

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
TAHUN AJARAN 2024/2025**



**“Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan
Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja Melalui Pelatihan Lima Meja
di Padukuhan Tonalan, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu 1, Kabupaten
Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta”**

OLEH:

Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2024**

DAFTAR ISI

COVER	1
DAFTAR ISI	2
HALAMAN PENGESAHAN	3
KATA PENGANTAR	4
BAB I PENDAHULUAN	5
A. Latar Belakang	5
B. Analisa Masalah	7
C. Rumusan Masalah	7
BAB II TEMA KEGIATAN, TUJUAN, MANFAAT DAN PEMECAHAN MASALAH	9
A. Tema Kegiatan	9
B. Tujuan	9
C. Manfaat	9
D. Pemecahan Masalah	10
BAB III METODE PELAKSANAAN KEGIATAN	13
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN	16
A. Pelaksanaan Kegiatan	16
B. Hasil Kegiatan	18
C. Rincian Penggunaan Biaya Kegiatan	22
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	23
A. Simpulan	23
B. Saran	23
REFERENSI	24
Lampiran Dokumentasi Kegiatan	26
Lampiran Materi Kegiatan	28
Lampiran Surat Tugas	39

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul : Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja Melalui Pelatihan Lima Meja
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE
 - b. Jenis Kelamin : Laki-laki
 - c. NIK : -
 - d. Program Studi : Ilmu Keperawatan
 - e. Bidang Keahlian : Ilmu Keperawatan
3. Anggota Tim
 - a. Jumlah Anggota : 6
 - b. Nama Anggota / bidang keahlian : (Program Profesi Ners)
Wahyu Fauziah, S.Kep (240301175)
Vina Utami, S.Kep (240301174)
Siska Ristiana, S.Kep (240301168)
Rine Alhim, S.Kep (240301159)
Ufairah Salma Pratiwi, S.Kep (240301172)
Ucup Firdus, S.Kep (240301171)
4. Bentuk kegiatan : Penkes dan demonstrasi
5. Lokasi kegiatan : Padukuhan Tonalan, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu 1, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta”
6. Jangka Waktu Pelaksanaan : 1 hari
7. Nama Sumber Dana : Mandiri
8. Biaya : Rp. 650.000,00

Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan



DR. Yhona Paratmanitya, S.Gz., Dietisien., MPH
NIK 1200710038

Ketua Pelaksana



Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE
NIK. -

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah atas izin dan bimbingan Allah SWT maka laporan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja Melalui Pelatihan Lima Meja di Padukuhan Tonalan, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu 1, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta” telah dilaksanakan dan dituliskan dengan baik oleh dosen Program Studi Profesi Ners, sebagai salah satu bukti kegiatan pengembangan pada Tri Dharma yaitu Pengabdian kepada Masyarakat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan ini merupakan bentuk yang tidak lepas dari keterlibatan dari berbagai pihak. Dengan demikian, kami mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah memberikan kontribusi dan bantuan untuk terlaksananya Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja Melalui Pelatihan Lima Meja di Padukuhan Tonalan, Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu 1, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Laporan ini, sebagai pertanggungjawaban paska terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, kami menyusun laporan yang memuat beberapa tahapan dan proses pada saat pelaksanaan kegiatan. Laporan yang kami susun ini masih memuat beberapa kekurangan yang memerlukan masukan untuk perbaikan kedepannya pada saat implementasi di masyarakat yang lebih luas.

Kedepan, harapan untuk kebermanfaatan dari kegiatan yang telah kami laksanakan dapat menjangkau lebih luas baik untuk peserta yang mengikuti pelaksanaan kegiatan, maupun lingkungan masyarakat disekitarnya. Demikian, laporan kegiatan yang telah kami susun, semoga dapat menjadi amal jariyah yang diterima oleh Allah SWT serta masyarakat yang lebih luas.

Wassalamu'allaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 31 November 2024

Penyusun

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Remaja merupakan masa transisi atau masa perubahan atau masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang penuh tantangan, dikarenakan terjadinya perubahan fisik, psikologis, dan sosial (1). Perubahan tersebut menimbulkan berbagai masalah kesehatan pada remaja, seperti kehamilan yang tidak diinginkan, penyakit menular seksual, hingga masalah gizi (1,2).

Sesuai data survei Global School Student Health dari WHO tahun 2015 menyajikan data bahwa 77,3% remaja, 65% orang tua, dan 83,3% guru mempunyai pengetahuan yang kurang dalam hal perkembangan reproduksi, perubahan psikologis dan emosional, penyakit menular seksual dan abortus (1,3). Masalah kesehatan dengan prevalensi kasus diatas terkait masih rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang terjadi dikalangan remaja di Indonesia antara usia 15-19 tahun, dan menurut data WHO tahun 2018, prevalensi masalah kesehatan meliputi hamil di luar nikah 13.836 orang, infeksi saluran reproduksi 17.348 orang dan infeksi menular seksual 17.775 orang (1,4).

Berdasarkan hasil survei kesehatan berbasis sekolah di Indonesia tahun 2015 menyajikan data bahwa gambaran faktor risiko kesehatan pada pelajar usia 12-18 tahun (SMP dan SMA) secara nasional dengan kategori jenis kelamin, laki-laki (41,8%) dan Perempuan (4,1%) mengaku pernah merokok, laki-laki (14,4%) dan Perempuan (5,6%) pernah mengkonsumsi alkohol, laki-laki (2,6%) pernah mengkonsumsi narkoba, dan terakhir terkait perilaku seksual pada remaja usia 12-18 tahun dengan data laki-laki (8,26%) dan Perempuan (4,17%) pernah melakukan hubungan seksual (1,2). Gambaran diatas sejalan dari literatur yuliani tahun 2021 mengatakan bahwa kemajuan teknologi di dunia sangat begitu pesat yang berdampak terhadap Indonesia dalam permasalahan remaja baik yang ke kegiatan positif atau negatif diberbagai kota di Indonesia, dengan 20% hingga 30% remaja mengaku pernah melakukan hubungan seksual, melakukan gaya hidup tidak sehat

seperti perilaku seksual sebelum menikah, merokok, narkoba, makan-makanan tidak sehat dan cara diet yang salah demi menjaga berat badan yang ideal (5).

Melihat permasalahan kesehatan kelompok remaja diatas, perlu diberikan ruang edukasi dan demonstrasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, konseling serta membantu mendeteksi faktor-faktor risiko penyakit tidak menular, dalam sebuah perkumpulan berupa Posyandu Remaja atau Pos Pelayanan Terpadu Remaja sebagai wadah para remaja untuk memberikan informasi, konseling, dan pelayanan kesehatan yang komprehensif seperti gaya hidup sehat, kesehatan reproduksi, dan mengurangi kenakalan remaja bagi remaja selama masa puber yang ditujukan kepada siswa dan remaja pada umumnya, sebagai salah satu strategi promosi kesehatan dengan melibatkan kader remaja (5–7). Posyandu Remaja merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat (Remaja) dalam penyelenggaraan Pembangunan Kesehatan untuk pemberdayaan Masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja, sehingga dapat meningkatkan derajat Kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja (5,6,8).

Pelayanan kesehatan remaja yang diberikan saat posyandu remaja, mencakup upaya promotif dan preventif, meliputi keterampilan hidup sehat, kesehatan reproduksi remaja, kesehatan jiwa, pencegahan dan penyalahgunaan napza, pencegahan penyakit tidak menular, serta pencegahan kekerasan pada remaja (5,6). Pelatihan dalam mempersiapkan pembentukan posyandu remaja yang diberikan kepada kader remaja, sebagai salah satu bentuk upaya meningkatkan pengetahuan remaja, dengan diberikan pendampingan modul cetak sebagai fasilitas kegiatan posyandu secara mandiri tanpa bergantung dengan tenaga Kesehatan (5,9).

Padukuhan Tonalan merupakan salah satu padukuhan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sedayu 1 Kabupaten Bantul DIY, dan merupakan bagian dari desa argosari. Padukuhan ini terdiri dari RT 31, 32, 33, dan 34 dengan luas wilayah 34.74 ha (10). Hasil observasi dan wawancara yang telah

dilakukan oleh dosen pembimbing dan mahasiswa profesi ners, terdapat 34 remaja dari 77 KK dengan masalah kesehatan terkait merokok dan belum adanya wadah perkumpulan untuk cek kesehatan serta kader remaja sebagai penggeraknyapun belum terbentuk.

Berdasarkan latar belakang diatas, perlu adanya tindakan untuk meningkatkan status kesehatan pada remaja di padukuhan tonalan dengan mengadakan penyuluhan bahaya merokok dan menjelaskan pentingnya posyandu remaja serta melakukan pelatihan langkah-langkah posyandu remaja. Pengabdian masyarakat dilakukan bertujuan untuk membentuk kader kesehatan remaja dan pendirian posyandu remaja, yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan remaja serta sebagai bentuk upaya pemberdayaan remaja.

B. Analisa Masalah

Pengabdian masyarakat merupakan bagian penting dan terintegrasi Tri Dharma Perguruan Tinggi yang melibatkan segenap sivitas akademik yaitu; dosen, mahasiswa, tenaga kependidikan serta alumni. Dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, sivitas akademik dapat hadir ditengah-tengah masyarakat untuk ikut serta dalam memberikan kontribusi pengamalan keilmuan untuk memecahkan masalah atau memberikan perbaikan yang lebih positif terkait dengan kebutuhan masyarakat sebagai manusia.

Latar belakang yang dihimpun melalui survei pendahuluan mendasari pelaksanaan program Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja Melalui Pelatihan Lima Meja. Program dilaksanakan pada kelompok usia Remaja yang tergabung dalam pertemuan rutin Karang Taruna di Padukuhan Tonalan, Argosari, Kepanewon Sedayu, Kabupaten Bantul.

C. Rumusan Masalah

Masalah kesehatan remaja semakin bertambah seiring dengan perubahan gaya hidup, dikarenakan remaja mengalami masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa yang penuh tantangan. Alasan ini

mendorong untuk membuat wadah berkumpul remaja dalam bentuk posyandu untuk berkegiatan, yang dinilai efektif dari penelitian-penelitian sebelumnya dan arahan Kementerian Kesehatan RI. Intervensi ini dilaksanakan dengan rumusan masalah, sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan calon kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan sebelum diberikan pelatihan Lima Meja?
2. Apakah pelatihan Lima Meja dapat meningkatkan keterampilan calon kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan dalam mendirikan Posyandu Remaja?
3. Apa saja kendala yang dihadapi dalam pelatihan Lima Meja untuk mempersiapkan calon kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan?
4. Bagaimana efektivitas pelatihan Lima Meja dalam meningkatkan kesiapan calon kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan untuk mendirikan Posyandu Remaja?

BAB II
TEMA KEGIATAN, TUJUAN, MANFAAT DAN PEMECAHAN
MASALAH

A. Tema Kegiatan

Pengabdian Masyarakat Melalui Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja Melalui Pelatihan Lima Meja.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum: Memberikan bentuk pengabdian sebagai dosen dan perawat untuk mengimplementasikan keilmuan pada masyarakat dalam upaya promotif berbentuk edukasi serta demonstrasi pembentukan posyandu remaja.
2. Tujuan Khusus: dengan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan tentang pentingnya posyandu remaja dan mempraktikkan cara melakukan 5 meja, bertujuan untuk;
 - a. Membentuk kader Posyandu Remaja yang kompeten dan memiliki komitmen tinggi dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada remaja.
 - b. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melaksanakan kegiatan Posyandu Remaja, khususnya dalam sistem lima meja.
 - c. Membekali calon kader dengan keterampilan dasar terkait pelayanan kesehatan, pendidikan, dan konseling untuk remaja.
 - d. Membangun jejaring kerja sama antara kader, petugas kesehatan, dan masyarakat dalam mendukung keberlangsungan Posyandu Remaja.

C. Manfaat

Pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi tentang pentingnya posyandu remaja dan mempraktikkan cara melakukan 5 meja.

Program ini diharapkan dapat memberikan dampak manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut;

1. Manfaat teoritis: hasil pengabdian masyarakat ini bermanfaat sebagai sumbangan pemikiran dan keilmuan bagi Ilmu Keperawatan khususnya pada bidang Keperawatan Anak, keluarga dan Komunitas serta bermanfaat bagi pengembangan Tri Dharma Perguruan Tinggi.
2. Manfaat praktis:
 - a. Bagi Masyarakat Padukuhan Tonalan:
 - Mendapatkan layanan kesehatan remaja yang lebih terorganisir dan berkelanjutan melalui Posyandu Remaja.
 - Meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai pentingnya kesehatan dan kesejahteraan remaja.
 - b. Bagi Calon Kader Posyandu Remaja:
 - Memperoleh pengetahuan dan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kegiatan Posyandu Remaja.
 - Meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan untuk memimpin kegiatan pelayanan kesehatan berbasis komunitas.

D. Pemecahan Masalah

Permasalahan diatas dapat dipecahkan terkait persiapan calon kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan dalam mendirikan Posyandu Remaja, dengan langkah-langkah pemecahan masalah yang dirancang melalui pelatihan Lima Meja, sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah dan Kebutuhan
 - a. Melakukan survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan, keterampilan, dan kesiapan calon kader.
 - b. Mengidentifikasi kebutuhan spesifik remaja di Padukuhan Tonalan terkait layanan kesehatan, pendidikan, dan konseling.
2. Perencanaan Pelatihan
 - a. Menyusun kurikulum pelatihan berbasis Lima Meja yang mencakup materi teori dan praktik.

- b. Menyusun mekanisme monitoring dan evaluasi rutin untuk memastikan keberlanjutan dan perbaikan layanan.
- 6. Penguatan Dukungan Komunitas
 - a. Menggalang dukungan dari pemerintah desa, orang tua, dan remaja setempat untuk mendukung keberhasilan Posyandu Remaja.
 - b. Mengintegrasikan program Posyandu Remaja dengan kegiatan kesehatan desa lainnya untuk memperkuat dampaknya.

BAB III

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa metode, yaitu;

a. Tahap Persiapan

Minggu ke 1 dan 2 dan 3

1. Mengkoordinasi dengan Pemangku Kepentingan

Bekerja sama dengan Dukuh, Puskesmas/ Instruktur klinik, Kader Posyandu dan Tokoh Masyarakat serta ketua RT untuk mendukung pelaksanaan pelatihan dalam kegiatan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) 1 dan 2.

2. Mengidentifikasi Peserta

Mengundang remaja atau perwakilan karang taruna yang potensial untuk menjadi kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan.

3. Menyusun Materi Pelatihan

Menyiapkan materi teori dan modul praktik berdasarkan model Lima Meja:

- Meja 1: Pendaftaran
- Meja 2: Penimbangan dan Pengukuran
- Meja 3: Pencatatan
- Meja 4: Pelayanan Kesehatan
- Meja 5: KIE (Edukasi dan Konseling)

b. Tahap Pelaksanaan

Minggu ke 4: Pengenalan dan Teori Dasar

4. Pembukaan dan Ice Breaking

Memperkenalkan tujuan pelatihan dan membangun suasana yang kondusif.

5. Materi 1: Konsep Posyandu Remaja

- Pengertian dan pentingnya Posyandu Remaja.
- Tugas dan tanggung jawab kader Posyandu Remaja.

6. **Materi 2: Lima Meja Posyandu Remaja**

- Penjelasan fungsi masing-masing meja dan alur pelayanan.

7. **Materi 3: Menonton Video Simulasi Posyandu 5 Meja**

8. **Tanya Jawab**

Peserta berdiskusi dengan pemateri terkait materi yang belum di pahami.

Minggu ke 4: Praktik dan Simulasi oleh mahasiswa Profesi Ners

9. **Praktik Lima Meja**

Simulasi pelayanan di setiap meja:

- **Meja 1:** Simulasi pendataan peserta.
- **Meja 2:** Simulasi Penimbangan dan Pengukuran berat badan, tinggi badan, dan IMT.
- **Meja 3:** Simulasi Pencatatan
- **Meja 4:** Pelayanan Kesehatan atau pemeriksaan Kesehatan
- **Meja 5:** Simulasi konseling gizi, Edukasi kesehatan reproduksi dengan Penyampaian informasi menggunakan media kreatif.

10. **Feedback dan Diskusi**

Peserta diberikan umpan balik untuk memperbaiki keterampilannya.

Minggu ke 5: Implementasi dan Evaluasi oleh kader

11. **Simulasi Posyandu Remaja**

- Peserta mempraktikkan kegiatan Posyandu secara lengkap menggunakan alur Lima Meja.

12. **Evaluasi Pelatihan**

- Menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta.

13. **Penyusunan Rencana Tindak Lanjut (RTL)**

- Peserta menyusun rencana untuk mendirikan dan mengelola Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan.

c. Tahap Pendampingan dan Monitoring

Minggu ke 6: Launching Posyandu Remaja “SEMANGKA”

14. Pendampingan Awal

Memberikan bimbingan teknis kepada kader dalam pelaksanaan Posyandu Remaja pertama.

15. Monitoring Berkala

Melakukan kunjungan dan evaluasi kegiatan Posyandu untuk memastikan keberlanjutan program.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

A. Pelaksanaan Kegiatan

1. Lokasi, Waktu dan Tempat serta Sasaran Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat melalui program “SEMANGKA/ Sehat, Energik, Semangat, Kuat”, untuk mendirikan posyandu remaja dilaksanakan di Padukuhan Tonalan, Kecamatan Argosari, Kepanewon Sedayu, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Dilaksanakan pada tanggal 31 Oktober 2024, pukul 19.30 – 21.30 WIB.

2. Personalia

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan oleh:

Nama	: Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE
Jenis Kelamin	: Laki-laki
NIK	: -
NIDN	: 0511039203
Program Studi	: Ilmu Keperawatan
Bidang Keahlian	: Ilmu Keperawatan

dan berkolaborasi dengan Mahasiswa Profesi NERS UAA dengan anggota sejumlah 6 orang, sebagai berikut:

- ✓ Wahyu Fauziah, S.Kep (240301175)
- ✓ Vina Utami, S.Kep (240301174)
- ✓ Siska Ristiana, S.Kep (240301168)
- ✓ Rine Alhim, S.Kep (240301159)
- ✓ Ufairroh Salma Pratiwi, S.Kep (240301172)
- ✓ Ucup Firdus, S.Kep (240301171)

3. Jadwal Kegiatan

- a. Melaksanakan Pertemuan dengan Kepala Dukuh, warga Padukuhan, ketua RT serta Kader Posyandu Padukuhan Tonalan, Kecamatan Sedayu, Daerah Istimewa Yogyakarta dalam wadah pertemuan musyawarah mufakat desa (MMD) 1 dan 2. Kegiatan

ini merupakan pemaparan mahasiswa terkait dengan target yang akan mereka capai pada stase yang dijalani saat ini yaitu praktik Keperawatan Komunitas Keluarga Gerontik (KKG) pada jenjang Profesi Ners. Selain itu, masyarakat dapat mengetahui agenda kegiatan komunitas yang selanjutnya dapat menjadi wadah untuk melakukan berbagai program intervensi keperawatan komunitas oleh mahasiswa profesi Ners, dan juga sebagai salah satu wadah untuk pengabdian pada masyarakat oleh Dosen pembimbing mahasiswa profesi Ners.

- b. Melakukan koordinasi dengan mahasiswa terkait jadwal Rapat Karang Taruna yang dilaksanakan. Selain itu, Dosen pembimbing berkoordinasi dengan mahasiswa untuk bersama-sama ikut dalam rapat karang taruna, dengan tujuan untuk memperkenalkan diri dan menjelaskan pentingnya pendirian posyandu remaja, dimulai dari pelatihan terlebih dahulu, mengingat kegiatan posyandu remaja memerlukan sumber daya manusia (kader) yang terlatih dalam melaksanakannya.
- c. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan dipergunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Alat yang dibawa yaitu;
 - 1) Alat tulis; pensil/ *ballpoint*, kertas formulir demografi, kertas *questioner* materi posyandu dan tatacara mengelola posyandu 5 meja.
 - 2) Spignomanometer digital
 - 3) Power point berisi video simulasi posyandu remaja
 - 4) Microstoise (Pengukur tinggi badan)
 - 5) Timbangan Berat Badan
 - 6) Pita Lila dan Lingkar Perut
- d. Melaksanakan kegiatan pada tanggal 31 Oktober 2024, pukul 19.30–21.30 WIB (minggu ke 4 KKG), didahului dengan melakukan uji pre-test pengetahuan tentang posyandu pada peserta (nilai dituliskan di laporan jurnal pengabmas). Kemudian dilanjutkan dengan pemberian Pendidikan kesehatan/ edukasi

tentang posyandu dan simulasi pelaksanaan posyandu 5 meja. Setelah diberikan edukasi dan simulasi posyandu, peserta kembali diberikan pertanyaan untuk post test terkait dengan materi (nilai dituliskan di laporan jurnal pengabmas).

- e. Penyusunan laporan hasil kegiatan pengabdian pada Masyarakat pada bulan Desember 2024.

B. Hasil Kegiatan

1. Tercapainya Tujuan

Pelatihan “Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk mendirikan Posyandu Remaja melalui Pelatihan Lima Meja” berhasil mencapai tujuan yang telah direncanakan pada program pengabdian kepada Masyarakat dalam upaya promotive berbentuk edukasi dan demontrasi untuk pendirian posyandu remaja dengan hasil sebagai berikut:

a. Peningkatan Pemahaman Calon Kader Kesehatan Posyandu

Peserta pelatihan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman tentang konsep Posyandu Remaja, tujuan pendirian, dan pentingnya keberadaan layanan ini di Padukuhan Tonalan. Hal ini dibuktikan melalui perbedaan nilai pre-test dan post-test, yang menunjukkan kenaikan rata-rata nilai pada kategori pengetahuan cukup dari 29% jadi 12% dan tinggi dari 71% jadi 88%. Hasil pengetahuan pre-test posyandu remaja adalah dengan nilai rata-rata 82%, dan saat di post-test nilai rata-rata menjadi 93%, sehingga terjadi peningkatan nilai rata rata 11%.

b. Keterampilan Praktis pada Setiap Meja

Selama simulasi Lima Meja, calon kader mampu:

- Melakukan proses pendaftaran dengan tepat dan mengelola data peserta secara sistematis (Meja 1).
- Mengoperasikan atau menggunakan alat ukur berat badan, tinggi badan, dan menghitung IMT dengan benar (Meja 2).

- Melakukan proses pencatatan hasil penimbangan dan pengukuran (Meja 3).
 - Melakukan pelayanan Kesehatan atau pemeriksaan Kesehatan berupa mengukur tekanan darah menggunakan tensi digital dan pemeriksaan lainnya (Meja 4).
 - Memberikan konseling gizi kepada remaja, termasuk menyampaikan informasi tentang pola makan sehat, dan Memberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja secara efektif dan sesuai kebutuhan peserta, dengan Menyampaikan materi edukatif melalui media kreatif seperti poster dan diskusi interaktif (Meja 5).
- c. Motivasi dan Komitmen Peserta
- Calon kader Kesehatan Posyandu Remaja menunjukkan peningkatan motivasi untuk mendirikan Posyandu Remaja. Hal ini tercermin dari hasil diskusi atau tanya jawab dan pernyataan komitmen tertulis dari peserta untuk berpartisipasi aktif dalam keberlanjutan program.
- d. Terbentuknya Rencana Tindak Lanjut (RTL)
- Peserta berhasil menyusun rencana tindak lanjut yang mencakup:
- Jadwal pelaksanaan Posyandu Remaja pertama.
 - Pembagian tugas kader untuk masing-masing meja.
 - Strategi melibatkan masyarakat karang taruna, khususnya remaja dan orang tua.
- e. Dukungan Komunitas dan Pemangku Kepentingan
- Pemerintah desa, dukuh, ketua RT, tokoh masyarakat, dan pihak puskesmas (Clinical Instruktur) memberikan dukungan penuh terhadap inisiatif pendirian Posyandu Remaja.
 - Tersedianya fasilitas dasar seperti lokasi Posyandu, peralatan, dan materi edukasi untuk mendukung kegiatan.

f. Evaluasi Keberhasilan Pelatihan

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa semua peserta merasa percaya diri dengan keterampilan yang mereka peroleh untuk menjalankan tugas sebagai kader Posyandu Remaja, didampingi oleh kader posyandu balita, lansia, Puskesmas dan Bu Dukuh.

2. Tercapainya Sasaran

Pelatihan ini berhasil menjangkau sasaran utama, yaitu:

- a. Calon kader Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan, dengan jumlah peserta sebanyak 20 remaja berusia 15–20 tahun, dari perwakilan tiap RT sejumlah 5 orang.
- b. Peserta berasal dari berbagai latar belakang pendidikan, memungkinkan kolaborasi dan pembagian tugas yang efektif dalam mendirikan Posyandu Remaja.
- c. Peserta menunjukkan partisipasi aktif selama pelatihan, dengan tingkat kehadiran mencapai 100% pada seluruh sesi.

3. Tercapainya Target

Dengan telah dilaksanakan pengabdian kepada Masyarakat dalam bentuk edukasi dan demonstrasi sebagai bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, dari target yang telah ditentukan dalam pelatihan ini tercapai dengan hasil berikut:

- a. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan
 - Peserta memahami konsep dasar Posyandu Remaja, fungsi lima meja, dan alur layanan.
 - Simulasi praktik menunjukkan 90% peserta dapat menjalankan setiap tugas di lima meja dengan baik, yaitu:
Meja 1: Pendaftaran.
Meja 2: Penimbangan dan pengukuran
Meja 3: Pencatatan
Meja 4: Pelayanan Kesehatan atau Pemeriksaan Kesehatan

Meja 5: Konseling Gizi, Edukasi Kesehatan Reproduksi
dengan Penyampaian Informasi menarik

- b. Pembentukan Tim Kader Posyandu Remaja
 - Tim kader Posyandu Remaja dengan struktur organisasi ketua dan sekeretaris telah terbentuk dan siap menjalankan program, serta divisi lainnya di bentuk di pertemuan berikutnya
 - Tugas masing-masing kader telah didefinisikan berdasarkan keterampilan individu.
 - c. Rencana Tindak Lanjut
 - Jadwal Posyandu Remaja pertama telah dirancang dengan target pelaksanaan dalam 1 bulan ke depan, dan di barengkan dengan posyandu lansia dan balita, untuk mensukseskan ILP Kemenkes RI
 - Strategi pelibatan masyarakat melalui kegiatan sosialisasi lewat MMD telah disusun untuk meningkatkan partisipasi remaja dan keluarga.
4. Tercapainya Manfaat
- a. Manfaat bagi Peserta
 - Peserta mendapatkan pengetahuan dan keterampilan praktis yang dapat diterapkan langsung dalam pendirian Posyandu Remaja yang merupakan salah satu manfaat yang didapatkan melalui usaha promotif dalam bidang Kesehatan.
 - Peserta merasa lebih percaya diri untuk menjadi kader kesehatan di lingkungan mereka.
 - b. Manfaat bagi Masyarakat Padukuhan Tonalan
 - Terbentuknya Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan memberikan akses layanan kesehatan yang lebih dekat, khususnya untuk remaja.

- Edukasi kesehatan yang dilakukan kader posyandu remaja diharapkan dapat meningkatkan kualitas kesehatan remaja secara keseluruhan.
- c. Manfaat bagi Pemerintah Desa dan Puskesmas
- Kegiatan ini mendukung program kesehatan nasional yang fokus pada pemberdayaan masyarakat dan kesehatan remaja.
 - Posyandu Remaja dapat menjadi model bagi dusun lain dalam upaya mendekatkan layanan kesehatan berbasis komunitas.

C. Rincian Penggunaan Biaya Kegiatan

No	Uraian	Jumlah	Harga Satuan	Total
1	Form Kuesioner	20 Bundel	Rp 2.000	Rp 40.000
2	Bolpoint	20 buah	Rp 2.000	Rp 40.000
3	Spignomanometer digital	1 Buah	Rp 200.000	Rp 200.000
4	Microstoise (Pengukur tinggi badan)	1 buah	Rp 100.000	RP 100.000
5	Timbangan Berat Badan	1 Buah	Rp 50.000	Rp 50.000
6	Pita Lila dan Lingkar Perut	1 Buah	Rp 5.000	Rp 5.000
7	Air Mineral	1 Dus	Rp 30.000	Rp 30.000
8	BBM	6 Motor	Rp 10.000	Rp 60.000
9	Snack	25 Kotak	Rp 5.000	Rp 125.000
TOTAL BIAYA				Rp 650.000

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Pelatihan kader Posyandu Remaja merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan kesehatan remaja di Padukuhan Tonalan. Dengan bekal pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh melalui pelatihan, diharapkan kader mampu menjadi ujung tombak dalam mewujudkan remaja yang sehat, cerdas, dan berdaya. Terwujudnya Posyandu Remaja di Padukuhan Tonalan menjadi langkah awal yang penting untuk meningkatkan kualitas kesehatan remaja melalui pendekatan berbasis komunitas.

B. Saran

1. Optimalisasi Pendampingan Pasca-Pelatihan

Disarankan agar pihak terkait, seperti Dukuh dan puskesmas, memberikan pendampingan intensif kepada kader Posyandu Remaja dalam masa awal operasional untuk memastikan keberlanjutan program.

2. Peningkatan Partisipasi Remaja

Perlu dilakukan sosialisasi lebih luas kepada remaja di Padukuhan Tonalan lewat perkumpulan karang taruna agar jumlah peserta Posyandu Remaja meningkat dan layanan dapat menjangkau lebih banyak remaja.

3. Penyediaan Sarana dan Prasarana

Disarankan untuk melengkapi fasilitas pendukung dengan mengajukan anggaran kalurahan Argosari lewat Dukuh, seperti alat ukur dan cek kesehatan, agar kegiatan Posyandu Remaja berjalan optimal.

4. Evaluasi dan Monitoring Berkala

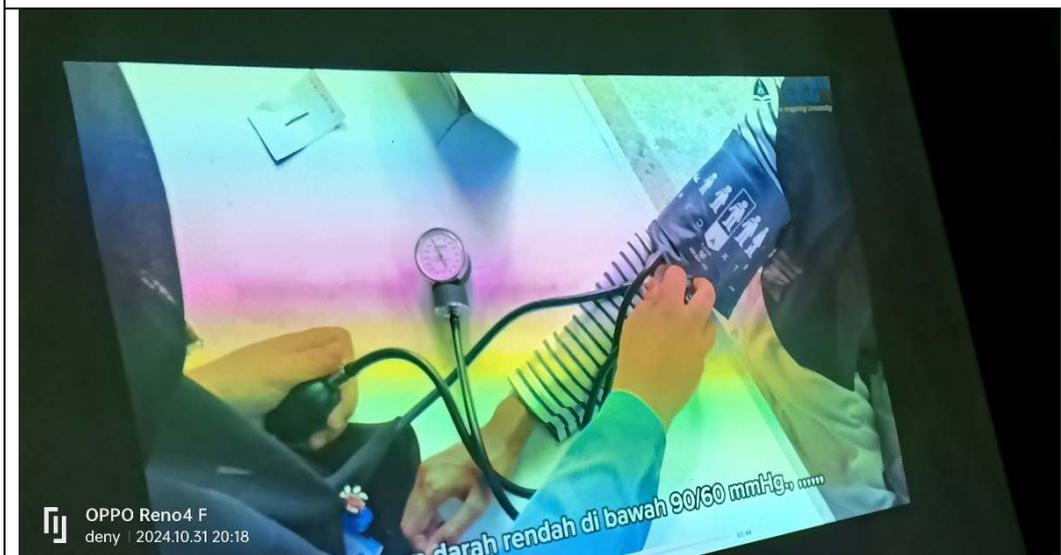
Sebaiknya dilakukan evaluasi berkala terhadap kegiatan Posyandu Remaja untuk menilai efektivitas layanan serta memberikan pelatihan tambahan jika diperlukan.

REFERENSI

1. Husnah R, Amir EF, Sari YA. Pengaruh Kader Remaja Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja: The Influence of Youth Cadres on Increasing Youth Knowledge About Adolescent Reproductive Health. *Bunda Edu-Midwifery J BEMJ* [Internet]. 2024 Jul 31 [cited 2025 Jan 13];7(2):289–94. Available from: <https://bemj.e-journal.id/BEMJ/article/view/197>
2. Puslitbang Kementerian Kesehatan RI. Perilaku Berisiko Kesehatan pada Pelajar SMP dan SMA di Indonesia [Internet]. Jakarta: Badan LITBANGKES KEMENTERIAN KESEHATAN RI; 2015. Available from: https://cdn.who.int/media/docs/default-source/ncds/ncd-surveillance/data-reporting/indonesia/gshs/gshs-2015-indonesia-report-bahasa.pdf?sfvrsn=eb05c71c_2&download=true
3. Olivia Anugrah Cahyani K, Agushybana F, Djoko Nugroho R. Hubungan Pola Komunikasi Orang Tua Asuh dengan Pengetahuan dan Sikap Kesehatan Reproduksi Remaja Panti Asuhan Kabupaten Klaten Tahun 2020. *J Kesehat REPRODUKSI* [Internet]. 2023 Jan 2 [cited 2025 Jan 13];12(1):15–25. Available from: <https://journaliakmitangsel2.iakmi.or.id/index.php/kespro/article/view/4>
4. Mustari R, Indriyana I. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi di Dusun Pallantikang Desa Balumbung Kecamatan Bontoramba Kabupaten Jeneponto Tahun 2017. 2018 Dec 25 [cited 2025 Jan 13];3(2):78–86. Available from: <https://jurnal.uit.ac.id/MedBid/article/view/93>
5. Yuliani M, Yufina Y, Maesaroh M. Gambaran Pembentukan Kader Dan Pelaksanaan Posyandu Remaja dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja. *SELAPARANG J Pengabd Masy Berkemajuan* [Internet]. 2021 Apr 6 [cited 2025 Jan 13];4(2):266. Available from: <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/4157>
6. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu di Bidang Kesehatan [Internet]. 2023 [cited 2025 Jan 13]. Available from: <https://ayosehat.kemkes.go.id/pedoman-umum-pengelolaan-posyandu>
7. Mintarsih SN, Tursilowati S, Ambarwati R, Mardiana M, Ismawanti Z. Implementation of Integrated Health Service and Promotion Posts for Non-Communicable Diseases (NCDs) to Improve Knowledge, Anthropometric and Nutritional Counseling Skills of Adolescent Cadres in Schools. *AgriHealth J Agri-Food Nutr Public Health* [Internet]. 2024 Apr 17 [cited 2025 Jan 13];5(1):54. Available from: <https://jurnal.uns.ac.id/agrihealth/article/view/84079>
8. Susanti S, Agustini F, Dewi DN, Rosmiati T. Pendampingan Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu Remaja Uswatun Hasanah Desa Cikunir Wilayah Kerja Puskesmas Singaparna. *Kolaborasi J Pengabd Masy* [Internet]. 2023 Jun 30 [cited 2025 Jan 13];3(3):154–8. Available from: <https://journal.inspira.or.id/index.php/kolaborasi/article/view/276>

9. Wahyuntari E, Ismarwati I. Pembentukan kader kesehatan posyandu remaja Bokoharjo Prambanan. *J Inov ABDIMAS KEBIDANAN JIAK* [Internet]. 2020 Feb 29 [cited 2025 Jan 13];1(1):14–8. Available from: <http://ejournal-aipkema.or.id/index.php/jiak/article/view/65>
10. Kalurahan Argosari, Kapanewon Sedayu, Kabupaten Bantul, DI Yogyakarta. Argosari. 2017 [cited 2025 Jan 13]. Profil Dusun Tonalan Kalurahan Argosari, Kapanewon Sedayu, Kabupaten Bantul, DI Yogyakarta. Available from: <https://argosari.bantulkab.go.id/first/artikel/161>

LAMPIRAN DOKUMENTASI KEGIATAN





LAMPIRAN MATERI KEGIATAN

SATUAN ACARA PENYULUHAN PELATIHAN POSYANDU REMAJA

Pokok Bahasan	: Pelatihan Calon Kader Remaja
Sub Pokok Bahasan	: 1. Pengertian Posyandu Remaja 2. Langkah-langkah Pelaksanaan Posyandu Remaja 3. Cara Pengukuran (TB, BB, TD, LILA, LP)
Sasaran	: Remaja
Target	: Calon Kader Remaja
Hari/tanggal	: 31 Oktober 2024
Waktu	: 75 menit
Tempat	: Ibu Dukuh Tonalan

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa storm and stress, karena remaja mengalami banyak tantangan baik dari diri mereka sendiri (biopsychosocial factors) ataupun lingkungan (environmental factors). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Berbasis Sekolah di Indonesia tahun 2015 (GSHS) dapat terlihat gambaran faktor risiko kesehatan pada pelajar usia 12-18 tahun (SMP dan SMA) secara nasional, sebanyak 41,8% laki-laki dan 4,1% perempuan mengaku pernah merokok, 14,4% laki-laki dan 5,6% perempuan pernah mengonsumsi alkohol, lalu juga didapatkan 2,6% laki-laki pernah mengonsumsi narkoba dan perilaku seksual di mana didapatkan 8,26% pelajar laki-laki dan 4,17% pelajar perempuan usia 12-18 tahun pernah melakukan hubungan seksual (1)

Kemajuan teknologi di dunia sangat begitu pesat termasuk di Indonesia, dengan perkembangan teknologi yang pesat maka berkembang juga permasalahan remaja di Indonesia. Ada yang menjurus ke hal positif dan juga ke hal yang negatif di berbagai kota besar di Indonesia, sekitar 20 hingga 30 persen remaja mengaku pernah melakukan hubungan seks. Banyak remaja yang melakukan gaya hidup tidak sehat seperti perilaku seksual sebelum menikah, merokok, menggunakan narkoba, makan- makanan yang tidak sehat

dan cara diet yang salah demi menjaga berat badan yang ideal (2)

Melihat kenyataan ini maka pada kelompok remaja, perlu dilakukan pemberian pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan seksual secara komprehensif. Pemberian konseling, informasi dan edukasi (KIE) kesehatan reproduksi diharapkan dapat mempersiapkan diri menjalani masa pubernya sesuai dengan kebutuhannya. Posyandu Remaja atau Pos Pelayanan Terpadu Remaja adalah sebuah wadah Pos Kesehatan Remaja yang memfasilitasi dalam memahami seluk beluk remaja selama masa puber yang ditujukan kepada siswa dan remaja pada umumnya. Selain itu pos pelayanan terpadu remaja berfungsi juga sebagai sebuah wadah untuk memberi remaja kesempatan berkembang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristiknya melalui pendekatan terpadu dari segi medis dan agamis (3)

Kompleksnya permasalahan kesehatan pada remaja, tentunya memerlukan penanganan yang komprehensif dan terintegrasi yang melibatkan semua unsur dari lintas program dan sektor terkait, itu diakibatkan karena tidak ada wadah remaja untuk mendapatkan pengetahuan dan informasi terkait kesehatan (4).

Posyandu remaja merupakan institusi layanan kesehatan yang spesifik untuk remaja usia 13–24 tahun. Institusi ini bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan remaja melalui pelayanan kesehatan primer, edukasi, dan layanan sosial. Namun, prevalensi posyandu remaja yang tidak aktif saat ini menjadi permasalahan yang perlu diselesaikan. Posyandu remaja merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat termasuk remaja dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja untuk meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja. Pelayanan kesehatan remaja di Posyandu adalah pelayanan kesehatan yang peduli remaja, mencakup upaya promotif dan preventif, meliputi: Keterampilan Hidup Sehat (PKHS), kesehatan reproduksi remaja, kesehatan jiwa dan pencegahan penyalahgunaan Napza, gizi, aktifitas fisik, pencegahan Penyakit Tidak

Menular (PTM) dan pencegahan kekerasan pada remaja. Pembentukan posyandu remaja yang dapat digunakan sebagai wadah para remaja untuk menciptakan wadah pembinaan dan memahami pentingnya gaya hidup sehat, meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi, gizi, mengurangi kejadian kenakalan pada remaja (2)

Pentingnya pemberdayaan kesehatan kepada masyarakat dalam hal ini terutama kader remaja merupakan salah satu bentuk strategi promosi kesehatan. Pelatihan yang diberikan kepada kader remaja merupakan salah satu bentuk upaya meningkatkan pengetahuan remaja terkait kesehatan reproduksi.

B. TUJUAN

1. Umum

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan remaja mampu mengetahui dan memahami mengenai posyandu remaja

2. Khusus

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan, remaja diharapkan dapat menjelaskan dan mampu melakukan tentang:

- a. Pengertian posyandu remaja
- b. Langkah-langkah pelaksanaan posyandu remaja
- c. Cara pengukuran (TB, BB, TD, LILA, LP)

C. METODE

1. Diskusi
2. Demonstrasi
3. Tanya Jawab

D. MEDIA

1. PowerPoint
2. Alat Tensi
3. Microtoise (Pengukur TB)
4. Timbangan Berat Badan
5. Pita Lila dan Lingkar perut

E. MATERI

Terlampir

F. KEGIATAN PENYULUHAN

No	Kegiatan Penyuluhan	Waktu	Kegiatan Peserta
1	Pendahuluan <ul style="list-style-type: none"> ○ Memberikan salam ○ Memberikan pertanyaan apersepsi ○ Mengkomunikasikan pokok bahasan ○ Mengkomunikasikan tujuan 	10 menit	Menjawab salam Mendengarkan Mendengarkan Mendengarkan Pretest
2	Kegiatan inti <ul style="list-style-type: none"> ○ Menjelaskan tentang pengertian posyandu remaja ○ Menjelaskan cara pelaksanaan posyandu remaja ○ Menjelaskan cara pengukuran (TB, BB, TD, LILA, LP) ○ Demonstrasi 5 meja pelatihan kader remaja 	50 menit	Memperhatikan Mendengarkan Bertanya Mempraktikkan Memperhatikan
3	Penutup <ul style="list-style-type: none"> ○ Menyimpulkan materi penyuluhan bersama peserta ○ Memberikan evaluasi ○ Mememberikan salam penutup 	15 menit	Memperhatikan Mendengarkan Posttest Menjawab
Total Waktu		75 menit	

G. PENGORGANISASIAN

1. Pembimbing : Deny
2. Koordinator : Ucup
3. Presentator : Ufairroh
4. Moderator : Rine
5. Fasilitator : Wahyu
6. Notulen : Siska
7. Dokumentasi : Vina

H. EVALUASI

1. Evaluasi struktur
 - a. Tersedianya materi tentang posyandu remaja
 - b. Persiapan alat kesehatan sudah tersedia sebelum kegiatan dimulai
 - c. Permohonan izin sudah dilakukan sebelum kegiatan berlangsung
 - d. Peserta mengatakan bersedia mengikuti penyuluhan
2. Evaluasi proses
 - a. Posyandu dengan 5 langkah

Langkah 1: Pendaftaran

Langkah 2: Pengukuran

Langkah 3: Pencatatan

Langkah 4: Pelayanan kesehatan

Langkah 5: KIE/Konseling

b. Acara ini dihadiri oleh 17 orang remaja yang hadir dari 20 remaja yang diundang.

3. Evaluasi hasil

a. Hasil pengetahuan pre-test posyandu remaja adalah dengan nilai rata-rata 82% saat di post-test nilai rata-rata menjadi 93%. Terjadi peningkatan nilai rata rata 11%

b. Remaja mampu mempraktikkan cara pengukuran di Langkah nomor 2

c. Remaja mampu menjelaskan kembali Langkah-langkah posyandu remaja

I. LAMPIRAN MATERI

1. Definisi Posyandu Remaja

Posyandu remaja merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat termasuk remaja dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan, guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja untuk meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja (7).

Kader remaja menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) adalah individu yang terlatih dan diberdayakan untuk berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di komunitas, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan remaja. Kader ini diharapkan dapat:

- a. Menyebarkan Informasi: Memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi, gizi, dan perilaku hidup sehat kepada teman sebaya.
- b. Meningkatkan Kesadaran: Mendorong remaja untuk lebih sadar akan pentingnya kesehatan mental dan fisik.
- c. Mengorganisir Kegiatan: Mengadakan kegiatan yang mendukung kesehatan remaja, seperti penyuluhan dan kampanye kesehatan.
- d. Menjadi Jembatan: Menjadi penghubung antara remaja dan layanan kesehatan yang ada.

Melalui peran ini, kader remaja diharapkan dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan remaja di masyarakat.

2. Langkah-langkah Pelaksanaan Posyandu Remaja

Pelaksanaan Kegiatan terdiri menjadi 5 meja Menurut Kemenkes (3):

Langkah	Kegiatan	Pelaksanaan
Pertama	Pendaftaran ✓ Pengisian daftar hadir ✓ Untuk kunjungan pertama kali, remaja mengisi formulir data diri dan pengisian form atau Kuesioner	Kader dibantu oleh tim

Kedua	Pengukuran ✓ Penimbangan Berat Badan (BB) ✓ Pengukuran Tinggi Badan (TB) ✓ Pengukuran Tekanan darah (TD) ✓ Lingkar Lengan Atas (LILA) dan Lingkar Perut ✓ Pengecekan anemia untuk remaja putri secara klinis, apabila ada tanda klinis anemia dirujuk ke fasilitas Kesehatan	Kader dibantu oleh tim
Ketiga	Pencatatan Kader melakukan pencatatan hasil pengukuran ke dalam buku register dan Buku Pemantauan Kesehatan Remaja	Kader dibantu oleh tim
Keempat	Pelayanan kesehatan diberikan sesuai dengan permasalahan antara lain: ✓ Pemberian tablet tambah darah atau Vitamin ✓ Merujuk remaja ke fasilitas kesehatan jika diperlukan	Kader dibantu oleh tim Dengan dipantau oleh tenaga kesehatan
Kelima	KIE Kegiatan dilakukan secara bersama-sama yaitu Kegiatan penyuluhan Kesehatan Reproduksi, yang mencakup tentang pemberian informasi tentang organ reproduksi remaja, pubertas, proses kehamilan, menstruasi, KB, penyakit menular seksual, infeksi menular seksual, gender dan pendewasaan usia perkawinan	Kader dibantu oleh tim

3. Cara Pengukuran (TD, BB, TB, LILA, LP)

a. Cara Pengukuran Tekanan Darah

Untuk mengukur tekanan darah menggunakan tensi manual, ikuti langkah-langkah berikut:

- 1) Persiapan: Pastikan pasien duduk tenang selama 5 menit sebelum pengukuran.
- 2) Posisi: Letakkan lengan pasien pada permukaan datar, sejajar dengan jantung.
- 3) Pemasangan Manset: Pasang manset di lengan atas, sekitar 2-3 cm di atas siku.
- 4) Pengukuran: Gunakan stetoskop untuk mendengar detak jantung saat mengembang dan mengempiskan manset.
- 5) Membaca Hasil: Catat tekanan sistolik (angka pertama) dan diastolik (angka kedua)

Tekanan darah normal, tinggi, dan rendah dibedakan berdasarkan angka tekanan darah sistolik (TDS) dan diastolik (TDD):

- 1) Tekanan darah normal: TDS 120-129 mmHg dan/atau TDD 80-84 mmHg
- 2) Tekanan darah normal-tinggi: TDS 130-139 mmHg dan/atau TDD 85-89 mmHg
- 3) Tekanan darah tinggi: TDS 140-159 mmHg dan/atau TDD 90-99 mmHg
- 4) Tekanan darah rendah: TDS dan TDD di bawah 90/60 mmHg

b. Cara pengukuran Tinggi Badan

Pengukuran tinggi badan yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) biasanya diikuti dengan beberapa langkah untuk memastikan hasil pengukuran yang akurat. Berikut adalah langkah-langkah cara pengukuran tinggi badan menurut Kemenkes:

- 1) Siapkan Alat Ukur: Gunakan meter panjang yang benar dan pastikan ia stabil dan lurus.
- 2) Pastikan meter panjang tidak ada keretakan atau cacat lainnya yang bisa mempengaruhi ketepatannya.
- 3) Posisikan Orang yang Diberi Ukuran:
- 4) Letakkan subjek dalam posisi tegak lurus dengan lantai tanpa alas kaki.
- 5) Pastikan subjek berdiri dengan kedua telapak kakinya rapat dan tungkai lurus.
- 6) Mulailah Pengukuran Tinggi Badan:
- 7) Mulai ukuran dari atas rambut sampai atas telapak kaki.
- 8) Pastikan meter panjang tegak lurus dan posisinya stabil.
- 9) Catatlah hasil ukuran dengan tepat, pastikan angka yang ditampilkan sudah benar dan tidak ada kesalahan.
- 10) Untuk memastikan hasil yang akurat, ulangi proses pengukuran beberapa kali jika diperlukan.

11) Simpan hasil pengukuran tersebut ke dalam catatan medis subjek sebagai data resmi.

c. Cara Pengukuran Berat Badan

Berikut adalah langkah-langkah cara pengukuran berat badan menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia:

1) Persiapan:

- a) Pastikan Anda memiliki instrumen pengukuran berat badan yang akurat, biasanya berupa timbangan digital.
- b) Siapkan ruang yang stabil dan aman untuk pengukuran.

2) Posisi Pasien/Peserta:

- a) Letakkan pasien/peserta di atas timbangan dengan posisi tegak lurus dan kaki rapat bersandar pada permukaan tanah.
- b) Pastikan sandal/sandal karet dilepas untuk mendapatkan hasil yang akurat.

3) Teknik Pengukuran:

- a) Masukkan kaki pasien/peserta sepenuhnya ke dalam platform timbangan.
- b) Biarkan pasien/peserta berdiri diam selama beberapa saat untuk memastikan pembacaan berat badan stabil.
- c) Catatlah hasil pembacaan berat badan tersebut.

4) Perencanaan Ulang:

Jika perlu, ulangi pengukuran untuk memastikan hasil yang akurat. Biasanya, dua kali pengukuran yang sama akan memberikan hasil yang dekat.

Untuk mengetahui apakah berat badan remaja normal dapat menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT merupakan perbandingan sederhana antara berat badan dan tinggi badan yang digunakan untuk mengklasifikasikan status gizi. Berikut kategori IMT untuk remaja:

- 1) Kurus: IMT kurang dari 17,0 atau 17,0–18,4
- 2) Normal: IMT 18,5–25,0
- 3) Gemuk: IMT 25,1–27,0
- 4) Gemuk berat (obesitas): IMT lebih dari 27,0

d. Cara Pengukuran Lingkar Lengan Atas

Langkah-langkah Pengukuran

1) Persiapan

- Pastikan subjek dalam posisi duduk yang nyaman dengan lengan terlepas dari tubuh.
- Lengan yang diukur harus dalam keadaan relax, tidak tegang.
- Menentukan Titik Pengukuran
- Cari titik tengah antara siku dan bahu pada lengan non-dominan (biasanya lengan kiri).
- Tandai titik tersebut dengan menggunakan spidol atau pensil.

2) Melakukan Pengukuran

- Lingkarkan pita ukur di sekitar lengan pada titik yang telah ditandai.
- Pastikan pita ukur tidak terlalu ketat atau longgar; cukup pas agar bisa merasakan tekanan tetapi tidak menekan kulit.

3) Membaca Hasil Pengukuran

Bacalah angka pada pita ukur di titik awal pengukuran (titik tengah antara siku dan bahu).

4) Catat hasil pengukuran dalam satuan sentimeter (cm).

5) Mengulangi Pengukuran

Untuk memastikan akurasi, lakukan pengukuran dua kali dan ambil rata-rata jika terdapat perbedaan signifikan.

6) Mencatat Data

Catat hasil pengukuran beserta tanggal dan identitas subjek untuk keperluan analisis lebih lanjut.

Interpretasi Hasil

Lingkar lengan atas (LILA) normal untuk remaja adalah:

- 1) Untuk remaja 10-14 tahun, LILA kurang dari 18,5 cm
- 2) Untuk remaja 15-17 tahun, LILA kurang dari 22,0 cm

Pengukuran LILA merupakan cara sederhana untuk mengetahui risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK). Di Indonesia, ambang batas LILA untuk wanita usia subur (WUS) yang berisiko KEK adalah 23,5 cm. Jika LILA kurang dari angka tersebut, maka calon pengantin wanita berisiko KEK.

Kriteria perhitungan LILA untuk status gizi adalah:

- 1) Obesitas: LILA lebih dari 120,
- 2) Overweight: LILA 110-120,
- 3) Normal: LILA 90-110,
- 4) Kurang: LILA 60-90,
- 5) Buruk: LILA kurang dari 60

e. Cara Pengukuran Lingkar Perut

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, lingkar perut normal untuk remaja adalah: Pria: kurang dari 90 cm, Wanita: kurang dari 80 cm. Lingkar perut yang melebihi batas tersebut menandakan adanya kelebihan lemak perut.

Untuk mengukur lingkar perut, bisa mengikuti langkah-langkah berikut:

- 1) Lepaskan jaket
- 2) Lingkarkan pita pengukur di sekitar perut sejajar dengan pusar
- 3) Atur titik 0 di pusar
- 4) Pastikan pita pengukur tidak terlalu kencang atau terlalu longgar
- 5) Jangan menahan napas
- 6) Catat angka pada pita pengukur yang bertemu dengan titik 0

LAMPIRAN SURAT TUGAS



Jl. Brawijaya 99, Yogyakarta 55183
Telp. (0274) 4342288, 4342270 Fax. (0274) 4342269
www.almaata.ac.id uaa@almaata.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor: 064a/A/ST/LP2M/AA/X/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. apt. Daru Estiningsih., M.Sc.
Jabatan : Kepala LPPM Universitas Alma Ata

Dengan ini memberikan tugas kepada:

Nama	Jabatan
1. Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE.	: Dosen S1 Keperawatan
2. Wahyu Fauziah, S.Kep (240301175)	: Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners
3. Vina Utami, S.Kep (240301174)	: Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners
4. Siska Ristiana, S.Kep (240301168)	: Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners
5. Rine Alhim, S.Kep (240301159)	: Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners
6. Ufairah Salma Pratiwi, S.Kep (240301172)	: Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners
7. Ucup Firdus, S.Kep (240301171)	: Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners

Untuk dapat melakukan Pengabdian Masyarakat yang berjudul "**Pelatihan Mempersiapkan Calon Kader Posyandu Remaja Padukuhan Tonalan untuk Mendirikan Posyandu Remaja**" yang dilaksanakan pada:

Hari/tanggal : Kamis/31 Oktober 2024
Waktu : Pukul 19.30 WIB - Selesai
Tempat : Rumah Ibu Dukuh Tonalan, Argosari, Sedayu, Bantul

Demikian surat tugas ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Hormat kami,
Kepala LPPM Universitas Alma Ata

Dr. apt. Daru Estiningsih, M.Sc.

The University that never ends with its innovation