



**INTERNATIONAL COLLABORATION: STRENGTHENING ADOLESCENT
HEALTH PROGRAMS THROUGH GLOBAL PARTNERSHIPS IN
EMPOWERING SCHOOL HEALTH PROGRAM CADRES AND PEER TUTORS**

**KOLABORASI INTERNASIONAL: PENGUATAN PROGRAM KESEHATAN
REMAJA MELALUI KEMITRAAN GLOBAL DALAM PEMBERDAYAAN
KADER USAHA KESEHATAN SEKOLAH (UKS) DAN TUTOR SEBAYA**

Ivon Diah Wittiarika*¹, Ratna Dwi Jayanti¹, Andriyanti², Dewi Setyowati¹,
Riri Aprianti¹, Nency Mirasari¹, Mulia Dian Sumbawati¹,
Siti Nurul Komariah¹, Pupus Ultraluana¹, Deby Artika Pangastutik¹,
Nensiana Neno¹, Ngatwati¹, Yublina Rambu Mbali Idi¹,
Nurhayati Fitria Amin¹, Mohamed Alif Haikal², Fatin Nazurah Izzati²,
Siti Norhikmah²

*¹ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

² Bachelor of Health Science (Nursing), Pengiran Anak Puteri Rashidah Sa'adatul
Bolkiah Institute of Health Sciences, Universiti Brunei Darussalam

*e-mail: ivon.diah@fk.unair.ac.id

Abstract

This study focuses on the importance of reproductive health education for adolescents as an effort to improve knowledge and attitudes in facing puberty and mental health. Adolescents, aged 10-19 years according to WHO and 10-18 years according to the Indonesian Ministry of Health, are in a critical transition period that affects their physical, mental and social health. Lack of knowledge about puberty and how to deal with it can have a negative impact on reproductive health, including the risk of anemia, obesity, and mental health problems experienced by more than a third of adolescents in Indonesia. As a solution, Adolescent Posyandu was implemented at SMP Negeri 57 Surabaya by involving Student Health Unit (UKS) cadres as peer tutors. This activity is a collaboration between the Midwife Professional Education Study Program of the Faculty of Medicine, Universitas Airlangga, Siwalankerto Health Center and the University of Brunei Darussalam, was carried out on November 8, 2024 and attended by 26 students. The program consisted of five stages of service: registration, health checks (blood pressure, weight, height, upper arm circumference (LiLA), abdominal circumference (LP)), recording, nutrition in health education, and counseling. In addition, counseling on puberty, nutrition, and mental health was delivered through educational games to improve the cognitive, affective, and psychomotor aspects of adolescents. The results showed an increase in participants' understanding of physical changes during puberty, the importance of nutrition, and the important role of peers in supporting mental health through educational games. UKS cadres are expected to act as pioneers in disseminating the information and knowledge gained to their peers, thus creating a school environment that supports adolescent health. The long-term positive impact is expected to contribute to the achievement of the 3rd Sustainable Development Goals (SDGs), namely ensuring healthy lives and well-being for all ages by 2030. The implementation of the program went smoothly with the support of the Puskesmas and the school, demonstrating the effectiveness of the peer education approach in improving adolescent health status.

Received 13 November 2024; Received in revised form 10 February 2025; Accepted 10 February 2025; Available online 27 March 2025.

 [10.20473/jlm.v9i1.2025.133-139](https://doi.org/10.20473/jlm.v9i1.2025.133-139)



Copyright: © by the author(s) Open access under CC BY-SA license
[Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Keywords: *Adolescent Reproductive Health; Peer Tutor; Adolescent Posyandu; Puberty; Mental Health.*

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam menghadapi masa pubertas serta kesehatan mental. Remaja, kelompok usia 10-19 tahun menurut WHO dan 10-18 tahun menurut Kementerian Kesehatan RI, berada dalam masa transisi kritis yang mempengaruhi kesehatan fisik, mental, dan sosial mereka. Kurangnya pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana menghadapinya dapat berdampak negatif pada kesehatan reproduksi, termasuk risiko anemia, obesitas, serta masalah kesehatan mental yang dialami lebih dari sepertiga remaja di Indonesia. Sebagai solusi, posyandu remaja diimplementasikan di SMP Negeri 57 Surabaya dengan melibatkan kader Unit Kesehatan Siswa (UKS) sebagai tutor sebaya. Kegiatan ini, hasil kerjasama Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Puskesmas Siwalankerto dan Universitas Brunei Darussalam, dilaksanakan pada 8 November 2024 dan diikuti oleh 26 siswa dan siswi. Program terdiri dari lima tahapan layanan: pendaftaran, pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas (LiLA), lingkaran perut (LP)), pencatatan, penyuluhan gizi, serta konseling. Selain itu, penyuluhan mengenai pubertas, nutrisi, dan kesehatan mental disampaikan melalui permainan edukatif untuk meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor remaja. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang perubahan fisik selama pubertas, pentingnya nutrisi, serta peran penting teman sebaya dalam mendukung kesehatan mental melalui permainan edukatif. Kader UKS diharapkan berperan sebagai pelopor dalam menyebarkan informasi dan pengetahuan yang diperoleh kepada teman-temannya, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan remaja. Dampak positif jangka panjang diharapkan berkontribusi pada pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs) ke-3, yaitu menjamin kehidupan sehat dan kesejahteraan bagi semua usia pada tahun 2030. Pelaksanaan program berjalan lancar dengan dukungan Puskesmas dan pihak sekolah, menunjukkan efektivitas pendekatan pendidikan sebaya dalam meningkatkan derajat kesehatan remaja.

Kata kunci: *Kesehatan Reproduksi Remaja ; Tutor Sebaya; Posyandu Remaja; Pubertas; Kesehatan Mental.*

PENDAHULUAN

Remaja menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Masa ini sangat penting karena merupakan penentu masa depan bangsa, terlebih remaja merupakan masa peralihan fisik, mental dan sosial. Kesehatan reproduksi remaja merupakan kondisi sehat yang meliputi sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja merupakan hal penting sebagai upaya menghindari kekerasan dan penyimpangan seksual berbasis gender bagi remaja. Maka dari itu, remaja perlu mendapatkan perhatian serius, salah satunya adalah pendidikan kesehatan reproduksi (Nasution and Manik 2020).

Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidaktahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut. Seberapa serius perubahan masa puber akan mempengaruhi perilaku sebagian besar bergantung pada kemampuan dan kemauan anak untuk mengungkapkan keprihatinan dan kecemasannya kepada orang lain. apabila remaja

tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai perubahan-perubahan tersebut akan berdampak pada masalah kesehatan reproduksi. Masalah-masalah kesehatan reproduksi meliputi masalah kesehatan fisik, mental dan sosial remaja. Masalah kesehatan fisik pada remaja seperti anemia, obesitas dan remaja di Indonesia adalah 32% untuk usia 15-24 tahun dan 26,8% untuk usia 5-14 tahun. Sementara itu untuk kesehatan mental lebih dari sepertiga dari semua remaja (34.9%) di Indonesia menunjukkan suatu masalah mental (Wahdi et al. 2022). Sebagian besar remaja tidak ingin mengkomunikasikan masalah yang berkaitan dengan remaja dengan orang tua dan guru. Penelitian menunjukkan bahwa remaja seringkali menganggap teman sebaya sebagai sumber daya yang penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi (Evcili and Golbasi 2019).

Pubertas adalah periode mendalam yang terjadi selama masa remaja (Akça et al. 2015), termasuk serangkaian peristiwa biologis tertentu yang mencakup perkembangan payudara pada anak perempuan, perkembangan alat kelamin pada anak laki-laki, dan perkembangan rambut kemaluan pada kedua jenis kelamin. Permulaan peristiwa-peristiwa ini disebut waktu pubertas yang berfokus pada 'kapan' perkembangan pubertas dibandingkan perkembangan pubertas dibandingkan pada usia dan jenis kelamin yang sama. Masa pubertas dapat dibagi menjadi tiga tahap: (1) dini; (2) tepat waktu, dan (3) waktu pubertas terlambat. Penelitian baik di dalam negeri maupun internasional telah mengungkapkan tren jangka panjang pada masa pubertas dini. Bravender mengindikasikan usia pubertas itu lebih rendah dibandingkan 100 tahun yang lalu, dan apakah tren ini terus berlanjut selama 50 tahun terakhir masih belum jelas (Bravender 2015).

Pengetahuan remaja mengenai pubertas, gizi seimbang, dan kesehatan mental pada remaja dapat membantu remaja dalam menghadapi perubahan pada masa peralihan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup remaja. Kualitas hidup adalah indikator hasil yang komprehensif dan multidimensi yang melibatkan fungsi fisik, psikologis, dan sosial (Diao et al. 2020). Program pemerintah pada remaja untuk meningkatkan kualitas hidup remaja salah satunya adalah posyandu remaja. Posyandu remaja dilaksanakan berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.02.02/Menkes/52/2015 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015–2019.

Dengan latar belakang masalah tersebut kelompok mendukung program pemerintah dengan ikut serta melakukan kegiatan posyandu remaja di sekolah dengan sasaran kader UKS sebagai tutor sebaya. Tujuan posyandu remaja pada kader UKS di sekolah yaitu diharapkan kader UKS mampu menjalankan peran sebagai tutor sebaya sehingga dapat meneruskan informasi Kesehatan kepada seluruh siswa sehingga dapat meningkatkan derajat Kesehatan pada remaja. Kegiatan ini merupakan program kolaborasi antara mahasiswa profesi Bidan FK UNAIR & mahasiswa Universitas Brunei Darussalam dengan Puskesmas Siwalankerto beserta SMP Negeri 57 Surabaya.

METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Pengabdian masyarakat ini dilakukan hasil kerjasama dari Prodi Pendidikan Profesi Bidan, Puskesmas Siwalankerto serta Universitas Brunei Darussalam. Pelaksanaan posyandu remaja dengan tema “Kemas Kemeja” di SMP Negeri 57 Surabaya dilaksanakan pada tanggal 8 November 2024, diikuti oleh 26 siswa siswi SMP Negeri 57 Surabaya. Pelayanan posyandu remaja yang diberikan terdiri dari 5 meja yang terdiri dari:

meja 1 pendaftaran, meja 2 pemeriksaan, meja 3 pencatatan, meja 4 penyuluhan gizi, meja 5 konseling (gambar 1).



Gambar 1. Foto kegiatan posyandu remaja, meja 1 pendaftaran, meja 2 pemeriksaan, meja 3 pencatatan, meja 4 penyuluhan gizi, meja 5 konseling.

Kegiatan diawali dengan melakukan pemeriksaan kesehatan remaja meliputi tekanan darah, berat badan, tinggi badan, LILA (lingkar lengan atas), dan LP (lingkar perut). Kemudian dilakukan penyuluhan metode ceramah mengenai perubahan pada masa pubertas, kebutuhan nutrisi remaja dan juga mengenai kesehatan mental remaja oleh dosen dan mahasiswa. Mahasiswa dari Universiti Brunei Darussalam memberikan penjelasan bagaimana gambaran pelayanan kesehatan di Brunei Darussalam sehingga seluruh yang terlibat dalam sesi ini dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya kesehatan reproduksi remaja. Selain itu juga dilakukan permainan edukatif yang berhubungan dengan tema pubertas yang difasilitasi dosen bersama mahasiswa baik mahasiswa Universitas Airlangga maupun Universiti Brunei Darussalam. Permainan ini bertujuan untuk melatih kognitif, afektif dan psikomotor remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan sebaya merupakan solusi efektif dalam bidang pendidikan kesehatan remaja. Pendidikan sebaya didefinisikan sebagai “berbagi pengalaman dan pembelajaran di antara mereka yang memiliki usia, lingkungan hidup, dan budaya yang sama dengan sesuatu” (Diao et al. 2020). Interaksi dan pengamatan terhadap orang lain dapat mempengaruhi perilaku dan sikap individu. Menurut teori komunikasi, pendidikan sebaya memiliki kelebihan yaitu kesesuaian budaya yang kuat, penerimaan universal, dan ekonomi yang menguntungkan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendidikan sebaya memiliki efek prediktif yang baik terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan praktik pencegahan kesehatan mental pada remaja (Liu et al. 2015).



Gambar 2. Foto bersama dengan remaja SMP Negeri 57 Surabaya.

Dari kegiatan penyuluhan dan permainan edukatif didapatkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan sasaran penyuluhan dalam memahami perubahan pada masa pubertas, kesehatan mental, dan kebutuhan nutrisi remaja. Remaja mampu menjelaskan kembali pengertian remaja, perubahan primer dan sekunder pada remaja putri dan remaja laki-laki, mengerti peran teman sebaya pada masalah kesehatan mental dan mengerti kebutuhan nutrisi remaja melalui permainan edukatif. Perubahan ini diharapkan bisa membawa manfaat jangka panjang bagi remaja dan guru di lingkungan sekolah. Peserta posrem dalam hal ini kader UKS bisa berperan sebagai contoh atau pelopor perubahan untuk menyalurkan pengalaman serta pengetahuan yang telah didapatkan kepada teman di sekolah. Sehingga tujuan akhir dari pendampingan ini yaitu tercapainya target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang terdapat pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-3, yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan meningkatkan kesejahteraan bagi semua orang disegala usia pada tahun 2030.



Gambar 3. Foto kegiatan pelaksanaan game bersama remaja.

Secara keseluruhan, praktik kebidanan stase remaja yang dilakukan di SMP Negeri 57 wilayah kerja Puskesmas Siwalankerto berjalan sesuai dengan rencana. Kegiatan mendapat bimbingan dari pihak puskesmas, dosen, serta dukungan dari guru SMP Negeri 57 sehingga dapat berjalan lancar (gambar 2 & 3).

PENUTUP

Simpulan. Pengabdian kepada masyarakat melalui posyandu remaja, pemberian materi pada kader UKS SMP Negeri 57 Surabaya dengan topik Pubertas dan Kesehatan Mental, serta *sharing section* oleh mahasiswa Universiti Brunei Darussalam. Untuk mengevaluasi materi yang disampaikan, peserta mengikuti permainan edukatif.

Saran. Kader UKS diharapkan berperan sebagai pelopor dalam menyebarkan informasi dan pengetahuan yang diperoleh kepada teman-temannya, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terkait yakni Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Puskesmas Siwalankerto serta SMP Negeri 57, Surabaya yang telah mendukung terselenggaranya acara ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Akça, Ö. F., Ağaç Vural, T., Türkoğlu, S., and Kılıç, E. Z. 2015. "Anxiety Sensitivity: Changes with Puberty and Cardiovascular Variables." *Pediatrics International* 57 (1): 49–54.
- Bravender, T. 2015. "Adolescents and the Importance of Parental Supervision." *Pediatrics* 136 (4): 761–762.
- Diao, H., Pu, Y., Yang, L., Li, T., Jin, F., and Wang, H. 2020. "The Impacts of Peer Education Based on Adolescent Health Education on the Quality of Life in Adolescents: A Randomized Controlled Trial." *Quality of Life Research* 29 (1): 153–161.
- Evcili, F., and Golbasi, Z. 2019. "The Effect of Peer Education Model on Sexual Myths of Turkish University Students: An Interventional Study." *Perspectives in Psychiatric Care* 55 (2): 239–248.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak.
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.02.02/Menkes/52/2015 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019.
- Liu, Q., Liu, L., Vu, H., Liu, X., Tang, S., and Wang, H. 2015. "Comparison Between Peer-Led and Teacher-Led Education in Tuberculosis Prevention in Rural Middle Schools in Chongqing, China." *Asia Pacific Journal of Public Health* 27 (2): NP2101–NP2111.
- Nasution, I. P. A., and Manik, B. S. I. G. 2020. "Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMK Negeri 8 Medan." *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal* 2 (1): 38–43. Available at:

Ivon Diah Wittiarika, et al: *International Collaboration: Strengthening Adolescent Health Programs through Global Partnerships in Empowering School Health Program Cadres and Peer Tutors.*

<https://talenta.usu.ac.id/scripta/article/view/3424> [Accessed November 9, 2024].

Wahdi, A. E., Setyawan, A., Putri, Y. A., Wilopo, S. A., Erskine, H. E., Wallis, K., McGrath, C., Blondell, S. J., Whiteford, H. A., Scott, J. G., Blum, R., Fine, S., Li, M., and Ramaiya, A. 2022. *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Kementerian Kesehatan RI.