Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA)
Vol.4, No.2, Mei 2025, pp.70-77
ISSN: 2827-9484, e-ISSN: 2808-232x
http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/Ji-SOMBA

EDUKASI KESADARAN KESEHATAN DAN PERILAKU REMAJA DI DESA KALIKEJABON KECAMATAN TEMBELANG JOMBANG 2025

Rahayu Prasetyo[1], Novita Nur Synthiawati[2], Masruchan[3]
[1,2,3]Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Jombang, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima, 17 Mei 2025
Direvisi, 26 Mei 2025
Diterima, 31 Mei 2025

Kata Kunci:

Edukasi Kesehatan
Perilaku Remaja

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, baik fisik maupun psikologis, akibat kurangnya pengetahuan dan kesadaran terhadap pentingnya perilaku hidup sehat. Kondisi ini semakin diperparah dengan terbatasnya akses informasi kesehatan yang komprehensif di daerah pedesaan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan serta membentuk perilaku hidup sehat di kalangan remaja desa. Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 1 Februari 2025 di Desa Kalikejabon Kecamatan Tembelang, dengan melibatkan 38 remaja usia 12–18 tahun sebagai sasaran utama. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, diskusi kelompok dan simulasi dan pembuatan media edukatif. Materi yang disampaikan mencakup kesehatan reproduksi, gizi seimbang, kesehatan mental, serta pembullyan dan pergaulan bebas. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pada peserta, yang diukur melalui pre-test dan post-test. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran kolektif serta menciptakan lingkungan desa yang mendukung pertumbuhan remaja secara sehat dan produktif.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Corresponding Author:

Novita Nur Synthiawati,
Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan,
Universitas PGRI Jombang,
Jl. Pattimura III/20 Jombang, Jawa Timur.
Email: novitanurs.stkipjb@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan sebuah investasi untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sesuai dengan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan. Tujuan pembangunan kesehatan adalah meningkatnya kesadaran masyarakat, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya dapat terwujud. Tujuan tersebut berjalan optimal, dengan diawali pembangunan kesehatan dimulai dari unit terkecil dalam tatanan masyarakat yaitu keluarga. Kesehatan merupakan salah satu fokus perhatian setiap negara. Masyarakat yang sehat tentunya dapat mewujudkan masyarakat yang produktif. Dengan produktifnya masyarakat dapat mendukung program pemerintah untuk membentuk Sumber Daya

Manusia (SDM) unggul menuju Indonesia maju. Masalah kesehatan di masyarakat dapat dikurangi dengan cara melaksanakan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Marisda et al., 2021).

Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang seharusnya memang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh masyarakat sebagai salah satu cara menjaga kesehatannya. Mengingat kesehatan merupakan hal penting bagi setiap manusia mulai dari bekerja dan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Kesehatan reproduksi adalah keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara lengkap dan bukan hanya adanya penyakit atau kelemahan, dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsi serta prosesnya (Lubis, 2016). Kesehatan reproduksi adalah modal utama untuk dapat mencetak generasi penerus yang berkualitas yang akan memajukan bangsa. Untuk mendapatkan kesehatan reproduksi yang sehat optimal diperlukan pemeliharaan yang berkualitas sedini mungkin, yaitu sejak remaja (Nasution et al., 2022).

Remaja merupakan kelompok usia strategis yang sedang berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, terjadi berbagai perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang berpengaruh terhadap cara berpikir, bertindak, dan berinteraksi. Oleh karena itu, remaja memerlukan bimbingan dan edukasi yang tepat agar mampu membentuk perilaku hidup sehat serta memiliki kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri maupun lingkungan. Namun, kenyataannya, di banyak wilayah pedesaan, termasuk di Desa Kalikejabon, kesadaran remaja terhadap kesehatan masih tergolong rendah.

Masa remaja merupakan salah satu masa yang sangat penting dalam siklus hidup manusia dimana terjadi perubahan yang sangat dramatis baik perubahan fisik, seksual, psikologis, maupun mental. Remaja merupakan kelompok populasi yang besar, yaitu sekitar 20% dari polulasi dunia dan 85% di antaranya tinggal di negara sedang berkembang. Menurut UNICEF remaja Indonesia menduduki 17% dari seluruh jumlah populasi Indonesia atau setara dengan 46 juta jiwa, dengan 52% laki-laki dan 48% lainnya adalah remaja perempuan. Remaja selalu identik dengan periode transisi dari anak menjadi dewasa, dimana perlu bimbingan dan dukungan positif dari lingkungan dan orang terdekat. Perkembangan yang dialami remaja meliputi fisik (primer-sekunder), psikologis (intelektual-sosial), emosi, bahasa, moral dan spiritual (Yanti et al., 2022).

Secara fisik remaja relatif sehat karena sudah tidak mudah menderita penyakit infeksi seperti masa anak dan belum terlalu berisiko mengalami penyakit degeneratif seperti orang tua. Meskipun demikian, kelompok remaja sangat berisiko mengalami masalah kesehatan yang berhubungan dengan perilaku, terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Menurut *World Health Organization* (WHO) sepertiga masalah kesehatan pada dewasa berhubungan dengan kondisi atau perilaku yang dialami pada masa remaja. Masalah perilaku remaja saling berkaitan satu dengan lainnya, namun demikian sesungguhnya dapat dicegah dan ditangani.

Berdasarkan hasil observasi awal dan komunikasi dengan tokoh masyarakat, diketahui bahwa remaja di Desa Kalikejabon cenderung kurang memahami pentingnya pola hidup sehat. Beberapa permasalahan yang muncul di antaranya adalah minimnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, rendahnya kepedulian terhadap kebersihan pribadi dan lingkungan, kurangnya pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang, serta adanya kecenderungan perilaku yang kurang positif akibat pengaruh lingkungan dan media sosial. Situasi ini diperparah dengan terbatasnya akses informasi yang akurat serta kurangnya kegiatan edukatif yang secara khusus ditujukan bagi kelompok remaja.

Melihat kondisi tersebut, diperlukan suatu upaya edukatif yang mampu meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan serta mendorong

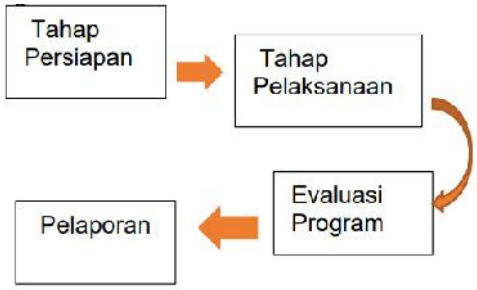
terbentuknya perilaku hidup sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada remaja di Desa Kalikejabon melalui pendekatan yang interaktif dan partisipatif. Kegiatan ini bertujuan untuk untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan serta membentuk perilaku hidup sehat di kalangan remaja desa seperti menjaga kebersihan diri, menerapkan pola makan seimbang, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta menghindari perilaku berisiko seperti merokok, konsumsi alkohol, dan seks bebas. Selain itu, pengabdian ini juga berfokus pada pemberian pemahaman yang benar mengenai kesehatan reproduksi dan kesehatan mental agar remaja mampu membuat keputusan yang bijak.

2. METODE

Ada dua metode yang digunakan dalam kegiatan meliputi 1).Penyuluhan interaktif, diskusi kelompok, studi kasus ringan, serta kuis edukatif sebagai alat evaluasi, 2).Pendekatan *asset based community driven development*, pendekatan ABCD mengarah pada konteks pemahaman dan internalisasi asset, potensi, kekuatan dan pendayagunaan secara mandiri dan maksimal adalah sebagai berikut:

a. Menganalisis keadaan dan menemukan potensi kekuatan (*Discovery*). Tahapan *Discovery* dilakukan berdasarkan pre test dan post test, perolehan perubahan sebagai indikator bahwa mitra telah meningkat pemahamannya.
b. Merumuskan kebutuhan dan keinginan mitra melalui seleksi potensi (*Dream*).
c. Menilai sumber daya, kemampuan mitra, merencanakan kegiatan (Desain).
d. Menentukan mitra pasangan lain yang saling simbiosis.
e. Merumuskan bentuk tindakan dan upaya yang tepat dan kreatif melalui kegiatan terpadu (*Difine*).
f. Melaksanakan tindakan/kegiatan (*Destiny*).

Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 1 Februari 2025 di Desa Kalikejabon Kecamatan Tembelang, dengan melibatkan 38 remaja usia 12–18 tahun sebagai sasaran utama. Alur tahapan pengabdian masyarakat sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan Pengabdian Masyarakat

Adapun alur keseluruhan pelaksanaan pengabdian ini sebagai berikut ini:

1. Tahap persiapan tahap ini merupakan tahapan persiapan keberangkatan menuju lokasi.
2. Tahap pelaksanaan pada tahap ini, Tim Pengabdi Prodi Penjas UPJB melaksanakan kegiatan sosialisasi berupa edukasi kesadaran kesehatan dan perilaku remaja. Adapun sosialisasi sebagai berikut:
   a. Pembukaan ini diawali dengan pembacaan doa dan sambutan dari Ketua Tim Pengabdian Prodi Pendidikan Jasmani Universitas PGRI Jombang, dan Ketua Karang Taruna Desa Kalikejabon Kec. Tembelang Jombang.

b. Penyampaian materi sedangkan pada materi dibahas tentang kesehatan reproduksi remaja, Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS), pentingnya gizi seimbang, bahaya pergaulan bebas dan pembullyan dan kesehatan mental pada remaja.
c. Tanya jawab pada tahap ini dilakukan sesi diskusi dan testimoni (*sharing*) dengan tema:*"Edukasi Kesadaran Kesehatan dan Perilaku Remaja di Desa Kalikejabon"*
d. Pemberian *doorprize* dan penutup pemberian hadiah kenang-kenangan dengan menjawab pertanyaan yang sudah disediakan panitia.
e. Dilanjutkan do'a penutup.
f. Evaluasi program.
   Setelah kegiatan tersebut dilanjutkan dengan kegiatan umpan balik/evaluasi. Kegiatan umpan balik peserta ini dimaksudkan untuk dasar evaluasi dari kegiatan pengabdian ini. Umpan balik ini berisi saran, tanggapan, serta sejauh mana pemahaman yang diperoleh peserta setelah diadakan pelatihan tersebut. Hal ini sangat penting dari edukasi kesehatan dan prilaku remaja bagi kader karang taruna di Desa kalikejabon Kecamatan Tembelang Kabupaten Jombang. Tim Pengabdi membagikan selembar pre test dan post test. Pre test dilaksanakan sebelum diadakan edukasi kesehatan dan perilaku remaja dan post test dilaksanakan setelah edukasi kesehatan dan perilaku remaja.

3. HASIL DAN ANALISIS

3.1 Hasil

Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan serta membentuk perilaku hidup sehat di kalangan remaja desa. Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema *"Edukasi Kesadaran Kesehatan dan Perilaku Remaja di Desa Kalikejabon"*. Sebelum dan sesudah kegiatan para peserta diberikan soal mengenai pemahaman mereka terkait kesehatan reproduksi, gizi seimbang, kesehatan mental, serta pembullyan dan pergaulan bebas. Hasil Dari pre test dan post test tersebut dianalisis dan dibuat tabel untuk mengetahui jawaban peserta edukasi. Dalam sesi umpan balik ini, sebagian besar peserta memberikan respon yang positif, terlihat dari beberapa komentar peserta yang hadir maupun dari ketua karang taruna Desa Kalikejabon. Secara umum dapat disimpulkan bahwa peserta pelatihan merespons secara positif pelatihan ini. Dari kelima aspek di atas terjadi peningkatan rata-rata sebesar 45%, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa peserta pelatihan paham terhadap materi kesehatan dan perilaku remaja yang disampaikan Tim pengabdi. Selanjutnya tanggapan peserta terhadap pemateri.

Tabel 1. Presentase Pemahaman Peserta terhadap Materi Kesadaran Kesehatan dan Perilaku Remaja Kader Karang Taruna Desa Kalikejabon Kecamatan Tembelang Jombang

No.	Aspek Soal	Pre test Jawaban Benar	Post Test Jawaban Benar	Kesimpulan
1.	Definisi kesadaran kesehatan reproduksi remaja	30%	100%	Meningkat
2.	Perilaku hidup bersih dan sehat	60%	100%	Meningkat
3.	Pentingnya gizi seimbang	50%	85%	Meningkat
4.	Bahaya pergaulan bebas	50%	100%	Meningkat
5.	Bahaya pembullyan dan kesehatan mental remaja	60%	90%	Meningkat

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh prosentase pemahaman peserta terhadap materi Kesadaran kesehatan dan perilaku remaja Kader Karang Taruna Desa Kalikejabon Kecamatan Tembelang Jombang menunjukkan peningkatan. Dari kelima aspek di atas terjadi peningkatan rata-rata sebesar 45%, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa peserta pelatihan paham terhadap materi kesadaran kesehatan dan perilaku remaja yang disampaikan Tim pengabdi. Selanjutnya tanggapan peserta terhadap pemateri disajikan pada tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Presentase Jawaban Tanggapan Peserta Terhadap Pemateri

No.	Alternatif Tanggapan terhadap Pemateri	Presentase Jawaban
1.	Materi Yang disampaikan mudah dipahami	80%
2.	Interaktif	80%
3.	Menyenangkan	85%
4.	Komunikatif	85%

Berdasarkan tabel di atas, dibahas presentase tanggapan peserta terhadap pemateri kesadaran kesehatan dan perilaku remaja kader Karang Taruna Desa Kalikejabon Kecamatan Tembelang Jombang dari alternatif tanggapan terhadap pemateri baik materi yang disampaikan, penyajian dari materi baik segi interaktif, menyenangkan, dan komunikatif memperoleh menunjukkan rata rata sebesar 82,5%. Berikut gambar tentang kegiatan pengabdian masyarakat yang di lakukan di Desa Kalikejabon Kecamatan Tembelang Jombang:



Gambar 1. Penjelasan Materi Kesadaran Kesehatan Dan Perilaku Remaja

3.2 Analisis

Persiapan yang dilakukan dalam pengabdian ini mencangkup beberapa prosedur antara lain *survey* lokasi dimana tim pengabdian prodi penjas Universitas PGRI Jombang melakukan tinjauan ke lokasi kemudian dilakukan pengumpulan materi, dilanjutkan dengan mengurus perizinan tempat lokasi pengabdian akan dilaksanakan dan ditutup dengan proses perancangan proposal kegiatan pengabdian. Peninjauan kembali yang dilakukan mencangkup beberapa prosedur antara lain, memastikan kesiapan anggota dengan membangi tugas kepada setiap anggota. Selanjutnya dilakukan penentuan narasumber yang sesuai dengan tema pengabdian dan tak lupa pula memantapkan penggunaan peralatan penunjang yang nantinya akan mendukung segala bentuk kegiatan pengabdian,

Selama kegiatan berlangsung, para remaja menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif. Mereka berani mengajukan pertanyaan, berdiskusi, serta menyampaikan pandangan

terkait isu-isu kesehatan remaja yang mereka hadapi di lingkungan sekitar. Beberapa peserta bahkan menyampaikan keinginan untuk meneruskan edukasi ini kepada teman sebaya yang tidak hadir melalui forum informal di lingkungan mereka.

Kegiatan ini memberikan gambaran bahwa edukasi kesehatan dengan pendekatan yang komunikatif dan kontekstual mampu memberikan dampak signifikan terhadap pemahaman remaja, bahkan dalam waktu yang relatif singkat. Adanya dukungan dari perangkat desa, orang tua, serta suasana yang nyaman turut menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini. Pernyataan ini di dukung oleh pernyataan (Pratiwi, 2015; Susilowati & Susilowati, 2016) menyatakan bahwa perilaku sehat merupakan perilaku seseorang baik yang terlihat maupun tidak terlihat yang bertujuan dalam rangka memelihara maupun meningkatkan derajat kesehatan secara optimal serta upaya mencegah resiko dari berbagai penyakit yang mungkin terjadi. Perilaku sehat tidak hanya dilakukan agar terbebas dari penyakit. Menurut (Synthiawati & Febriyanti, 2023) perilaku kesehatan adalah suatu umpan balik seseorang karena adanya stimulus yang diberikan terkait dengan sakit dan penyakit. Kebersihan diri dapat berupa kebersihan tubuh yang meliputi mandi teratur, mencuci pakaian secara teratur, dan menyikat gigi setiap hari. Sanitasi berupa lingkungan sekitar manusia, dapat berupa pekarangan, mulai dari dalam ruangan, hingga tempat umum di sekitar manusia (Mualfah et al., 2023).



Gambar 2. Antusiasme Peserta Mengikuti Kegiatan

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan upaya untuk membantu masyarakat agar dapat menerapkan cara-cara pola hidup yang bersih dan sehat dalam rangka menjaga, memelihara, maupun meningkatkan kesehatan yang dapat mensejahterahkan hidup di dalam anggota masyarakat (Addin et al., 2021). Dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebenarnya sangatlah mudah bila dibandingkan harus mengeluarkan biaya yang mahal untuk pengobatan jika mengalami gangguan kesehatan (Addin et al., 2021). Sehingga untuk mengatasi masalah ini, maka diperlukan informasi dan sosialisasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat kepada masyarakat agar dapat tumbuh suatu kesadaran akan pentingnya mewujudkan perilaku hidup bersih dan sehat di dalam masyarakat demi kesehatan serta kesejahteraan anggota masyarakat.

Namun, karena keterbatasan waktu, pembahasan belum dapat dilakukan secara mendalam untuk setiap topik. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa program berkelanjutan, seperti pelatihan *peer educator*, pembentukan kelompok remaja peduli kesehatan, atau penyediaan sesi konsultasi berkala dengan tenaga kesehatan. Dengan

capaian peningkatan pemahaman hingga 85%, kegiatan ini dapat disimpulkan berhasil dalam mencapai tujuan utamanya. Kegiatan semacam ini diharapkan dapat menjadi model atau inspirasi untuk diterapkan di desa-desa lain dengan kondisi serupa.

4. KESIMPULAN

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan membentuk perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan pengabdian ini telah memberikan kontribusi yang signifikan dalam mendukung pembentukan generasi muda yang sehat dan berdaya. Dengan demikian, disarankan agar kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan, serta melibatkan berbagai pihak terkait, seperti sekolah, tenaga kesehatan, dan pemerintah desa, guna memperluas dampak positif dan menciptakan ekosistem yang mendukung tumbuh kembang remaja secara optimal di Desa Kalikejabon.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh hormat dan rasa syukur, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berperan serta dalam mendukung dan menyukseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertajuk edukasi kesadaran kesehatan dan perilaku remaja di Desa Kalikejabon. Ucapan terima kasih secara khusus kami sampaikan kepada Pemerintah Desa Kalikejabon, atas dukungan moril dan fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan lancar, Remaja dan Masyarakat Desa Kalikejabon, yang telah berpartisipasi aktif dan menunjukkan antusiasme selama seluruh rangkaian kegiatan berlangsung. Pihak lembaga penyelenggara Universitas PGRI Jombang yang telah memberikan kesempatan dan dukungan penuh terhadap pelaksanaan kegiatan ini, baik dalam bentuk pendanaan, logistik, maupun sumber daya manusia. Kami menyadari bahwa keberhasilan kegiatan ini tidak terlepas dari kerja sama dan kontribusi seluruh pihak. Semoga sinergi ini dapat terus terjalin dalam kegiatan-kegiatan pengabdian di masa yang akan datang, demi terwujudnya masyarakat yang sehat, cerdas, dan berdaya.

DAFTAR PUSTAKA

Addin, M. F., Setyono, B. W., Daffa, M. A., Akmal, M., & Suryanto, A. (2021). Pentingnya Edukasi Mengenai Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Abdimas*, *25*(2), 187–191.

Lubis, N. L. (2016). *Psikologi Kespro. Wanita dan Perkembangan Reproduksinya: Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologinya*. Kencana.

Marisda, D. H., Thahir, R., & Windasari, D. P. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dalam Mewujudkan Masyarakat Yang Produktif. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, *5*(2), 354–363.

Mualfah, D., Rahmadeli, S., Mahesa, P., & Majid, S. S. (2023). Sosialisasi Kebersihan Lingkungan Serta Cara Olah Sampah Bernilai Ekonomis. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, *7*(2), 221–225.

Nasution, L. K., Siregar, R. J. S., & Suryani, E. (2022). Penyuluhan Pentingnya Kesadaran Kesehatan Reproduksi Remaja Di Sma Negeri 8 Padangsidimpuan Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*, *1*(2), 10–13.

Pratiwi, P. E. (2015). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada tatanan rumah tangga masyarakat Using (Studi Kualitatif di Desa Kemiren, Kecamatan Glagah, Kabupaten Banyuwangi)*.

Susilowati, D., & Susilowati, D. (2016). *Promosi kesehatan*.

Synthiawati, N. N., & Febriyanti, R. (2023). The Nutrition Awareness Family Education Movement (KADARZI) Towards An Independent Family For The People Of Jombok Village, Kec. Ngoro Jombang. *GANDRUNG: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 1158–1166.

Yanti, E. S., Risnasari, N., Nurahmawati, D., Wulaningtyas, E. S., Mulazimah, M., Puspitasari, O., Purnamasari, R. I., & Rahmadini, S. N. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi bagi Remaja Masa Kini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, *2*(1), 55–59.