

Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Terkait Penjaringan Kesehatan Remaja Melalui Pemberdayaan Sekolah

Laras Sitoayu^{1,*}, Lintang Purwara Dewanti², Rika Mutiara³, Lutfi Fanani⁴,
Putri Azahra Sumitra², Dian Puspita Sari², Yutta Lilin Sabda Meiliana²,
Muhammad Rizzqi Ramadhan², Muhamad Zaidan Jayakusuma³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan,
Universitas Esa Unggul, Jl. Arjuna Utara No.9, Jakarta Barat, Indonesia

²Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan,
Universitas Esa Unggul, Jl. Arjuna Utara No.9, Jakarta Barat, Indonesia

^{1,3}Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan,
Universitas Esa Unggul, Jl. Arjuna Utara No.9, Jakarta Barat, Indonesia

⁴Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Ilmu Komputer,
Universitas Brawijaya, Jl. Veteran, Ketawanggede, Lowokwaru, Kota Malang, Indonesia

*Penulis korespondensi: laras@esaunggul.ac.id

Dikirim : 7 September 2024

Direvisi : 22 Oktober 2024

Diterima : 26 Oktober 2024

Abstrak: Masalah kesehatan remaja di Indonesia menunjukkan adanya tren yang meningkat dan perlu menjadi pusat perhatian. Salah satu upaya mengurangi masalah kesehatan pada remaja adalah dengan adanya penjaringan kesehatan di sekolah, tetapi sayangnya kegiatan itu belum banyak berhasil dilakukan secara efektif dan berkala. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan dan sikap terkait penjaringan kesehatan remaja di SMA Sejahtera 1 Depok, dengan sasaran Tim Penjaringan Kesehatan Remaja (PKR). Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah Community Development. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan sebanyak 12 poin dan sikap sebanyak 8 poin terkait penjaringan kesehatan beserta pentingnya program kesehatan di sekolah. Diharapkan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap, Tim PKR mampu menjadi penggerak dalam mengimplementasikan penjaringan kesehatan di sekolah secara aktif dan berkala.

Kata kunci: gizi remaja, kesehatan remaja, pemberdayaan sekolah, penjaringan kesehatan

Abstract: Adolescent health problems in Indonesia show an increasing trend and need to be the center of attention. One effort to reduce health problems in adolescents is by providing health screening in schools, but unfortunately, this activity has not been carried out effectively and regularly. This community service aims to increase knowledge and attitudes regarding adolescent health screening at SMA Sejahtera 1 Depok, with the target of the Penjaringan Kesehatan Remaja Team (PKR). The method used in this activity is Community Development. The results of this community service activity succeeded in increasing knowledge by 12 points and attitudes by 8 points regarding health screening and the importance of health programs in schools. It is hoped that by increasing knowledge and attitudes in the PKR Team, it will be

able to become a driving force in implementing health screening in schools actively and periodically.

Keywords: *adolescent nutrition, adolescent health, health screening, school empowerment*

1. Pendahuluan

Lebih dari 1 milyar remaja putri di dunia menderita kekurangan berat badan, tinggi badan, zat gizi mikro, dan anemia (UNICEF, 2023). Di Indonesia, seperempat remaja usia 13-18 tahun mengalami pendek, 9% bertubuh kurus, 16% mengalami kegemukan/obesitas, dan seperempat remaja putri mengalami anemia. Prevalensi anemia tinggi pada remaja putri, sedangkan kurus dan pendek cukup tinggi pada remaja laki-laki (UNICEF, 2021). Sejalan dengan permasalahan tersebut, Peraturan Presiden No.72 tahun 2021 pasal 3 menyatakan bahwa salah satu sasaran pelaksanaan percepatan penurunan *stunting* yaitu remaja dan calon pengantin (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2018). Berdasarkan uraian tersebut dan melihat masih tingginya permasalahan pada remaja maka fokus kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Penjaringan Kesehatan Remaja (PKR).

Pemeriksaan kesehatan anak sekolah merupakan salah satu indikator standar pelayanan minimal (SPM) yang dilakukan untuk mengidentifikasi permasalahan kesehatan sejak usia dini yang mengganggu pembelajaran dan tumbuh kembang anak sehingga perlu segera ditindaklanjuti. Semua anak di Indonesia, termasuk remaja, mempunyai hak yang sama atas kesehatan dan salah satu cara untuk mencapai hak ini adalah pemeriksaan kesehatan rutin di sekolah (Kementerian Kesehatan RI, 2018a).

Saat ini, program Pemeriksaan Kesehatan Remaja (PKR) sudah ada di sekolah-sekolah, tetapi masih belum efektif. Hal ini disebabkan kurangnya sumber daya dan belum adanya alat yang memudahkan penjaringan kesehatan. Salah satu sekolah yang belum berhasil melaksanakan program PKR adalah SMA Sejahtera 1 Depok. PKR bagi siswa hanya dilakukan satu kali dalam setahun dan tidak berkala. PKR di SMA Sejahtera 1 Depok berada di bawah tanggung jawab tim pelaksana PKR yang dibentuk sejak akhir tahun 2022. Pelaksanaan PKR dilakukan dengan cara melatih tenaga atau tenaga kesehatan dengan bantuan guru (Kementerian Kesehatan RI, 2018b). Lokasi mitra diberikan dalam Gambar 1.



Gambar 1. Lokasi Mitra Sasaran

Sesuai dengan program pemerintah terkait kegiatan PKR, instrumen yang digunakan untuk melakukan penjarangan kesehatan adalah rapor kesehatanku versi buku cetak. Namun, sosialisasi rapor kesehatanku ini baru dilakukan kepada guru SMA Sejahtera 1 Depok di awal tahun 2024, padahal seharusnya sudah terimplementasi. Rapor kesehatanku juga harus diisi secara manual sehingga tidak efektif untuk diaplikasikan dan pada akhirnya tidak dilakukan secara berkala. Penjarangan kesehatan hanya bisa dilakukan satu kali setahun pada siswa baru.

Untuk mengatasi hal tersebut, perlu adanya inovasi yang diharapkan akan mengisi kesenjangan dan memudahkan pemangku kebijakan setempat untuk melakukan evaluasi serta merencanakan program intervensi yang tepat berdasarkan hasil PKR. Tahun 2023, telah berhasil dilakukan riset dengan judul “Pengembangan Penjarangan Kesehatan Berbasis Digital yang Terintegrasi dengan Kurikulum untuk Membangun Literasi Kesehatan”. Riset tersebut membuat inovasi *e-rapor* sehatku (<https://e-raporsehatku.com/>) yang memudahkan kegiatan penjarangan kesehatan sekolah (Sitoayu *et al.*, 2023). Pada aplikasi *e-rapor* sehatku ada beberapa fitur yang telah disesuaikan dengan buku rapor kesehatanku, antara lain: 1) Pengukuran berat badan, tinggi badan, dan status gizi; 2) Grafik pertumbuhan; 3) Pengukuran lingkaran perut; 4) Kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD); 5) Kesehatan mental; 6) Fitur edukasi remaja; 7) *Multiple user* (siswa, orang tua, guru, tim pelaksana PKPR). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengimplementasikan hasil riset tersebut sebagai salah satu solusi permasalahan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap terkait PKR.

2. Metode

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah *community development*, di mana tim pengabdian memberdayakan tim Penjaringan Kesehatan Remaja (PKR) untuk bisa menjadi panutan (*role model*) dalam keberlanjutan program PKR di sekolah. Kegiatan ini dilakukan pada 14 orang anggota Tim PKR SMA Sejahtera 1 Depok yang dilaksanakan pada Jumat, 23 Agustus 2024 dengan tujuan peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai PKR dan pentingnya keberlanjutan program kesehatan di sekolah.

Kegiatan pengabdian ini memberikan edukasi kepada tim PKR yang terdiri dari pembina PMR, guru/wali kelas, dan siswa. Media edukasi yang digunakan berupa buku saku berseri Si Pintar 1 seperti diperlihatkan dalam Gambar 2. Selain itu, sebagai evaluasi dilakukan juga *pre-test* dan *post-test* selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung



Gambar 2. Buku Saku Si Pintar

3. Hasil dan Diskusi

Kegiatan ini diawali dengan *pre-test* pengetahuan dan sikap peserta terkait PKR. Peserta diminta mengerjakan 10 soal pengetahuan dan 10 soal sikap yang berupa *multiple choice* selama 15 menit. Soal yang diberikan diambil dari materi buku saku dan materi edukasi yang disampaikan. *Pre-test* baik dilakukan sebagai bentuk evaluasi pemberian edukasi atau pembelajaran (Effendy, 2016). Hasil rata-rata *pre-test* untuk pengetahuan yang diperoleh adalah 72,14, sedangkan untuk rata-rata sikap sebesar 72,85.

Edukasi dilanjutkan dengan penyampaian materi terkait PKR dan pentingnya program kesehatan di sekolah. Materi yang disampaikan sesuai dengan permasalahan terkait gizi dan kesehatan yang sering ditemukan pada remaja, antara lain konsumsi makan yang tidak seimbang, anemia, status gizi yang kurang atau berlebih, perundungan/*bullying*, dan kesehatan mental. Tim PKR juga diperkenalkan aplikasi e-rapor sehatku sebagai *tools* untuk melakukan penjangkaran kesehatan secara mudah. Tim PKR sangat antusias dalam menyimak materi yang diberikan karena selain banyak dialami oleh orang sekitar di lingkungan sekolah juga banyak menjadi permasalahan di masyarakat. Dokumentasi kegiatan edukasi diberikan dalam Gambar 3.

Salah satu materi yang banyak dipertanyakan mengenai gizi seimbang, hal ini terbukti juga dari hasil *pre-test*, di mana kesalahan paling banyak adalah masih menganggap 4 sehat lima sempurna sebagai anjuran konsumsi sehari-hari, bukan gizi seimbang. Selain itu, masih seputar gizi seimbang, ditemukan banyak kesalahan ketika *pre-test* terkait porsi makanan pokok dalam sehari. Tim PKR umumnya menjawab lebih dari 2/3 porsi piring. Dalam 1 piring setiap kita makan, 2/3 bagian dari setengah piring masing-masing diisi untuk makanan pokok dan untuk sayuran, 1/3 bagian dari setengah piring masing-masing diisi untuk lauk-pauk dan untuk buah. Dalam satu hari, kita dianjurkan untuk makan sumber karbohidrat 3-4 porsi, makan sayur 3-4 porsi, buah 2-3 porsi, makanan sumber protein hewani dan nabati 2-4 porsi (Rachmi dkk., 2019).



Gambar 3. Edukasi Penjangkaran Kesehatan Remaja

Topik lainnya yang menjadi perhatian peserta adalah kesehatan mental dan perundungan. Pihak sekolah telah memiliki program untuk meminimalisasi perundungan dengan adanya pelarangan dan pemberian sanksi bagi yang melakukan, tetapi untuk kesehatan mental sangat

sulit untuk dihindari para remaja. Siswa dirasa lebih mudah tersinggung dan sulit mengendalikan emosional sebagai generasi Z sehingga jika ada masalah mudah sekali terkena mental. Peran guru sebagai orang tua di sekolah amat sangat penting untuk bisa mengantisipasi masalah kesehatan mental pada remaja. Beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa Generasi Z relatif lebih cenderung mencari bantuan kesehatan mental daripada generasi yang lain (Istiningtyas, 2022).

Secara keseluruhan, pentingnya penjangkaran kesehatan di sekolah menjadi topik menarik bagi peserta untuk diketahui. Mereka memahami perlunya dilakukan penjangkaran kesehatan secara berkala agar siswa dan komunitas sekolah memiliki status kesehatan yang optimal dan mampu berprestasi. Peserta juga tertarik menggunakan aplikasi *e-rapor* sehatku. Hasil rata-rata *post-test* baik pengetahuan dan sikap peserta mengalami peningkatan. Rata-rata *post-test* pengetahuan naik menjadi 83,57, sedangkan untuk rata-rata sikap naik menjadi 80,71. Jawaban pertanyaan yang salah ketika *pre-test* sudah mengalami perubahan menjadi benar, meskipun belum 100% benar semua.

Diharapkan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap pada tim PKR terkait penjangkaran kesehatan, implementasi penjangkaran kesehatan di sekolah dapat dilakukan baik secara mandiri maupun bekerja sama dengan instansi kesehatan setempat dan dilakukan secara berkala. Tim PKR mampu menjadi penggerak aktif kegiatan penjangkaran kesehatan di sekolah. Penjangkaran kesehatan dapat mengurangi risiko penyakit yang ditimbulkan dari perawatan diri yang kurang baik dan untuk meningkatkan derajat kesehatan siswa. Pelaporan hasil penjangkaran kesehatan dapat pula dijadikan alat komunikasi antara orang tua, guru, dan siswa sebagai promotif dan preventif terhadap kesehatan (Natalia & Anggraeni, 2022).

4. Kesimpulan

Peningkatan pengetahuan dan sikap terkait penjangkaran kesehatan berhasil dilakukan pada tim PKR, dibuktikan dengan adanya peningkatan skor pre-post pada pengetahuan sebesar 12 poin dan pada sikap sebesar 8 poin. Diharapkan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap pada tim PKR terkait penjangkaran kesehatan, implementasi penjangkaran kesehatan di sekolah dapat dilakukan baik secara mandiri maupun bekerja sama dengan instansi kesehatan setempat dan dilakukan secara berkala.

Daftar Referensi

- Effendy, I. 2016. Pengaruh Pemberian *Pre-test* dan *Post-Test* terhadap Hasil Belajar Mata Diklat HDW.DEV.100.2.a pada Siswa SMK Negeri 2 Lubuk Basung. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik Elektro*, 1(2), 81-88.
- Istiningtyas, L. 2022. Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Generasi-Z Setelah Pandemi Covid-19. *Proceeding Conference on Genuine Psychology*, 2, 231–238. Available at: <http://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/gpsy/article/view/450%0Ahttp://proceedings.radenfatah.ac.id/index.php/gpsy/article/download/450/211>.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018a. Petunjuk Teknis Penjaringan Kesehatan dan Pemeriksaan Berkala Anak Usia Sekolah dan Remaja. *Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat*, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018b. Rapor Kesehatanku Buku Catatan Kesehatan Tingkat SMP/MTs dan SMA/SMK/MA. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, Jakarta.
- Natalia, S. & Anggraeni, S. 2022. Skrining Kesehatan Anak Sekolah sebagai Upaya Deteksi Kesehatan Sejak Dini. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(1), 47–50. Available at: <https://doi.org/10.30994/jceh.v5i1.340>.
- Rachmi, C.N., Wulandari, E., Kurniawan, H., Wiradnyani, L.A.A., Ridwan, R., & Akib, T.C. 2019. Buku Panduan untuk Fasilitator: Aksi Bergizi, Hidup Sehat Sejak Sekarang untuk Remaja Kekinian. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, Jakarta.
- Sitoayu, L., Dewanti, L.P., Melani, V., Agustina, N., & Fanani, L. 2023. Need Assessment for the Development of e-Rapor Sehatku as an Adolescents Health Screening Application. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 7(3), 428-437. Available at: <https://doi.org/10.23887/jppp.v7i3.67831>.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. 2018. Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (*Stunting*) Periode 2018-2024. *Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*, Jakarta.
- UNICEF. 2021. Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku: Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia. *UNICEF Indonesia*, Jakarta.
- UNICEF. 2023. Undernourished and Overlooked: A Global Nutrition Crisis in Adolescent Girls and Women. *United Nations Children's Fund (UNICEF)*, New York.