2017. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Ramos K dan Stanley MA. 2018, Anxiety disorders in late life. *Psychiatric Clinics*. 41(1): 55-64
- Redjeki GS. dan Tambunan H. 2019. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Lanjut Usia di Puskesmas Johar Baru II Jakarta, *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*. 2(1): 83-90

- Suminar TEL. dan Diniari NKS. 2023. Gangguan Cemas pada Lansia : Sebuah Laporan Kasus. *Healthy : Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. 2(2): 123-127
- Sumirta IN. Candra IW. Inlamsari NKD. 2018, Pengaruh Relaksasi Lima jari terhadap depresi pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA), *Jurnal Gema Keperawatan*. 11(1): 1-10
- Wati N.L. Sandiana A, Kartikasari R. 2017. Tingkat Kecemasan Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi Kota Bandung, *Jurnal Kesehatan Aeromedika*. 3(1): 50-55
- Wijayanti, A. E., Anisah, N., & Lesmana, T. C. (2021). Terapi Hipnotis Lima Jari pada Lansia dengan Gangguan Kecemasan. *DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 3(2): 137– 140. <https://doi.org/10.47317/dmk.v3i2.35332>.
- Yulinda, R., Akhriansyah, M., Surahmat, R., & Agustina, N. 2022. Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Ansietas Pada Lansia Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang. *Jurnal Kesehatan Bina Husada*. 14(2): 38– 43.

## Persiapan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada Remaja melalui Posyandu Remaja dengan Pengembangan Teknologi Berbasis Website di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar

*Preparation for the First 1000 Days of Life (HPK) for Adolescents through Youth Posyandu with Website-Based Technology Development at SMP Daarul Quran Putri Karanganyar*

Wiwik Puspita Dewi<sup>1\*</sup>, Nevia Zulfatunnisa<sup>2</sup>, Nurul Kholisatul Ulya<sup>3</sup>, Eko Nugroho<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup>S1 Kebidanan/Illu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>S1 Informatika/Illu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>4</sup>DIV Teknologi Rekayasa Elektromedis/Illu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email: [wiwikpuspitadewi@itspku.ac.id](mailto:wiwikpuspitadewi@itspku.ac.id)

### **Abstrak**

Anak usia SMP (Sekolah Menengah Pertama) merupakan anak yang usianya termasuk dalam kategori remaja awal, yaitu usia 13-15 tahun. Masa remaja secara umum dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal dengan usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan dengan usia 15-18 tahun, dan remaja akhir dengan usia 19-22 tahun. Menjaga kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting terutama bagi para remaja . Karena pada masa remaja adalah waktu terbaik untuk membangun kebiasaan baik terutama dalam menjaga kebersihan yang menjadi aset sangat penting dalam jangka panjang khususnya remaja putri. Pengetahuan masalah reproduksi tidak hanya wajib bagi remaja putri saja tetapi juga bagi remaja laki-laki juga harus mengetahui dan mengerti cara hidup dengan reproduksi yang sehat agar tidak terjerumus ke pergaulan yang salah yang merugikan bagi remaja. Kurangnya edukasi terhadap hal yang berkaitan dengan reproduksi nyatanya bisa memicu terjadinya hal-hal yang tak diinginkan. Salah satu hal yang sering terjadi karena kurangnya sosialisasi dan edukasi adalah penyakit seksual menular, kehamilan di usia muda, hingga aborsi yang berakibat pada hilangnya nyawa remaja. Di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar ini untuk informasi tentang kesehatan reproduksi, gizi remaja masing kurang karena informasi tersebut belum masuk di kurikulum sekolah. Tujuan pengabdian ini adalah (1) meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi; (2) memberdayakan remaja dengan membentuk PIK Remaja di sekolah atau Duta Posyandu Remaja; (3) meningkatkan sarana-prasarana kegiatan kesehatan siswa dengan membuat aplikasi berbasis website layanan posyandu remaja di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan santri putri tentang persiapan 1000 hari pertama kehidupan dengan melalui media website dimana di website tersebut dusah banyak informasiinformasi.

**Kata Kunci:** 1000 HPK, Posyandu Remaja, Pengembangan Teknologi

### **Abstract**

Junior High School age children are children whose age is included in the category of early adolescence, namely the age of 13-15 years. Adolescence is generally divided into three parts, namely early adolescence with the age of 12-15 years, middle adolescence with the age of 15-18 years, and late adolescence with the age of 19-22 years. Maintaining reproductive health is very important, especially for adolescents. Based on community service that has been done, the results that pregnant women who come have good knowledge where pregnant women can answer 15 questions correctly on the pre test and increasing in value after being given education or counseling related to vaccines in pregnant women where when given pre test 117 answered correctly and post test to 143, and pregnant women know how important the covid 19 vaccine is in mothers so that as a follow-up pregnant women want to do the covid 19 vaccine. Because adolescence is the best time to build good habits, especially in maintaining cleanliness which is a very important asset in the long run, especially young women. Knowledge of reproductive problems is not only mandatory for adolescent girls but also for adolescent boys must also know and understand how to live with healthy reproduction so as not to fall into wrong associations that are detrimental to adolescents. Lack of education on things related to reproduction can actually trigger unwanted things. One of the things that often happens due to lack of socialization and education is sexually transmitted diseases, pregnancy at a young age, to abortion which results in the loss of adolescent lives. The purpose of this service is (1) to increase adolescent knowledge about reproductive health; (2) empowering adolescents by forming Youth PIK in schools or Youth Posyandu Ambassadors; (3) improve the

*infrastructure of student health activities by creating a website-based application for youth posyandu services at SMP Daarul Quran Putri Karanganyar. Keyword: 1000 HPK, Youth Posyandu, Technology Development*

## Pendahuluan

1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan periode kritis yang dimulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Periode ini sangat penting karena berdampak signifikan terhadap perkembangan fisik, mental, dan kognitif anak. Oleh karena itu, persiapan sejak dini, khususnya pada remaja putri yang merupakan calon ibu di masa depan, menjadi sangat krusial. Posyandu Remaja hadir sebagai salah satu solusi untuk memberikan edukasi kesehatan dan persiapan HPK kepada remaja. Penggunaan teknologi berbasis website diharapkan dapat memperluas jangkauan informasi dan memudahkan aksesibilitas bagi para remaja di SMP Daarul Quran Karanganyar.

Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk menguraikan upaya persiapan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada remaja melalui kegiatan Posyandu Remaja dengan pendekatan teknologi berbasis website di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar. Program ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang pentingnya periode HPK dan peran mereka sebagai calon ibu di masa depan. Pengembangan website digunakan sebagai media edukasi dan komunikasi yang efektif. Artikel ini menjelaskan proses implementasi program, hasil yang dicapai, dan tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan.

Tujuan lain sebagai upaya Meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan, Mengembangkan keterampilan remaja dalam memanfaatkan teknologi informasi untuk Kesehatan, Meningkatkan kesadaran remaja akan peran mereka sebagai calon ibu yang bertanggung jawab, Memfasilitasi akses informasi kesehatan yang relevan melalui platform website.

## Metode Pelaksanaan

Pelaksana kegiatan ini adalah:

1. Melaksanakan Pemeriksaan Kesehatan pada Siswa SMP Daarul Quran
2. Mensosialisasikan program posyandu remaja melalui pengembangan teknologi berbasis website
3. Menyusun laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat

## Langkah-langkah kerja

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu:

1. Perencanaan
  - a. Identifikasi kebutuhan remaja terkait informasi 1000 HPK.
  - b. Pengembangan konten edukasi kesehatan yang relevan



- c. Desain dan pengembangan website sebagai media edukasi <https://remajasehat.itspku.ac.id/>
2. Pelaksanaan
  - a. Sosialisasi program kepada siswa dan guru di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar
  - b. Sosialisasi penggunaan website untuk para siswa



- c. Pelaksanaan kegiatan Posyandu Remaja secara berkala yang terintegrasi dengan penggunaan website.



### 3. Evaluasi

- Penilaian pengetahuan dan pemahaman remaja sebelum dan sesudah program.
- Feedback dari siswa dan guru mengenai efektivitas program dan website.
- Perbaikan dan pengembangan lanjutan berdasarkan hasil evaluasi.



## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

1. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Remaja tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Survei sebelum dan sesudah penerapan program menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa dengan signifikansi tinggi. Sebelum program berjalan, kurang lebih 30% dari jumlah siswa belum paham tentang 1000 HPK. Namun setelah program berjalan, persentasenya menjadi 85%. Diantara topik yang sudah dipahami siswa meliputi nutrisi ibu hamil, pentingnya ASI eksklusif, hingga pertumbuhan kognitif serta fisik yang terjadi pada anak dalam 1000 hari pertama kehidupan.



2. Pemanfaatan Teknologi Informasi untuk Kesehatan

Penggunaan website sebagai media edukasi menunjukkan hasil yang positif, di mana 80% siswa mengatakan bahwa mereka lebih mudah mengakses informasi kesehatan dengan mengunjungi website yang disediakan dibandingkan dengan metode konvesional. Website yang dikembangkan tersebut merupakan tempat edukasi yang dilengkapi dengan berbagai fitur di antaranya artikel kesehatan, video edukasi, forum diskusi, serta sesi konsultasi secara online dengan tenaga medis.

3. Feedback dari Siswa dan Guru

Umpulan balik dari siswa dan guru sangat positif. Siswa merasa bahwa program ini sangat bermanfaat dan memberikan pengetahuan yang relevan untuk masa depan mereka sebagai dapat mempersiapkan perencanaan kehidupan utamanya bagi siswa putri yang nantinya akan menjadi calon ibu. Guru juga menyatakan bahwa metode pembelajaran yang interaktif melalui website membantu mempertahankan minat dan keterlibatan siswa. Beberapa saran perbaikan yang diajukan meliputi penambahan konten interaktif seperti kuis dan permainan edukatif, serta peningkatan kualitas video edukasi dan penambahan materi tentang penyakit kulit yang lebih sering dialami oleh siswa-siswi di pondok pesantren.



4. Tantangan yang dihadapi

Meskipun program ini berhasil memberikan perubahan, namun masih terdapat beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaannya:

- a. Akses Internet: Beberapa siswa mengalami kesulitan mengakses website karena keterbatasan koneksi internet yang dibatasi, dan mereka tidak bisa mengakses secara mandiri sewaktu-waktu. Ini menjadi kendala utama dalam memaksimalkan penggunaan website.
- b. Literasi Digital: Tidak semua siswa memiliki kemampuan literasi digital yang memadai untuk memanfaatkan website secara optimal. Diperlukan pelatihan tambahan untuk mengatasi hal ini.
- c. Motivasi Siswa: Meskipun sebagian besar siswa menunjukkan minat yang tinggi, ada beberapa yang kurang termotivasi untuk aktif mengikuti program ini. Pendekatan yang lebih personal dan motivasi tambahan diperlukan untuk melibatkan semua siswa.

## Pembahasan

### 1. Efektivitas Posyandu Remaja dalam Edukasi HPK

Posyandu Remaja sebagai wadah edukasi kesehatan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang HPK. Program ini tidak hanya berfokus pada teori, tetapi juga praktik langsung dan interaktif yang melibatkan siswa secara aktif. Kegiatan seperti diskusi kelompok, simulasi, dan praktik lapangan membantu siswa memahami konsep-konsep 1000 HPK dengan lebih baik, selain itu juga siswa dapat mengetahui secara langsung bagaimana kesehatan mereka dan mendapatkan pengalaman untuk saling mengerti kesehatan dikarenakan sudah terbentuknya PIK-Remaja di sekolah..

### 2. Peran Teknologi dalam Edukasi Kesehatan

Penggunaan teknologi berbasis website membawa perubahan signifikan dengan cara edukasi kesehatan disampaikan. Teknologi memungkinkan akses informasi yang lebih luas dan cepat, serta menyediakan berbagai bentuk konten yang dapat disesuaikan dengan preferensi belajar siswa. Website edukasi yang dikembangkan memberikan berbagai fitur yang memfasilitasi pembelajaran mandiri siswa, seperti artikel informatif, video tutorial, dan forum diskusi.

### 3. Kendala dan Solusi

Tantangan utama seperti akses internet dan literasi digital harus diatasi untuk memastikan kesuksesan program ini secara menyeluruh. Beberapa solusi yang dapat diterapkan meliputi: Penyediaan Akses Internet: Bekerjasama dengan pihak sekolah dan pemerintah setempat untuk menyediakan akses internet gratis atau bersubsidi bagi siswa yang membutuhkan.

Pelatihan Literasi Digital: Menyediakan pelatihan intensif tentang literasi digital bagi siswa dan guru untuk memastikan mereka dapat memanfaatkan website secara optimal.

Motivasi Siswa: Menggunakan pendekatan gamifikasi dalam website untuk meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa. Misalnya, memberikan penghargaan atau sertifikat bagi siswa yang aktif mengikuti program dan menyelesaikan modul edukasi.

### 4. Manfaat Jangka Panjang

Program ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek dalam bentuk peningkatan pengetahuan, tetapi juga berdampak jangka panjang. Dengan memahami pentingnya 1000 HPK, remaja putri diharapkan dapat menerapkan pengetahuan ini ketika mereka menjadi ibu di masa depan, sehingga dapat mempersiapkan generasi yang lebih sehat dan berkualitas. Selain itu, keterampilan dalam menggunakan teknologi untuk mencari informasi kesehatan juga merupakan bekal berharga yang dapat digunakan di berbagai aspek kehidupan mereka, dan Perempuan merupakan madrasah pertama bagi anak-anaknya kelak, sehingga para Perempuan haruslah cerdas dan berkemajuan baik dalam Pendidikan, Kesehatan dan teknologi.

## Simpulan

Pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya 1000 HPK. Hasil survei menunjukkan peningkatan pemahaman siswa mengenai nutrisi, kesehatan ibu hamil, dan perkembangan anak pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Selain itu, remaja juga menjadi lebih terbiasa dan mahir dalam menggunakan teknologi informasi untuk mencari dan mengakses informasi kesehatan.

Penggunaan website sebagai media edukasi terbukti efektif dalam menyampaikan materi dan memudahkan akses informasi bagi siswa. Website ini menyediakan berbagai fitur seperti artikel kesehatan, forum diskusi, dan konsultasi online dengan ahli gizi dan kesehatan. Namun, beberapa tantangan seperti

keterbatasan akses internet dan kurangnya literasi digital pada sebagian siswa menjadi kendala yang perlu diatasi.

Program Posyandu Remaja dengan pendekatan teknologi berbasis website di SMP Daarul Quran Putri Karanganyar berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan. Penggunaan website sebagai media edukasi sangat efektif meskipun masih menghadapi beberapa tantangan. Diperlukan dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak untuk meningkatkan literasi digital dan akses informasi kesehatan bagi remaja. Adapun saran dari pengabdian ini untuk mendukung program secara berkelanjutan:

1. Perlu adanya pelatihan lebih lanjut untuk meningkatkan literasi digital di kalangan remaja.
2. Pengembangan konten website yang lebih interaktif dan menarik untuk menjaga minat baca remaja.
3. Meningkatkan kolaborasi dengan instansi kesehatan dan pendidikan untuk mendukung program secara berkelanjutan.
4. Mengatasi kendala akses internet dengan menyediakan fasilitas internet gratis atau bersubsidi bagi siswa yang membutuhkan.
5. Menggunakan pendekatan gamifikasi dan memberikan penghargaan untuk meningkatkan motivasi dan partisipasi siswa dalam program.

## **Ucapan Terima Kasih**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas kesempatan dan kepercayaannya sehingga kami tim dapat melaksanakan pengabdian masyarakat ini dengan baik dan lancar. Terima kasih kepada Kepala Sekolah SMP Daarul Quran Karanganyar yang telah memberikan ijin pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Guru BK selaku penanggungjawab yang luar biasa sangat aktif dan telah memberikan bantuan dan dukungan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini yang dilaksanakan pada Januari 2024. Terkhusus, ucapan terima kasih juga kepada Ketua Program Studi, tim dosen dan mahasiswa dari DIII dan S1 Kebidanan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas partisipasinya pada kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## **Daftar Pustaka**

- UNICEF. 2017. *1000 Hari Pertama Kehidupan*. UNICEF.  
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Pedoman Pelaksanaan Posyandu Remaja*.  
WHO. 2016. *Maternal, infant and young child nutrition: comprehensive implementation plan*.  
Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Buku Saku Posyandu Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.  
WHO. 2020. *Improving early childhood development: WHO guideline*. Geneva: World Health Organization.  
UNICEF. 2022. *Early Childhood Development: A Statistical Snapshot*. New York: UNICEF.