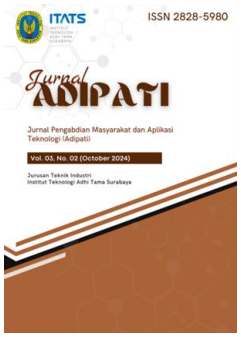
Cholifah, dkk., Jurnal ADIPATI, Vol. 05, No. 01, Tahun 2026
Homepage: https://ejurnal.itats.ac.id/adipati/
DOI: 10.31284/j.adipati.2026.v5i1.8152



Halaman:
7 – 14

Tanggal penyerahan:
04 September 2025

Tanggal revisi:
31 Oktober 2025

Tanggal diterima:
05 November 2025

Tanggal terbit:
11 November 2025

*penulis korespondensi
Email:
[1*]cholifah@umsida.ac.id

Jurnal Pengabdian Masyarakat dan aplikasi Teknologi (Adipati)

Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan Remaja di Pondok An-Nur Tanggulangin Sidoarjo

Cholifah[1], Choirun Nisak Aulina[2], dan Umi Khoirun Nisak[3]

[1]Program Studi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
[2] Program Studi Manajemen Informasi Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
[3] Program Studi Pendidikan PAUD, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Jl. Mojopahit No.666 B, Sidowayah, Sidoarjo, Jawa Timur, Indonesia

Abstract

Adolescents are a vulnerable group facing various health risks due to lack of access to education and early detection services. This community service program aimed to improve the knowledge and awareness of adolescents regarding general, reproductive, and mental health. The activity was conducted at Pondok An-Nur Tanggulangin, Sidoarjo, through a structured series of training and health checks. The method involved initial surveys to identify adolescent health needs, followed by curriculum preparation, participant recruitment, theoretical education, and hands-on practice. Health materials delivered included topics on general health, reproductive health, and mental well-being. Participants were also trained to conduct basic health assessments such as blood pressure, hemoglobin, and glucose levels. The results showed that 47.62% of participants had normal blood pressure, 23.81% were in the pre-hypertension range, and 28.57% showed signs of stage 1 hypertension. Hemoglobin tests indicated that 36.84% of adolescents had below-normal levels, while glucose checks showed all results within normal limits. This indicates the importance of early screening and education for adolescents. The program also successfully produced trained health youth cadres and developed digital as well as printed educational media. The active participation of the partner institution and adolescents greatly contributed to the program's success. This activity not only improved health literacy but also empowered adolescents to become agents of change in their communities. The program is expected to have a sustainable impact and can serve as a model for similar health education interventions in other adolescent communities.

***Keywords**: adolescent health, community empowerment, early screening, health education, reproductive health*

Abstrak

Remaja merupakan kelompok rentan yang menghadapi berbagai risiko kesehatan akibat kurangnya akses terhadap pendidikan dan layanan deteksi dini. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan umum, kesehatan reproduksi, dan kesehatan mental. Kegiatan ini dilaksanakan di Pondok An-Nur Tanggulangin, Sidoarjo, melalui serangkaian pelatihan dan pemeriksaan kesehatan yang terstruktur. Metode yang digunakan meliputi survei awal untuk mengidentifikasi kebutuhan kesehatan remaja, diikuti dengan persiapan metode, perekrutan peserta, edukasi teoretis, dan praktik langsung. Materi kesehatan yang disampaikan meliputi topik kesehatan umum, kesehatan reproduksi, dan kesejahteraan mental. Peserta juga dilatih untuk melakukan penilaian kesehatan dasar seperti tekanan darah, kadar hemoglobin, dan kadar glukosa. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 47,62% peserta memiliki tekanan darah normal, 23,81% berada pada rentang pre-hipertensi, dan 28,57% menunjukkan tanda-tanda hipertensi tahap 1. Pemeriksaan hemoglobin menunjukkan bahwa 36,84% remaja memiliki kadar di bawah normal, sementara pemeriksaan glukosa menunjukkan semua hasil dalam batas normal. Hal ini menunjukkan pentingnya skrining dan edukasi dini untuk remaja. Program ini juga berhasil menghasilkan kader kesehatan remaja terlatih serta mengembangkan media edukasi digital dan cetak. Partisipasi aktif dari institusi mitra dan remaja sangat berkontribusi pada keberhasilan program ini. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan literasi kesehatan tetapi juga memberdayakan remaja untuk menjadi agen perubahan di komunitas mereka. Program ini memberikan dampak yang berkelanjutan dan dapat menjadi model untuk intervensi edukasi kesehatan serupa di komunitas remaja lainnya.

Kata kunci: deteksi dini, edukasi kesehatan, kesehatan remaja, kesehatan reproduksi, pemberdayaan masyarakat

Homepage: https://ejurnal.itats.ac.id/adipati/
DOI: 10.31284/j.adipati.2026.v5i1.8152
Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu kelompok usia yang paling rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan. Masa remaja, yang berada dalam rentang usia 10–24 tahun, adalah fase transisi penting dalam kehidupan seseorang yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan (Annah, 2023). Perubahan tersebut tidak jarang diiringi dengan risiko terhadap perilaku tidak sehat, termasuk kurangnya kesadaran terhadap kesehatan reproduksi, tingginya stres emosional, dan pola hidup yang tidak seimbang. Di sisi lain, keterbatasan akses terhadap informasi dan layanan kesehatan turut memperburuk kondisi ini. Dalam konteks Indonesia, masih banyak remaja yang belum memiliki pemahaman memadai mengenai pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental, terutama di wilayah pinggiran atau yang tidak memiliki fasilitas pelayanan kesehatan yang optimal(Yani, dkk., 2025).

Upaya promosi kesehatan remaja menjadi semakin penting seiring dengan meningkatnya kasus anemia, gangguan mental, hingga hipertensi awal pada usia muda, yang sering kali tidak terdeteksi karena rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan dini(Gillespie, dkk., 2023; Rahmawati, 2023). Berdasarkan data Riskesdas, sekitar 32% remaja putri mengalami anemia, dan prevalensi gangguan psikologis di kalangan remaja terus meningkat tiap tahun (Sari, Herawati, Dhamayanti, & Hilmanto, 2022). Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak akan intervensi berbasis edukasi dan pemeriksaan kesehatan yang mampu menjangkau langsung kelompok usia ini(Chakrabarty, dkk., 2023).

Salah satu organisasi kepemudaan yang memiliki peran strategis dalam mendekati kalangan remaja adalah Ikatan Pelajar Muhammadiyah (IPM). Organisasi ini merupakan organisasi otonom Muhammadiyah yang menghimpun pelajar berusia 12–24 tahun dan aktif dalam kegiatan keagamaan, sosial, dan pemberdayaan masyarakat. Pimpinan Cabang IPM Tanggulangin, yang berada di wilayah selatan Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur, merupakan salah satu cabang yang cukup aktif menjalankan program-program pembinaan pelajar. Namun, berdasarkan hasil observasi dan komunikasi dengan pihak IPM, diketahui bahwa pelaksanaan program kesehatan di organisasi ini masih menghadapi berbagai tantangan. Tantangan utama yang dihadapi meliputi keterbatasan pelatihan kader dalam bidang kesehatan, minimnya fasilitas, serta belum adanya dukungan berkelanjutan dari tenaga profesional seperti dokter, bidan, atau psikolog (Duana, dkk., 2023).

Padahal, keberadaan kader remaja yang terlatih memiliki peran penting dalam menyebarkan informasi kesehatan yang benar dan menjadi agen perubahan di lingkungannya. Pelatihan yang tepat dapat membekali mereka dengan pengetahuan dan keterampilan dasar dalam mendeteksi tanda-tanda awal gangguan kesehatan, serta mampu melakukan tindakan preventif. Promosi kesehatan lebih efektif jika dilakukan secara partisipatif, melibatkan kelompok sasaran dalam proses edukasi agar terjadi perubahan perilaku yang berkelanjutan. Oleh karena itu, pelibatan organisasi remaja seperti IPM dalam penguatan kapasitas kesehatan menjadi langkah strategis dalam mewujudkan masyarakat yang sehat secara menyeluruh.

Di sisi lain, pelaksanaan program pengabdian masyarakat juga merupakan bagian dari implementasi kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM), yang mendorong keterlibatan aktif mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan nyata di masyarakat. Melalui kegiatan pengabdian ini, mahasiswa dapat menerapkan kompetensi akademiknya secara langsung sekaligus meningkatkan kapasitas sosial, empati, dan jiwa kepemimpinan. Kegiatan yang melibatkan mahasiswa dari berbagai disiplin ilmu juga mendorong pendekatan interdisipliner dalam mengatasi permasalahan masyarakat secara komprehensif (Seo, dkk., 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi kesehatan dan pelatihan pemeriksaan dasar kepada remaja IPM di Pondok An-Nur Tanggulangin. Program ini tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan umum, reproduksi, dan mental, tetapi juga membentuk kader kesehatan remaja yang mampu melakukan pemeriksaan tekanan darah, hemoglobin, dan gula darah secara mandiri. Program ini diharapkan mampu memberikan dampak jangka panjang dalam membentuk komunitas remaja yang sadar dan peduli terhadap kesehatan, serta mendorong replikasi program serupa di komunitas remaja lainnya.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini disusun berdasarkan pendekatan partisipatif berbasis komunitas. Kegiatan difokuskan pada pemberdayaan remaja di Pondok An-Nur Tanggulangin melalui edukasi kesehatan dan pelatihan pemeriksaan dasar. Tahapan metode mengikuti model intervensi edukatif yang dimulai dari identifikasi kebutuhan, pelaksanaan program, hingga evaluasi dan keberlanjutan kegiatan. Gambar 1 menunjukkan metode pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Pondok An-Nur Tanggulangin, Sidoarjo.

Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)



Gambar 1. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat.

1. Identifikasi Kebutuhan dan Perencanaan Program

Langkah awal dilakukan melalui observasi lapangan dan diskusi dengan pengurus IPM Pondok An-Nur untuk mengetahui kondisi remaja, masalah kesehatan dominan, serta kesiapan mitra. Hasil identifikasi menunjukkan kebutuhan terhadap edukasi kesehatan reproduksi, mental health, serta kemampuan dasar pemeriksaan fisik. Berdasarkan data tersebut, tim menyusun metode pelatihan, materi, dan indikator keberhasilan program.

2. Penyusunan dan Pelaksanaan Kegiatan

Program dirancang dengan dua pendekatan utama, yakni edukasi teori dan praktik langsung. Materi teori meliputi kesehatan umum, kesehatan reproduksi, dan kesehatan mental, disampaikan oleh dosen dan tenaga kesehatan. Praktik lapangan mencakup pelatihan pemeriksaan tekanan darah, kadar hemoglobin, dan gula darah dengan pengawasan tenaga medis. Kegiatan ini juga dirancang untuk membentuk kader kesehatan remaja yang dapat melakukan edukasi sesama sebaya (*peer education*).

3. Evaluasi dan Refleksi

Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Selain itu, refleksi kelompok digunakan untuk menggali kesan, pemahaman, dan kendala peserta selama kegiatan. Metode evaluasi ini penting untuk menilai efektivitas metode penyampaian serta kesesuaian materi dengan kebutuhan remaja.

4. Luaran dan Keberlanjutan

Luaran yang dihasilkan meliputi terbentuknya kader kesehatan remaja, video dokumentasi, serta artikel ilmiah. Selain itu, tim menyusun leaflet edukatif dan menyarankan mitra untuk melanjutkan kegiatan secara berkala dengan dukungan kader yang telah dilatih. Keberlanjutan program menjadi perhatian utama agar hasil pengabdian tidak bersifat sesaat, tetapi memberikan dampak jangka panjang di lingkungan pondok dan sekitarnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi kesehatan remaja di Pondok An-Nur Tanggulangin dimulai dengan tahap perencanaan yang meliputi identifikasi kebutuhan melalui survei dan diskusi, penetapan tujuan pelatihan, pembentukan tim pelaksana, penyusunan metode, serta rekrutmen peserta. Tahap pertama ini sangat penting karena memastikan bahwa kegiatan yang dilakukan relevan dengan kebutuhan dan tantangan yang dihadapi remaja di Pondok An-Nur. Proses identifikasi kebutuhan dilakukan melalui survei dan diskusi untuk memahami kondisi kesehatan remaja, masalah kesehatan dominan yang mereka hadapi, serta kesiapan mereka untuk mengikuti program, yaitu, kebutuhan untuk edukasi kesehatan reproduksi, mental health, serta keterampilan dasar dalam pemeriksaan fisik, yang penting bagi mereka untuk menjaga kesehatan secara mandiri.

Alasan mengapa edukasi ini dilakukan di Pondok An-Nur Tanggulangin adalah karena tempat ini memiliki potensi besar dalam memberdayakan remaja melalui pembinaan yang terorganisir. Pondok An-Nur, sebagai lembaga pendidikan di lingkungan pesantren, memiliki karakteristik khusus, seperti pola hidup yang teratur dan adanya komunitas remaja yang aktif. Namun, tantangan terkait pengetahuan kesehatan dan akses layanan medis masih diperlukan sehinggah menjadikan pendidikan kesehatan sangat penting. Dengan menyediakan edukasi kesehatan yang berbasis pada kebutuhan spesifik remaja di sini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mereka mengenai pentingnya deteksi dini, menjaga kesehatan reproduksi, serta kesejahteraan mental, yang merupakan aspek penting dalam kehidupan mereka.

Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)

Selain itu, keberadaan kader remaja yang terlatih memiliki potensi untuk menyebarkan informasi kesehatan yang benar di komunitas mereka, sehingga dapat menciptakan dampak berkelanjutan dan memperkuat peran Pondok An-Nur dalam membentuk remaja yang sehat dan peduli terhadap kesehatan diri sendiri dan orang lain.

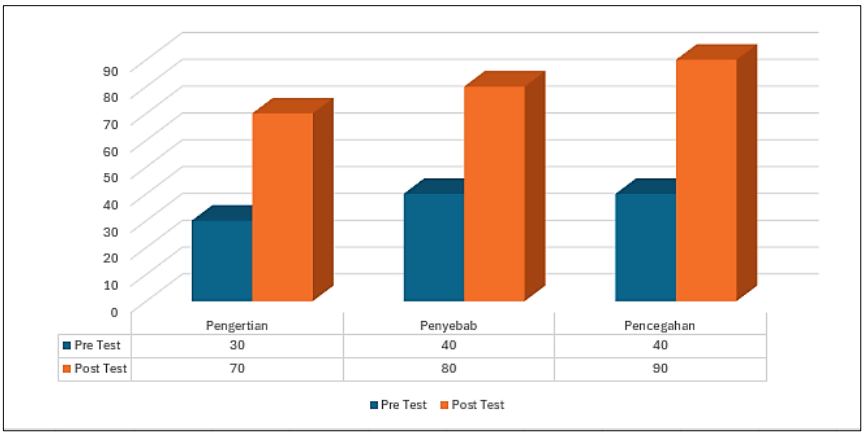
Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan resmi yang memuat pengenalan program, penjabaran tujuan kegiatan, serta sesi perkenalan antar peserta dan fasilitator guna membangun suasana yang interaktif dan kondusif. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan secara aktif dan antusias. Materi edukasi disampaikan secara komprehensif mencakup aspek kesehatan umum dan kesehatan reproduksi remaja. Gambar 2 menunjukkan dokumentasi tahap awal kegiatan pengabdian.



Gambar 2. Pembukaan kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan remaja di Pondok An-Nur, Tanggulangin, Sidoarjo mengikuti tahapan sistematis yang dimulai dari identifikasi kebutuhan peserta melalui survei dan diskusi kelompok. Visi perencanaan program ini sejalan dengan model *intervention mapping* yang menyarankan bahwa kebutuhan, tujuan, dan strategi intervensi harus ditetapkan secara evidensial dan partisipatif. Selanjutnya, penyusunan metode dan pembentukan tim pelaksana dilakukan dengan kolaborasi antar pemangku kepentingan, mencerminkan pendekatan partisipatif dan berbasis teori (Seo, dkk., 2023). Tahap akhir adalah evaluasi dan refleksi untuk mengukur pemahaman serta pengalaman peserta selama pelatihan. Kegiatan ditutup dengan penyampaian apresiasi peserta, sekaligus motivasi untuk menerapkan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan edukasi kesehatan remaja diawali dengan penyampaian materi yang dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, serta simulasi studi kasus. Hasil observasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap isu-isu kesehatan remaja, ditandai dengan tingginya partisipasi dalam sesi diskusi serta peningkatan nilai pada *pre-test* dan *post-test* yang diberikan. Gambar 3 menunjukkan hasil *pre-test* dan *post-test* mengenai anemia pada remaja sebagai salah satu materi edukasi, yaitu terkait pengertian, penyebab, dan pencegahan.



Gambar 3. Hasil *pre-test* dan *post-test*.

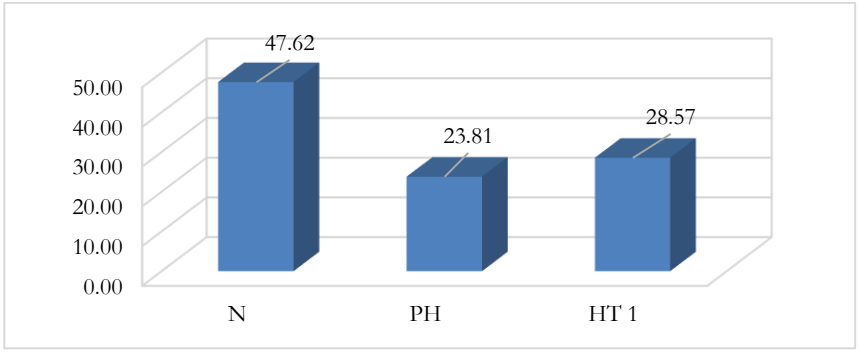
Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)

Berdasarkan Gambar 3, hasil *post-test* menunjukkan skor yang lebih tinggi dibandingkan *pre-test*, yang mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan setelah intervensi edukasi melalui kegiatan pengabdian yang dilakukan. Pada topik pengertian, skor *pre-test* adalah 30 dan *post-test* meningkat menjadi 70. Pada topik penyebab, skor *pre-test* adalah 40, sementara *post-test* meningkat menjadi 80. Begitu juga pada topik pencegahan, skor *pre-test* adalah 40, dan *post-test* meningkat signifikan menjadi 90. Peningkatan skor ini menunjukkan bahwa program edukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai anemia, baik dari segi pemahaman, penyebab, maupun cara pencegahannya.



Gambar 4. Pemeriksaan kesehatan di Pondok An-Nur, Tanggulangin, Sidoarjo

Tahap pelaksanaan diawali dengan pembukaan resmi yang mencakup pengenalan tujuan, perkenalan antar peserta, serta penyusunan suasana interaktif yang kondusif (Kayuningtyas & Ismayani, 2020). Metode penyampaian materi mencakup ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi kasus. Penyelenggaraan ini secara metodologis mencerminkan pentingnya evaluasi proses (*process evaluation*) yang menilai penginputan, pelaksanaan, dan produk dari program edukasi (Suarjana, 2024). Gambar 4 menunjukkan dokumentasi kegiatan pemeriksaan kesehatan sebagai salah satu program kerja yang dilakukan. Adapun hasil pemeriksaan kesehatan secara umum ditunjukkan pada Gambar 5.



Gambar 5. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

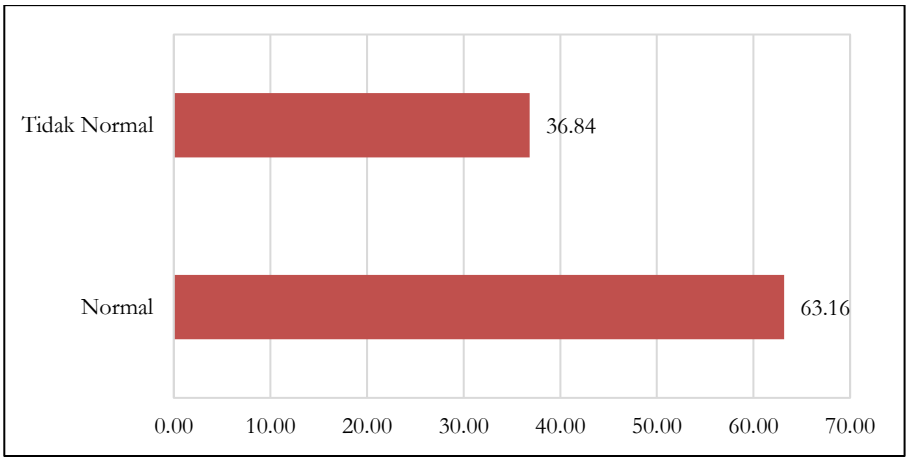
Gambar 5 menunjukkan persentase pemeriksaan tekanan darah remaja yang tergolong dalam tiga kategori, yaitu Normal (N), Pre Hipertensi (PH), dan Hipertensi Tingkat 1 (HT 1). Dari hasil pemeriksaan, sebanyak 47,62% individu memiliki tekanan darah dalam kategori normal. Sementara itu, sekitar 23,81% individu termasuk dalam kategori pre hipertensi, yang berarti tekanan darah mereka berada di batas atas normal dan berisiko meningkat jika tidak dilakukan pengelolaan yang tepat. Sedangkan sebanyak 28,57% individu mengalami hipertensi tingkat 1, yaitu tekanan darah yang sudah melewati batas normal dan memerlukan perhatian medis untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Temuan ini merupakan indikator penting yang menandakan adanya potensi risiko kesehatan yang tidak dapat diabaikan, terutama mengingat kelompok sasaran adalah remaja usia sekolah yang seharusnya berada pada kondisi fisiologis optimal. Prehipertensi pada remaja merupakan fase transisi yang secara klinis belum termasuk kategori hipertensi, tetapi menunjukkan tekanan darah yang berada di atas normal. Kondisi ini dapat berkembang menjadi hipertensi penuh apabila tidak disertai dengan perubahan gaya hidup seperti pengurangan asupan garam, peningkatan aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Studi dalam

Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)

Journal of Hypertension juga menegaskan bahwa prehipertensi pada masa remaja berkorelasi kuat dengan kejadian hipertensi dan penyakit jantung di usia dewasa (Chen & Wang, 2008).

Lebih lanjut, proporsi 28,57% peserta yang mengalami hipertensi tingkat 1 menandakan kondisi yang membutuhkan intervensi segera. Hipertensi pada usia remaja telah dikaitkan dengan kerusakan target organ dini, seperti penurunan fungsi ginjal, perubahan struktur ventrikel kiri jantung, serta disfungsi endotel pembuluh darah (Flynn, dkk., 2017). Oleh karena itu, hasil ini menunjukkan pentingnya deteksi dini dan edukasi berkelanjutan kepada remaja mengenai bahaya hipertensi dan cara pencegahannya. Beberapa faktor risiko yang mungkin berkontribusi terhadap tingginya prevalensi tekanan darah tinggi dalam kelompok ini meliputi: pola makan tinggi natrium, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan konsumsi makanan instan di lingkungan pesantren, serta stres akademik. Penelitian lain menunjukkan bahwa faktor lingkungan, termasuk pola asuh, kebiasaan makan, dan stres sosial, memiliki pengaruh signifikan terhadap tekanan darah remaja(Trista, Sofianita, & Fauziyah, 2024). Dengan demikian, kegiatan abdimas ini tidak hanya berhasil mengedukasi peserta tentang kesehatan secara umum dan reproduksi, tetapi juga berperan dalam skrining dini kondisi kronis seperti hipertensi. Hal ini memperkuat argumen bahwa intervensi promotif dan preventif pada remaja merupakan investasi jangka panjang dalam membentuk generasi yang sehat dan produktif. Penanganan lanjut, termasuk rujukan medis dan pendampingan gizi serta kebugaran jasmani, perlu dipertimbangkan sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini.

Gambar 6 menunjukkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin darah dengan dua kategori, yaitu normal dan tidak normal. Sebanyak 63,16% remaja memiliki kadar hemoglobin normal, sedangkan 36,84% lainnya menunjukkan kadar hemoglobin yang tidak normal. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja dalam kondisi sehat, namun ada sebagian yang perlu mendapat perhatian lebih lanjut terkait kondisi kadar hemoglobinnya.



Gambar 6. Hasil pemeriksaan haemoglobin darah.

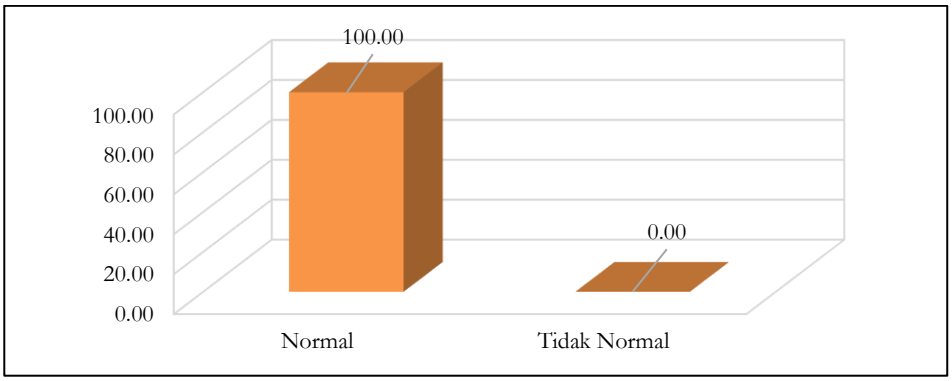
Temuan tersebut memberikan implikasi penting dalam konteks kesehatan remaja, terutama dalam lingkungan pondok pesantren yang memiliki pola aktivitas dan konsumsi makanan yang khas. Kadar hemoglobin yang normal menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada dalam status gizi dan kesehatan yang cukup baik. Hemoglobin merupakan indikator penting dalam menilai status anemia, yang pada remaja, terutama perempuan, sangat berisiko karena faktor menstruasi, pertumbuhan cepat, dan kemungkinan pola makan yang kurang memenuhi kebutuhan zat besi harian. Menurut klasifikasi WHO, kadar hemoglobin <12 g/dL pada remaja perempuan dan <13 g/dL pada remaja laki-laki dapat dikategorikan sebagai anemia ringan hingga berat, tergantung nilai spesifiknya.

Adanya 36,84% peserta yang memiliki kadar hemoglobin tidak normal menunjukkan angka yang cukup signifikan dan memerlukan perhatian lanjut. Anemia pada remaja telah terbukti berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan, seperti penurunan konsentrasi belajar, kelelahan kronis, gangguan imunitas, serta berkurangnya produktivitas fisik (Kassebaum, dkk., 2014). Dalam konteks pondok pesantren, kondisi ini dapat menghambat proses belajar mengajar dan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi.

Beberapa faktor yang dapat berkontribusi terhadap rendahnya kadar hemoglobin pada remaja meliputi: kurangnya asupan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, kurangnya konsumsi makanan hewani (sumber zat besi heme), serta infeksi cacing usus yang umum terjadi di lingkungan dengan sanitasi terbatas. Penelitian lain

Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)

juga menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan utama pada remaja putri, terutama di lingkungan pesantren atau asrama (Sari, dkk., 2022).



Gambar 7. Hasil pemeriksaan kadar gula darah.

Temuan ini menunjukkan pentingnya intervensi gizi sebagai bagian lanjutan dari program pengabdian. Edukasi tentang makanan sumber zat besi, suplementasi zat besi sesuai pedoman Kementerian Kesehatan (Tablet Tambah Darah/TTD), serta program *deworming* berkala dapat menjadi strategi preventif dan promotif yang efektif. Selain itu, keterlibatan pengasuh dan pengelola pondok dalam penyusunan menu makanan bergizi juga menjadi kunci dalam pencegahan anemia. Gambar 7 menunjukkan seluruh kadar gula darahnya dalam kategori normal, yang mengindikasikan kondisi remaja termasuk kategori sehat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Pondok An-Nur Tanggulangin Sidoarjo, dapat disimpulkan bahwa program edukasi dan pemeriksaan kesehatan remaja berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta terhadap pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental. Pelatihan yang disertai dengan praktik langsung mampu membentuk kader kesehatan remaja yang terampil melakukan pemeriksaan dasar seperti tekanan darah dan suhu tubuh. Keterlibatan aktif mitra dan partisipasi peserta menunjukkan bahwa pendekatan kolaboratif sangat efektif dalam mendukung keberhasilan program. Dengan adanya luaran berupa kader kesehatan, dokumentasi kegiatan, serta rencana penyusunan media edukatif, kegiatan ini diharapkan memberikan dampak berkelanjutan dalam peningkatan kualitas kesehatan remaja di lingkungan mitra.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Pondok An-Nur Tanggulangin Sidoarjo selaku mitra pengabdian atas dukungan, kerja sama, dan fasilitas yang telah diberikan selama proses pelaksanaan kegiatan. Terima kasih juga ditujukan kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat (DRPM) Universitas Muhammadiyah Sidoarjo atas pendanaan, arahan, dan kesempatan yang diberikan kepada tim untuk berkontribusi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Penghargaan khusus juga diberikan kepada seluruh peserta remaja dan kader kesehatan yang telah berpartisipasi aktif serta menunjukkan antusiasme selama kegiatan berlangsung. Semoga sinergi ini dapat terus berlanjut dan memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Annah, I. (2023). *Promosi Kesehatan Remaja*. UNISMA PRESS.

Chakrabarty, M., Singh, A., Singh, S., & Chowdhury, S. (2023). Is the burden of anaemia among Indian adolescent women increasing? Evidence from Indian Demographic and Health Surveys (2015-21). *PLOS Global Public Health*, *3*(9), e0002117. doi: 10.1371/journal.pgph.0002117

Chen, X., & Wang, Y. (2008). Tracking of blood pressure from childhood to adulthood: A systematic review and meta-regression analysis. *Circulation*, *117*(25), 3171–3180. doi: 10.1161/CIRCULATIONAHA.107.730366

Duana, M., Ariani, D., & Melinda, M. (2023). Promosi Kesehatan Remaja Sehat Dengan Mental Yang Sehat. *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *4*(2), 160–165. doi: 10.54951/comsep.v4i2.488

Jurnal ADIPATI
ISSN: 2828-5980 (Online)

Flynn, J. T., Kaelber, D. C., Baker-Smith, C. M., Blowey, D., Carroll, A. E., Daniels, S. R., … SUBCOMMITTEE ON SCREENING AND MANAGEMENT OF HIGH BLOOD PRESSURE IN CHILDREN. (2017). Clinical Practice Guideline for Screening and Management of High Blood Pressure in Children and Adolescents. *Pediatrics*, *140*(3), e20171904. doi: 10.1542/peds.2017-1904

Gillespie, B., Katageri, G., Salam, S., Ramadurg, U., Patil, S., Mhetri, J., … Anumba, D. (2023). Attention for and awareness of anemia in adolescents in Karnataka, India: A qualitative study. *PLOS ONE*, *18*(4), e0283631. doi: 10.1371/journal.pone.0283631

Kayuningtyas, M., & Ismayani, I. (2020). Health Promoting School Program to Prevent Hypertension of Adolescents in Indonesia and Western. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, *8*(2), 228–237. doi: 10.20473/jpk.V8.I2.2020.228-237

Rahmawati, T. (2023). Penyuluhan Kesehatan Anemia pada Remaja dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Mencegah Kejadian Anemia. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, *5*(1), 186–194. doi: 10.36565/jak.v5i1.499

Sari, P., Herawati, D. M. D., Dhamayanti, M., & Hilmanto, D. (2022). Anemia among Adolescent Girls in West Java, Indonesia: Related Factors and Consequences on the Quality of Life. *Nutrients*, *14*(18), 3777. doi: 10.3390/nu14183777

Seo, S., Van Orman, D., Beattie, M., Paxson, L., & Murray, J. (2023). Breaking down the silos: Student experience of transformative learning through interdisciplinary project-based learning (IPBL). *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, *32*, 100440. doi: 10.1016/j.jhlste.2023.100440

Suarjana, I. W. G. (2024). The role of health education in improving student health in Indonesian schools. *Christian Journal for Global Health*, *11*(2). doi: 10.15566/cjgh.v11i2.346

Trista, N., Sofianita, N. I., & Fauziyah, A. (2024). Factors Contributing to the Blood Pressure of High School Students in Depok, West Java: Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah pada Remaja SMA di Depok, Jawa Barat. *Amerta Nutrition*, *8*(3SP), 353–361. doi: 10.20473/amnt.v8i3SP.2024.353-361

Yani, D. I., Chua, J. Y. X., Wong, J. C. M., Pikkarainen, M., Goh, Y. S. S., & Shorey, S. (2025). Perceptions of Mental Health Challenges and Needs of Indonesian Adolescents: A Descriptive Qualitative Study. *International Journal of Mental Health Nursing*, *34*(1), e13505. doi: 10.1111/inm.13505