

Program Korega Berbasis Digital Sebagai Strategi Peningkatan Kesehatan Reproduksi di Posyandu Remaja Tegalsari Gadingrejo

Nila Qurniasih¹⁾, Desti Ambar Wati²⁾, Damayanti³⁾, Habibah Ainun Mardiyah⁴⁾, Arina Salsabila⁵⁾

^{1, 2, 4, 5)} Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

³⁾ Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer, Universitas Teknokrat Indonesia

email: nilaqurniasih05@gmail.com

Abstrak

Remaja merupakan kelompok populasi besar yang memiliki peran penting dalam pembangunan nasional namun tetap rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi seperti anemia, infeksi menular seksual, dan kehamilan yang tidak direncanakan. Posyandu Remaja Tegalsari menghadapi rendahnya partisipasi yang disebabkan oleh kegiatan yang monoton dan jadwal yang kurang sesuai. Tujuan: Program digital KOREGA (Komunitas Remaja Gesit Antusias) diperkenalkan sebagai strategi inovatif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan remaja dalam kegiatan posyandu. Metode: Kegiatan ini dilakukan dengan memberdayakan kader sebaya, perbaikan manajemen kegiatan, serta pemanfaatan aplikasi, modul, video, dan media sosial. Program dilaksanakan pada Agustus–September 2025 dengan melibatkan 10 kader remaja melalui tahapan persiapan, sosialisasi, implementasi digital, pelatihan, monitoring, dan evaluasi menggunakan pre–post test. Hasil kegiatan: Analisis Wilcoxon menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan ($p=0.008$), dengan rata-rata nilai meningkat dari 47,33 menjadi 75,78. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi digital yang dikombinasikan dengan pendampingan sebaya efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi. Saran: Program KOREGA dapat menjadi model modern, inklusif, dan berkelanjutan untuk pemberdayaan Posyandu Remaja sekaligus mendukung *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin 3 (Kehidupan Sehat dan Sejahtera) dan poin 4 (Pendidikan Berkualitas).

Kata kunci: Posyandu remaja, Kesehatan reproduksi, Edukasi digital

Abstract

Adolescents represent a large population group that plays a crucial role in national development yet remain vulnerable to reproductive health problems such as anemia, sexually transmitted infections, and unintended pregnancies. The Tegalsari Adolescent Health Post faces low participation caused by monotonous activities and unsuitable schedules. The KOREGA (Komunitas Remaja Gesit Antusias) digital-based program was introduced as an innovative strategy to improve adolescent knowledge and engagement through peer cadre empowerment, activity management improvement, and the use of applications, modules, videos, and social media. The program was implemented in August–September 2025 involving 10 adolescent cadres through stages of preparation, socialization, digital implementation, training, monitoring, and evaluation using pre–post tests. Wilcoxon analysis showed a significant improvement in knowledge ($p=0.008$), with mean scores increasing from 47.33 to 75.78. The findings confirm that digital interventions combined with peer mentoring effectively enhance adolescents' understanding of reproductive health. The KOREGA program can serve as a modern, inclusive, and sustainable model for adolescent health post empowerment while supporting Sustainable Development Goals (SDGs) point 3 (Good Health and Well-Being) and point 4 (Quality Education).

Keywords: Adolescents, Reproductive health, Digital education, posyandu

PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi bangsa. Kelompok populasi remaja sangat besar, saat ini lebih dari separuh populasi dunia berusia di bawah 25 tahun dan 29% berusia antara 10-25 tahun. Tahun 2022, populasi remaja di Indonesia mencapai seperempat atau sekitar 24% jumlah penduduk, dengan jumlah 65,82 juta jiwa. Tahun 2024, jumlah penduduk Indonesia tercatat 282,48 juta jiwa,

meningkat dibandingkan dengan 2023. Jumlah ini juga menandakan peningkatan sebesar 1,6 juta jiwa secara tahunan (Badan Pusat Statistik, 2024).

Tingginya penduduk remaja ini selain memberikan dampak positif bagi masyarakat Indonesia, juga sekaligus menjadi tantangan bagi Indonesia saat ini. Masuknya budaya global dan peningkatan teknologi informasi memberikan berbagai dampak bagi remaja, termasuk kesehatan reproduksi. Kemudahan akses informasi dan kebebasan dalam bergaul, memberikan efek buruk pada remaja terutama perilaku dan sikap yang mempengaruhi kesehatan remaja baik secara mental dan psikologis (BKKBN, 2023). Data yang diperoleh dari Badan kependudukan dan Keluarga Berencana melaporkan beberapa permasalahan yang terjadi pada remaja diantaranya permasalahan infeksi menular seksual (IMS) seperti HIV/AIDS, kehamilan tidak diinginkan, anemia remaja, keputihan, dll. Data menunjukkan ancaman HIV/AIDS dari perilaku bebas seksual diperkirakan mencapai 20-25% dari semua infeksi HIV di dunia, demikian pula halnya dengan kejadian IMS yang tertinggi di remaja, khususnya remaja perempuan, pada kelompok usia 15-29 tahun (BKKBN, 2023).

Hasil penelitian lain juga memperkuat fakta ini. Studi di Pringsewu, SMA Negeri 1 Pardasuka, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kesehatan reproduksi remaja (Septiasari, Y., Susant, L. and Budianto, 2024). Hasil penyuluhan di SMA 2 Gadingrejo juga terbukti meningkatkan pemahaman tentang bahaya kehamilan di luar nikah (Puspita, 2020). Sementara itu, studi di SMA Taman Mulia Pontianak mengungkapkan bahwa meskipun 73,6% siswa memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan reproduksi, sebanyak 58,5% tetap mendukung sikap seks pranikah, menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk mengubah perilaku (Yovan Hendrik, 2020). Penelitian di Lampung Selatan menemukan prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 24,8% sehingga perlu dilakukan intervensi edukasi yang tepat (Muliani, 2023). Kegiatan pengabdian di SMK N 1 Gadingrejo melalui program *peer education* juga membuktikan bahwa penggunaan kartu konsumsi tablet tambah darah rutin efektif dalam pencegahan dan penanganan anemia pada remaja (Wati *et al.*, 2024).

Posyandu remaja Tegalsari terletak di Desa Tegalsari di bawah naungan puskesmas Gadingrejo Pringsewu. Posyandu ini berdiri sejak tahun 2022, diketuai oleh bidan Desa Posyandu ini membawahi sekitar 700 orang remaja. Posyandu remaja Tegalsari merupakan bagian pelayanan kesehatan Puskesmas Gading Rejo yang dibentuk dalam bentuk komunitas atau kelompok. Tujuan dari pembentukan program ini adalah untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja. Adapun program yang telah dilaksanakan dalam kegiatan ini adalah pemeriksaan kesehatan, pemberian informasi kesehatan remaja, pemberian intervensi suplemen dan vitamin dari remaja, dan kegiatan pencegahan penyakit seperti senam remaja.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua kader dan penanggungjawab posyandu, mengatakan program ini sudah berjalan, namun peserta yang mengikuti hanya sedikit. Posyandu ini memiliki jumlah remaja sebanyak 700 orang, dengan jumlah remaja yang aktif di Desa sebanyak 300 orang, meskipun demikian Bidan Desa menyebutkan jumlah peserta yang aktif mengikuti kegiatan kesehatan reproduksi remaja hanya sekitar 30-50 peserta per kegiatan atau sekitar 10-16%. Dari hasil wawancara dengan kader Remaja dan Bidan Desa setempat, mengemukakan bahwa selama ini program ini tidak berjalan dengan baik, jumlah peserta yang mengikuti hanya sedikit, hal ini dikarenakan peserta harus menyesuaikan jadwal kegiatan dengan jadwal sekolah, oleh sebab itu kegiatan ini dilaksanakan hari minggu, namun banyak peserta yang tidak hadir dengan alasan menyita waktu libur, atau memilih untuk beristirahat. Beberapa peserta juga menyebutkan bahwa program yang dijalankan cenderung membosankan dan tidak menarik. Masalah jadwal merupakan tantangan tersendiri bagi mitra untuk dapat mengoptimalkan kegiatan ini. Ketidakterhasilan kegiatan ini juga berdampak pada keberhasilan program, terutama peningkatan kesehatan reproduksi remaja, yang juga berdampak pada kesehatan lain seperti pra konsepsi.

Ketidakterhasilan peserta dalam kegiatan ini juga berdampak pada kesehatan reproduksi remaja, seperti kurangnya pengetahuan tentang dalam menjaga kesehatan reproduksi wanita atau laki-laki, masalah keputihan, masalah seks bebas, masalah disminorea, anemia remaja, dan infeksi menular seksual. Data yang diperoleh dari profil kesehatan kabupaten pringsewu tahun 2022, ditemukan angka HIV/AIDS untuk wilayah puskesmas wates dan gadingrejo sebanyak 21 orang (23%) dengan rata-rata umur penderita HIV berkisar antara 24-59 tahun. Studi pendahuluan yang

dilakukan di SMK wilayah Puskesmas Gading menunjukkan 87 (69,5%) siswa yang anemia dari 125 jumlah siswa yang dilakukan skrining. Sedangkan masalah lain pada remaja diantaranya keputihan, disminorea dan kehamilan tidak diinginkan (Dinkes Provinsi Lampung, 2022).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu upaya inovatif untuk mengoptimalkan peran Posyandu Remaja Tegalsari sebagai pusat edukasi kesehatan reproduksi. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi, mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan posyandu melalui media edukasi yang lebih menarik dan sesuai dengan karakteristik generasi muda, serta memberdayakan kader sebaya agar mampu mengelola program secara mandiri dan berkelanjutan. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan dapat mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin 3 tentang *Good Health and Well-Being* dan poin 4 tentang *Quality Education*, dengan menyediakan akses informasi kesehatan yang mudah dijangkau, inklusif, dan relevan bagi remaja. Berdasarkan latar belakang diatas maka tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membuat program inovasi berbasis digital untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja dengan wadah digital bernama KOREGA.

METODE

Program KOREGA dilaksanakan mulai bulan Agustus 2025 berlokasi di Puskesmas Tegalsari, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu. Kegiatan dilakukan melalui lima tahap utama. Pertama, persiapan dan analisis kebutuhan dengan melakukan observasi kondisi posyandu remaja serta pembentukan kader potensial. Kedua, sosialisasi kepada remaja dan stakeholder mengenai program serta diskusi kebutuhan fitur aplikasi. Ketiga, implementasi digital melalui pengembangan platform KOREGA berbasis aplikasi dan media sosial yang berisi konten edukasi kesehatan reproduksi. Keempat, pelatihan dan pendampingan kader untuk meningkatkan kapasitas dalam mengelola aplikasi dan akun komunitas. Kelima, monitoring dan evaluasi dilakukan melalui pengukuran keterlibatan remaja, serta pemberian kuesioner *pre-post test* untuk menilai peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

Evaluasi program dikatakan berhasil apabila terdapat peningkatan nilai pengetahuan remaja setelah kegiatan. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan hasil *pre-post test*. Selain itu, keterlibatan aktif remaja dalam aplikasi maupun media sosial KOREGA juga dijadikan indikator keberhasilan program.

HASIL

Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Agustus-September 2025 yang diikuti oleh 10 kader Posyandu remaja Tegalsari di Poskesdes Tegalsari, Kecamatan Gadingrejo, Kabupaten Pringsewu. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan menggunakan instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi sebelum dan sesudah intervensi program KOREGA. Penggunaan uji *Wilcoxon* dipilih karena data yang diperoleh berbentuk berpasangan dan tidak berdistribusi normal.

Tabel 1. Perbedaan Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Nilai	Rerata	SD	Z	P*
Pre test	47,33	28,24	-2,668	0,008
Post test	75,78	14,70		

*Uji *Wilcoxon*

Tabel 1 menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada remaja setelah pendampingan melalui program KOREGA, dengan nilai $p=0,008$. Hal ini menggambarkan bahwa intervensi berbasis digital yang dipadukan dengan pendampingan kader mampu memberikan dampak positif terhadap pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi.



Gambar 1: Dokumentasi Kegiatan

PEMBAHASAN

Pembelajaran melalui observasi dan interaksi sosial, termasuk melalui media digital dan *peer education*, dapat memperkuat perilaku positif karena remaja cenderung meniru *role model* sebaya. Oleh karena itu, keterlibatan kader sebaya dalam program KOREGA sejalan dengan konsep pembelajaran sosial yang menekankan pentingnya *modeling* dan *reinforcement* (Virginia Koutroubas and Michael Galanakis, 2022). Studi Internasional membuktikan bahwa program kesehatan berbasis modul online mampu meningkatkan kemampuan remaja dalam mencari dan mengevaluasi informasi kesehatan (Manganello *et al.*, 2024). Penelitian lain yang menerapkan metode interaktif digital juga menemukan bahwa e-learning dan media video dapat meningkatkan pemahaman remaja secara berkelanjutan (Mancone *et al.*, 2024).

Efektivitas intervensi digital dalam KOREGA juga didukung oleh penelitian di Ternate yang mengembangkan aplikasi kesehatan reproduksi untuk remaja. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa aplikasi berbasis digital lebih efektif dibandingkan media konvensional (*e-book*) dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi (Muhlisa *et al.*, 2024). Demikian pula, pengembangan media edukatif di Malang yang memadukan video, game, dan kuis digital dinyatakan efektif karena dapat diakses kapan saja dan menarik minat remaja dalam mempelajari kesehatan reproduksi (Wulandari, Apsari and Hapsari, 2023). Penelitian terbaru juga mendukung temuan ini, yaitu edukasi kesehatan seksual dan reproduksi berbasis aplikasi Android terbukti meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja secara signifikan (Fety, Lisnawati and Said, 2024).

Jika dikaitkan dengan latar belakang, rendahnya partisipasi remaja pada kegiatan posyandu sebelumnya disebabkan program yang monoton, jadwal yang kurang sesuai serta metode konvensional yang tidak menarik. Program KOREGA hadir sebagai inovasi digital yang menyesuaikan karakteristik generasi muda yang dekat dengan gawai dan media sosial. Pendekatan ini sesuai dengan teori *Health Believe Model* (HBM) bahwa peningkatan pengetahuan akan mendorong perubahan perilaku sehat. Pemanfaatan aplikasi digital, modul, video, serta interaksi sebaya, dalam program KOREGA terbukti tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperbaiki sikap dan keterlibatan remaja. Hasil *pre-post test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan hampir 30 poin, yang berarti remaja lebih memahami isu kesehatan reproduksi, termasuk anemia, infeksi menular seksual, dan pencegahan kehamilan tidak diinginkan. Peningkatan ini sejalan dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin 3 tentang *Good*

Health and Well-Being dan poin 4 tentang *Quality Education*, karena KOREGA memberikan akses pendidikan kesehatan yang mudah diakses, menarik, dan relevan dengan kebutuhan remaja.

SIMPULAN

Program KOREGA (Komunitas Remaja Gesit Antusias) berbasis digital terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi di Posyandu Remaja Tegalsari. Intervensi yang memadukan aplikasi, modul, video, serta pendampingan kader sebaya mampu menjawab permasalahan rendahnya partisipasi dan metode konvensional yang sebelumnya kurang menarik bagi remaja. Peningkatan skor pre-post test menunjukkan bahwa pendekatan digital tidak hanya memperbaiki pemahaman, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan keterlibatan aktif kader. Hal ini sejalan dengan teori *Health Belief Model* dan *Social Learning Theory*, yang menekankan pentingnya pengetahuan, modeling, serta reinforcement dalam membentuk perilaku sehat. Oleh karena itu, program KOREGA dapat menjadi model inovasi dalam pengembangan posyandu remaja berbasis digital yang inklusif dan berkelanjutan.

SARAN

Disarankan agar program ini diperluas cakupannya dengan melibatkan lebih banyak sekolah dan komunitas remaja, serta dilakukan penguatan konten edukatif yang relevan dengan kebutuhan generasi muda. Selain itu, dukungan dari pemerintah daerah, tenaga kesehatan, dan stakeholder pendidikan sangat diperlukan agar program KOREGA tidak hanya menjadi intervensi sesaat, tetapi mampu bertransformasi menjadi strategi berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan reproduksi remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini yaitu kemendikisaintek tahun 2025, yang dianggarkan untuk kegiatan penyelenggaraan inovasi dan pelatihan/coaching kegiatan pengabdian Masyarakat berdampak.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. No Title [Internet]. Badan Pusat Statistik. (2022) [cited 2025 Mar 25]. Available from: <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=jumlah+penduduk+indonesia+2024>
- Berencana BK dan K. Karakteristik Kependudukan Indonesia [Internet]. BKKBN.(2023) [cited 2025 Mar 25]. Available from: <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=jumlah+penduduk+indonesia+2024>
- Dinkes Prov. Lampung. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung [Internet]. (2022). Available from: [file:///C:/Users/a s u s/Downloads/Profil-Kesehatan-Provinsi- Lampung-Tahun-2022-1.pdf](file:///C:/Users/a%20s%20u%20s/Downloads/Profil-Kesehatan-Provinsi-Lampung-Tahun-2022-1.pdf)
- Mancone, S. *et al.* (2024) 'Integrating digital and interactive approaches in adolescent health literacy: a comprehensive review', *Frontiers in Public Health*, 12(October). Available at: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1387874>.
- Fety, Y., Lisnawati and Said, F.M. (2024) 'Sexual and Reproductive Health Education Based on Android Applications in High School Adolescent', *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 20, pp. 119–124. Available at: <https://doi.org/10.47836/mjmhs.20.s8.16>.
- Manganello, J.A. *et al.* (2024) 'Get Health'e': A Pilot Test of a Digital Health Literacy Intervention for Young Adults', *Health literacy research and practice*, 8(4), pp. e224–e235. Available at: <https://doi.org/10.3928/24748307-20240723-01>.
- Muhlisa *et al.* (2024) 'Application-based Reproductive Health Education on Reproductive Health Risk Behavior among Adolescents in Ternate City', *Pharmacognosy Journal*, 16(4), pp. 942–948. Available at: <https://doi.org/10.5530/pj.2024.16.152>.
- Muliani, U. (2023) 'Sosialisasi Resiko Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Swadhipa Natar Lampung Selatan Propinsi Lampung', *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), pp. 116–121. Available at: <https://doi.org/10.57218/jompaabdi.v2i2.657>.
- Puspita, L. dkk (2020) 'Penyuluhan Kesehatan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dan

- Bahaya Kehamilan Diluar Nikah Di Sma 2 Gadingrejo Kabupaten ...', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (Abdi Ke Ungu) Universitas Aisyah Pringsewu*, 2(2), pp. 96–99. Available at: <http://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi/article/view/138>.
- Septiasari, Y., Susant, L. and Budianto, A. (2024) 'The Relationship Between Knowledge Levels In Class Xi Adolescents With Reproductive Health At Sma Negeri 1 Pardasuka Pringsewu Lampung', *Scientific Journal of Nursing and Health*, 2(1), pp. 56–61.
- Virginia Koutroubas and Michael Galanakis (2022) 'Bandura's Social Learning Theory and Its Importance in the Organizational Psychology Context', *Journal of Psychology Research*, 12(6), pp. 315–322. Available at: <https://doi.org/10.17265/2159-5542/2022.06.001>.
- Wati, D.A. *et al.* (2024) 'Peer Education Kartu Konsumsi Tablet Tambah Darah Rutin (Kartinitin) Sebagai Upaya Penegahan Dan', *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(1), pp. 1–11.
- Wulandari, L.P., Apsari, D.D. and Hapsari, A. (2023) 'Development of Educational Media for Adolescent Reproductive Health', *Futurity Medicine*, 2(4), pp. 17–27. Available at: <https://doi.org/10.57125/fem.2023.12.30.03>.
- Yovan Hendrik, M.L. (2020) 'Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Sikap Seks Pranikah Pada Siswa Kelas Xi Di Sma Taman Mulai Tahun 2017', *Jurnal Kebidanan*, 7(1), pp. 33–39. Available at: https://doi.org/10.33486/jurnal_kebidanan.v7i1.53.