


EDUKASI KESEHATAN BAGI REMAJA MELALUI PROGRAM GENERASI SEHAT (GENSET) DI KAMPUNG CIBUNGKUL KOTA TASIKMALAYA

Restu Fuji Akbar Maulana^{*1}, Nasfa Fitriani Syehar², Shania Agustina³, Zulfa Nandiana⁴, Muhammad Rizki Maulana Firmansyah⁵, Muslim Haidar⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Siliwangi, Indonesia

*Corresponding Author: 232103051@student.unsil.ac.id

<p>Info Article</p> <p>Received : 11 Agustus 2025</p> <p>Revised : 03 September 2025</p> <p>Accepted : 2 Oktober 2025</p> <p>Publication : 30 November 2025</p>	<p>Abstract: <i>Adolescents are an age group in transition to adulthood and are vulnerable to physical and mental health problems. This condition is seen in adolescents in Cibungkul Village, Sukamajukaler Subdistrict, RW 12 and 13 where field observatios indicate allow understanding of adolescent health and future planning. The Healthy Generation Program “GENSET” aims to provide understanding, raise awareness about adolescent health and create physically and mentally healthy adolescent. This program was implemented in Cibungkul Village, Sukamajukaler Subdistrict, involving 26 participants. The community service activity method Participatory Action Research (PAR) combines educational approaches, socialization, and free health service. The results of the activity showed an increase in participant participation in the activity, participant enthusiasm and positive responses during the activity indicate that the educational method is able to improve adolescent health literacy. With the provision of free health checks, it can increase awareness o participants regarding health conditions.</i></p> <p>Abstrak: Remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam masa transisi menuju dewasa dan rentan terhadap permasalahan kesehatan fisik dan mental. Kondisi tersebut terlihat pada remaja di Kampung Cibungkul, Kelurahan Sukamajukaler, RW 12 dan 13, dimana hasil observasi lapangan menunjukkan rendahnya pemahaman mengenai kesehatan remaja, dan perencanaan masa depan. Program Generasi Sehat “GENSET” ini bertujuan untuk memberikan pemahaman, menyadarkan tentang kesehatan remaja dan menciptakan remaja sehat secara jasmani dan rohani. Program ini dilaksanakan di Kampung Cibungkul, Kelurahan Sukamajukaler, dengan melibatkan 26 peserta. Metode kegiatan pengabdian Participatory Action Research (PAR) yang menggabungkan melalui pendekatan edukasi, sosialisasi dan layanan kesehatan gratis. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan partisipasi peserta dalam mengikuti kegiatan, antusiasme peserta dan respon positif selama kegiatan menunjukkan bahwa metode edukasi mampu meningkatkan literasi kesehatan remaja. Dengan adanya pemeriksaan kesehatan gratis mampu meningkatkan kesadaran para peserta mengenai kondisi kesehatan.</p>
<p>Keywords: <i>Education, Health, Youth</i></p> <p>Kata Kunci: Edukasi, Kesehatan, Remaja</p>	
<p>Licensed Under a Creative Commons Attribution 4.0 International License</p> 	

INTRODUCTION

Remaja merupakan kelompok usia yang berada dalam masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak untuk menjadi dewasa. Menurut Yuliani et al. (2020), masa remaja yaitu masa dimana terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Pada masa ini menjadi periode krusial dalam pembentukan perilaku hidup sehat yang akan mempengaruhi kualitas kesehatan di masa depan. Teknologi di dunia berkembang sangat cepat termasuk di Indonesia, karena teknologi berkembang pesat maka masalah-masalah remaja yang ada di Indonesia juga semakin kompleks. Berdasarkan Kemenkes RI dalam (Ertiana et al., 2021), masa remaja merupakan masa peralihan yang dimana pada masa ini remaja mengalami banyak tantangan baik dari diri sendiri maupun dari lingkungan. Apabila remaja tidak dapat menghadapi tantangan maka mereka akan mengalami permasalahan kesehatan yang kompleks karena akibat dari perilaku beresiko yang telah mereka lakukan. Pada fase remaja sangat rentan mengalami berbagai masalah kesehatan mulai dari perilaku hidup bersih dan sehat yang rendah, kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang, kebiasaan tidur yang buruk, dan penggunaan gadget yang berlebihan. Hal ini sejalan dengan penelitian Rusting dalam (Ertiana et al., 2021) bahwa banyak remaja yang melakukan gaya hidup tidak sehat seperti perilaku seksual sebelum menikah, merokok, menggunakan narkoba, makan makanan yang tidak sehat,. Maka dari itu remaja membutuhkan dukungan informasi, pembinaan dan lingkungan yang kondusif untuk mencapai dukungan yang optimal.

Di Kampung Cibungkul, Kelurahan Sukamajukaler, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya, remaja merupakan bagian dari masyarakat yang terlibat aktif dalam dinamika kepemudaan. Namun, berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara bersama ketua Karang Taruna dan beberapa remaja Kampung Cibungkul, ditemukan beberapa permasalahan. Remaja di Kampung Cibungkul belum banyak memahami mengenai literasi kesehatan fisik maupun mental, mengkonsumsi makanan yang tidak bergizi, kebiasaan menggunakan gadget yang berlebihan, kurangnya pemahaman tentang kesehatan reproduksi, dan kurangnya pemahaman mengenai dampak yang terjadi akibat dari kenakalan remaja. Selain itu, remaja Cibungkul sebelumnya belum menunjukkan kepedulian pada kesehatan diri sendiri, baik kesehatan fisik maupun mental. Permasalahan tersebut dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental pada remaja. Hal ini sejalan dengan pendapat Bobbyanti (2023), perilaku kenakalan remaja berdampak pada tekanan psikologis yang tinggi seperti depresi,

kecemasan, hingga penurunan kepercayaan diri. Selain itu kenakalan remaja juga berdampak pada stigma masyarakat terhadap remaja sebagai individu yang bermasalah bahkan membahayakan.

Selain permasalahan tersebut, tingkat partisipasi remaja dalam kegiatan atau program yang berkaitan dengan kesehatan tergolong rendah. Hal ini dapat terjadi disebabkan oleh kurangnya sosialisasi, materi kegiatan yang dianggap kurang menarik, serta belum adanya program kesehatan bagi remaja yang dirancang secara sistematis untuk memenuhi kebutuhan remaja. Hal ini sejalan dengan Kurniasih dan Wahyuni dalam (Hamzah, 2025) bahwa rendahnya antusiasme remaja pada program kesehatan disebabkan oleh faktor seperti kurangnya sosialisasi, ketidaksesuaian metode pendekatan dan minimnya inovasi dalam penyampaian informasi.

Disamping permasalahan yang ada, di Kampung Cibungkul terdapat komunitas yang bernama Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa PIK-R merupakan wadah strategis dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta perilaku sehat di kalangan remaja. Akan tetapi, dalam pelaksanaannya, PIK-R di Kampung KB Cibungkul belum berjalan secara optimal. Belum ada kegiatan rutin PIK-R yang mewadahi remaja untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan kesehatan remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja di Kampung Cibungkul memerlukan program yang dapat memberikan pemahaman, kesadaran, dan penguatan nilai-nilai PIK-R secara menyeluruh serta membangun kemampuan remaja untuk menjaga kesehatan baik dari fisik dan mental mereka.

Berdasarkan permasalahan remaja yang ditemukan di Kampung Cibungkul, edukasi dan sosialisasi menjadi langkah strategis dalam memberikan pemahaman dan kesadaran remaja tentang kesehatannya. Dengan demikian, program Generasi Sehat (GenSet) diinisiasi sebagai upaya pemberian edukasi dan sosialisasi kepada remaja di Kampung Cibungkul. Program ini berfokus pada edukasi kesehatan fisik dan mental, sosialisasi Forum Genre sebagai wadah pengembangan diri dan perencanaan masa depan, serta layanan cek kesehatan gratis yang memberikan pengalaman nyata melalui posyandu bagi remaja. Menurut Notoatmodjo dalam (Sembada et al., 2022) perubahan perilaku seseorang dapat terjadi akibat dua hal, karena paksaan dengan menggunakan peraturan perundang-undangan, atau karena kesadaran melalui proses panjang mulai dari pemberian informasi dan edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan menghasilkan perilaku

yang langgeng. Hal ini diperkuat oleh Nadia dalam (Sembada et al., 2022), bahwa tingkat pengetahuan sangat mempengaruhi perilaku seseorang dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat.

METHOD

Program Generasi Sehat (GenSet) ini merupakan kegiatan pengabdian dengan menggunakan metode pelaksanaan Participatory Action Research (PAR) yang menggabungkan melalui pendekatan edukasi, sosialisasi dan layanan kesehatan gratis. Berdasarkan pendapat menurut Rahmat & Mirnawati (2020) Metode Participatory Action Research (PAR) yang dimaksud merupakan salah satu metode dalam proses pengabdian yang dapat merealisasikan solusi dari permasalahan yang telah teridentifikasi kemudian diterapkan ke dalam suatu aksi atau program dengan melibatkan partisipasi masyarakat. Partisipasi tersebut tidak hanya penyelenggara program yang berperan aktif, akan tetapi pihak-pihak terkait ikut berpartisipasi aktif untuk mencapai tujuan adanya program Generasi Sehat (GenSet) dan agar menciptakan program yang keberlanjutan.

Tahap Persiapan

Adapun tahap awal dari kegiatan tersebut yaitu persiapan, meliputi penentuan mitra dan lokasi fokus (lokus) untuk kegiatan pengabdian. Identifikasi permasalahan dan kebutuhan peserta di Kampung Cibungkul, kemudian pencatatan administrasi meliputi surat perizinan, surat undangan, surat peminjaman, presensi peserta dan tamu undangan, desain sertifikat mitra dan sponsor, serta desain banner kegiatan. Selanjutnya koordinasi bersama mitra dan pihak-pihak terkait sekaligus pengurusan perizinan untuk kegiatan. Anggota kelompok juga melakukan survey lokasi atau tempat untuk pelaksanaan kegiatan. Dan terakhir, penyusunan konsep kegiatan meliputi penyusunan rangkaian kegiatan, persiapan materi yang akan disampaikan oleh narasumber, serta persiapan sarana prasarana mulai dari tempat pelaksanaan dan alat-alat yang diperlukan pada saat pelaksanaan kegiatan.

Tahap Pelaksanaan

Setelah tahap persiapan dilakukan, selanjutnya pada tahap pelaksanaan program Generasi Sehat (GenSet) yang dilakukan pada Hari Sabtu, 25 Oktober 2025 pukul 08.00-12.00 WIB yang bertempat di Madrasah Al-Huda Kampung Cibungkul, Rw.12, Kelurahan Sukamajukaler, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya. Dengan sasaran peserta usia 15-20 tahun sebanyak 26 peserta yang hadir dalam kegiatan tersebut. Dalam

pelaksanaan program, melibatkan Dosen Pembimbing Lapangan, Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan, dan Perlindungan Anak (DPPKBP3A), Puskesmas Kecamatan Indihiang, Kelurahan Sukamajukaler, serta RT dan RW setempat sebagai tamu undangan pada kegiatan tersebut. Dan penyelenggara program dari Mahasiswa jurusan Pendidikan Masyarakat Kelompok 3C serta bekerja sama dengan anggota PIK-R dan Karang Taruna Kampung Cibungkul.

Sebelumnya, peserta dan tamu undangan mengisi daftar hadir yang telah disediakan oleh panitia atau penyelenggara program sebelum memasuki ruangan, kemudian acara dipandu oleh Master of Ceremony (MC) dan beberapa penyampaian sambutan oleh Dosen Pembimbing Lapangan dan para mitra, sekaligus acara dibuka oleh Ketua Kelurahan Sukamajukaler. Dilanjutkan dengan pemberian materi tentang Kesehatan Remaja yang meliputi gizi seimbang, pencegahan anemia untuk remaja putri, serta bahaya merokok, napza dan kehamilan pada remaja. Narasumber pematierian tersebut dari Puskesmas Kecamatan Indihiang, materi diberikan menggunakan metode ceramah interaktif dan studi kasus sederhana dengan media Power Point, yang dimana narasumber memberikan kesempatan untuk diskusi atau tanya jawab guna meningkatkan partisipasi aktif dan antusias peserta saat sesi pematierian berlangsung.

Selanjutnya, sosialisasi terkait Forum Generasi Berencana (Genre) yang diwakili oleh Duta Genre Kota Tasikmalaya Tahun 2024 dan 2025 yang membahas terkait pembinaan dan pengembangan diri dalam perencanaan kehidupan berkeluarga, pendidikan, dan pengembangan karakter, serta mengajak para peserta untuk sadar akan kesehatan remaja baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental. Materi tersebut meliputi pentingnya perencanaan masa depan bagi remaja, pengendalian diri, penguatan nilai-nilai moral, serta pencegahan pernikahan dini, seks bebas, dan penyalahgunaan narkoba. Sosialisasi tersebut berlangsung dengan interaktif dengan menggunakan metode pendidikan sebaya dalam menyampaikan materi dan menggunakan media Power Point edukatif, serta terdapat sesi tanya jawab pada sesi akhir.

Setelah edukasi dan sosialisasi dilaksanakan, kegiatan terakhir yaitu layanan kesehatan gratis untuk para peserta dari petugas Puskesmas Kecamatan Indihiang dan dibantu oleh Kader Kampung Cibungkul. Layanan kesehatan gratis tersebut, meliputi cek berat badan dan tinggi badan, cek tekanan darah, dan cek gula darah. Layanan kesehatan gratis tersebut sebagai tindak lanjut dari edukasi yang telah disampaikan, yang menghubungkan informasi atau materi dengan kondisi kesehatan aktual mereka.

Sehingga dapat meningkatkan kesadaran peserta untuk selalu menjaga kesehatan fisik dan pola hidup sehat.

RESULTS AND DISCUSSION

Results

Kegiatan GenSet (Generasi Sehat) dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini bertempat di Madrasah Al-Huda, RW 12, Kampung Cibungkul, Kelurahan Sukamajukaler, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman dan kesadaran bagi remaja di Kampung Cibungkul akan pentingnya kesehatan remaja baik secara fisik maupun mental. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini melibatkan beberapa pihak diantaranya Mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Siliwangi dan Dosen Pembimbing Lapangan, DPPKBP3A, Puskesmas Kecamatan Indihiang, Pemerintah Kelurahan Sukamajukaler, hingga ketua RW dan RT setempat sebagai mitra. Kemudian melibatkan remaja dan pemuda yang ada di Kampung Cibungkul sebagai peserta.

Kegiatan GenSet ini memiliki tiga rangkaian dalam satu kali pelaksanaan. Rangkaian tersebut diantaranya edukasi kesehatan fisik dan mental bagi remaja, sosialisasi forum Generasi Berencana (GenRe), dan layanan pemeriksaan kesehatan gratis.

Edukasi tentang Kesehatan Fisik dan Mental bagi Remaja di Kampung Cibungkul

Kegiatan GenSet (Generasi Sehat) ini dilaksanakan pada tanggal 25 Oktober 2025 dimulai pukul 07.30 sampai dengan pukul 12.00 WIB. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan tamu undangan dari pukul 07.30 s.d. 08.00 WIB. Dari hasil registrasi terdapat 26 orang peserta yang hadir pada kegiatan ini dari kalangan remaja dan pemuda. Kemudian selanjutnya pembukaan oleh tim mahasiswa, diisi dengan sambutan-sambutan. Rangkaian pembukaan berlangsung dari pukul 08.00 s.d. 08.45 WIB.

Pertama dari Ketua kelompok mahasiswa, Restu Fuji Akbar Maulana yang menyampaikan ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam membantu program GenSet serta menyampaikan harapan bahwa kegiatan ini dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya remaja di Kampung Cibungkul. Kedua, Dosen pembimbing lapangan, Bapak Muslim Haidar, M. Pd. menyampaikan bahwa kegiatan ini merupakan bagian dari proyek kemanusiaan dari jurusan Pendidikan Masyarakat, Universitas Siliwangi dalam upaya memberikan pengalaman nyata bagi mahasiswa sekaligus memberdayakan masyarakat. Kepala Puskesmas Kecamatan Indihiang, Ibu Yani

menyampaikan bahwa kolaborasi antara mahasiswa dengan Puskesmas merupakan suatu hal yang positif untuk kesehatan remaja saat ini. Kemudian, perwakilan dari DPPKBP3A, Bapak Hasriadi, S. Sos. menyampaikan dengan adanya peran mahasiswa di masyarakat membantu dinas dalam merespon permasalahan yang ada, Terakhir, Lurah Sukamajukaler, Bapak Mohammad Yosep, S.Tp., M.Si. menyampaikan rasa syukur, ucapan terimakasih serta dukungan diadakannya kegiatan ini untuk kebermanfaatan masyarakat di Kampung Cibungkul.



Gambar 1. Edukasi tentang Kesehatan Remaja oleh Puskesmas Kecamatan Indhiang

Masuk kepada pematerian pertama yaitu edukasi tentang kesehatan fisik dan mental bagi remaja, yang disampaikan oleh Ibu Deristiani, S.KM. selaku bagian Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku di Puskesmas Kecamatan Indihiang, dan dipandu oleh moderator dari mahasiswa, Mutia Kurnia Hawa. Pematerian berlangsung dari pukul 09.00 s.d. 10.00 WIB. Materi disampaikan melalui metode ceramah interaktif serta menggunakan studi kasus sederhana. Pada sesi ini, peserta diperkenalkan dengan konsep dasar kesehatan fisik seperti pola makan seimbang, pentingnya aktivitas fisik, pencegahan anemia, bahaya merokok, NAPZA, kehamilan remaja, kebersihan diri, serta pencegahan penyakit menular. Kemudian peserta juga diajari tata cara mendaftar cek kesehatan di Posyandu untuk remaja.

Selain itu, edukasi juga mencakup aspek kesehatan mental yang meliputi pengenalan emosi, manajemen stres, cara menghadapi tekanan akademik dan sosial, serta pentingnya mencari bantuan ketika mengalami masalah psikologis. Peserta diajak mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan mental umum yang sering dialami remaja, seperti kecemasan dan stres berlebih. Pendekatan yang digunakan menekankan metode partisipatif sehingga remaja dapat menyampaikan pengalaman pribadi dan berdiskusi secara terbuka. Selama pelaksanaan, peserta terlihat antusias dan interaktif dalam sesi tanya jawab. Dalam kegiatan menunjukkan bahwa partisipasi peserta cukup tinggi, dengan banyaknya peserta yang bertanya dan menjawab dalam saat pemberian materi.

Sosialisasi Forum Generasi Berencana bagi Remaja di Kampung Cibungkul

Rangkaian kedua dilakukan Sosialisasi Forum Generasi Berencana (Genre) untuk memperkenalkan program Genre kepada remaja sebagai wadah pembinaan dan pengembangan diri dalam bidang perencanaan kehidupan berkeluarga, pendidikan, dan pengembangan karakter. Sosialisasi ini berlangsung dari pukul 10.05 s.d. 10.45 WIB, yang diisi oleh Duta Genre kota Tasikmalaya tahun 2024 dan 2025. Menitikberatkan pada pemahaman remaja mengenai pentingnya perencanaan masa depan, pengendalian diri, penguatan nilai-nilai moral, serta pencegahan pernikahan dini, seks bebas, dan penyalahgunaan narkoba.



Gambar 2. Sosialisasi Forum GenRe

Dalam kegiatan ini, fasilitator menjelaskan visi, misi, dan manfaat Forum Genre, termasuk kegiatan pembinaan yang dapat diikuti remaja seperti pelatihan soft skills, pendampingan pendidikan, dan kegiatan kreatif komunitas. Kemudian, fasilitator juga menjelaskan bahwa remaja dapat mengikuti komunitas PIK-R baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat, sebagai wadah pembinaan dan pengembangan diri bagi remaja. Fasilitator juga memperkenalkan PIK-R yang ada di Kampung Cibungkul.

Remaja juga diberikan contoh peran nyata Genre dalam meningkatkan kualitas generasi muda di berbagai daerah. Metode penyampaian dilakukan melalui pemaparan materi, power point edukatif, dan sesi tanya jawab. Pematieran berlangsung kondusif dan interaktif. Peserta terlihat cukup antusias dalam memberikan tanggapan, bertanya tentang cara bergabung dengan Forum Genre, serta berdiskusi mengenai manfaatnya bagi kehidupan remaja. Keaktifan ini menjadi indikator bahwa sosialisasi berhasil menarik perhatian dan relevan dengan kebutuhan mereka. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal terbentuknya kelompok remaja yang tertarik dengan Forum Genre aktif di Kampung Cibungkul.

Pemeriksaan Kesehatan Gratis bagi Remaja di Kampung Cibungkul

Rangkaian ketiga yaitu pelaksanaan pemeriksaan kesehatan gratis yang dilaksanakan sebagai upaya mengetahui kondisi kesehatan remaja di Kampung Cibungkul. Pemeriksaan meliputi pengecekan tekanan darah, cek gula darah bagi remaja usia 16 tahun ke atas, serta mengukur tinggi dan berat badan. Pemeriksaan kesehatan ini dilaksanakan pada pukul 11.00 s.d. 12.00 WIB sekaligus menjadi kegiatan penutup. Rangkaian ini melibatkan tenaga kesehatan dari Puskesmas Kecamatan Indihiang yang memberikan pemeriksaan langsung dan konsultasi hasil secara personal kepada setiap peserta. Kegiatan pemeriksaan ini berfungsi sebagai tindak lanjut dari materi edukasi





Gambar 3. Cek Kesehatan Gratis oleh Petugas Puskesmas Kecamatan Indihiang

sebelumnya, sehingga remaja dapat langsung menghubungkan informasi yang telah mereka terima dengan kondisi kesehatan aktual mereka. Pemeriksaan kesehatan gratis dilaksanakan sebagai rangkaian akhir dari kegiatan Generasi Sehat (GenSet) yang bertujuan memberikan pengalaman langsung kepada remaja terkait pentingnya memantau dan memeriksa kondisi kesehatan secara berkala setelah kegiatan GenSet ini berakhir. Berdasarkan hasil pengamatan, para peserta terlihat antusias dan bersemangat dalam mengikuti pemeriksaan kesehatan gratis ini. Selain menerima hasil pemeriksaan, peserta juga aktif berdiskusi dengan tenaga kesehatan terkait saran dan tindak lanjut yang perlu dilakukan untuk menjaga kesehatan remaja.

Discussion

Program pengabdian kepada masyarakat di Kampung Cibungkul dengan kegiatan GenSet (Generasi Sehat) menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi, sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan secara langsung atau edukasi kesehatan fisik maupun mental yang diberikan kepada remaja di Kampung Cibungkul mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga keseimbangan kesehatan tubuh maupun psikologis. Rangkaian kegiatan program GenSet ini berjalan secara kolaboratif antara mahasiswa, tenaga kesehatan, pemerintah kelurahan, DPPKBP3A, serta remaja

setempat. Temuan yang ada pada kegiatan ini dapat memperkuat penelitian sebelumnya bahwa remaja sangat membutuhkan pendekatan edukatif yang komprehensif dan partisipatif untuk meningkatkan literasi kesehatan. Respon peserta yang cukup antusias serta partisipasi yang cukup baik selama sesi pematerian dan diskusi menunjukkan bahwa metode pembelajaran partisipatif merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian Pramastri et al. (2024), yang menjelaskan bahwa keterlibatan aktif remaja dalam diskusi dan pemaparan materi dapat meningkatkan pengetahuan serta mengurangi hikmah terkait isu kesehatan mental. Hal tersebut diperkuat pula oleh Nurhaeni et al. (2022), bahwa edukasi langsung mengenai kesehatan mental mampu memperbaiki pemahaman remaja terhadap gejala psikologis seperti stres dan kecemasan.

Dalam sesi edukasi kesehatan fisik dan mental yang disampaikan oleh tenaga kesehatan Puskesmas kecamatan Indihiang, ditemukan bahwa peserta responsif terhadap penyampaian materi berbasis ceramah interaktif serta studi kasus. Respon peserta yang cukup antusias, aktif dalam bertanya, kata mampu merefleksikan pengalaman pribadi menunjukkan bahwa metode partisipatif efektif dalam menumbuhkan pemahaman yang mendalam. Selain itu materi edukasi mengenai manajemen stres dan tekanan akademik juga sangat relevan dengan kondisi remaja saat ini. Menurut Pramastri et al. (2024), tekanan sekolah merupakan salah satu pemicu utama kecemasan remaja, sehingga intervensi edukatif memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan kemampuan koping peserta. Pada kegiatan GenSet ini, peserta mampu mengidentifikasi sumber stres mereka dengan mengaitkan pengalaman pribadinya, yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis cerita serta studi kasus dapat meningkatkan efektivitas proses edukasi. Pada aspek kesehatan fisik, materi tentang gizi seimbang, aktivitas fisik, serta pencegahan penyakit menular dapat memberikan dampak langsung terhadap pemahaman peserta mengenai pola hidup yang sehat. Hal tersebut selaras dengan penelitian Chahyanto & Hasfika (2025), yang menunjukkan bahwa edukasi gizi pada remaja mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam memilih makanan sehat. Dengan demikian, kegiatan edukasi pada program GenSet ini memperkuat temuan tersebut bahwa penyampaian materi kesehatan fisik secara sederhana dan kontekstual mampu memotivasi remaja untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kesehariannya.

Selanjutnya kegiatan sosialisasi forum generasi berencana (GenRe) pada kegiatan ini juga memberikan manfaat yang signifikan bagi peserta. Banyak peserta yang cukup tertarik dengan program GenRe setelah mengetahui fungsinya sebagai wadah pembinaan

diri, pencegahan pernikahan dini, serta penguatan karakter. Hal ini sejalan dengan penelitian Nugroho et al. (2021), yang menjelaskan bahwa keterlibatan remaja dalam PIK-R meningkatkan pemahaman mereka terkait perencanaan masa depan dan risiko perilaku seksual pranikah. Selain itu, penggunaan metode pendidikan sebaya dalam sosialisasi GenRe terbukti efektif, sebagaimana dijelaskan oleh Satriyono et al. (2022), bahwa penyampaian materi oleh figur sebaya atau dekat dengan usia beserta mampu meningkatkan kepercayaan dan keterbukaan remaja dalam menerima pesan kesehatan.

Selain itu pelaksanaan pemeriksaan kesehatan gratis dalam kegiatan GenSet mampu memberikan pengalaman langsung kepada remaja untuk mengetahui kondisi kesehatan mereka secara aktual. Pemeriksaan tekanan darah, gula darah, serta pengukuran berat badan memberikan gambaran mengenai risiko kesehatan yang mungkin dialami oleh peserta. Hal tersebut selaras dengan penelitian Fadhillah et al. (2025), yang menegaskan bahwa screening komunitas pada remaja efektif dalam mendeteksi risiko penyakit tidak menular sejak dini. Selain itu, Sary et al. (2025), juga menegaskan bahwa pemeriksaan kesehatan primer, terutama terkait tekanan darah dan indeks massa tubuh, sangat penting dilakukan pada remaja mengingat meningkatnya risiko hipertensi dan obesitas di kelompok usia tersebut. Konsultasi personal setelah pemeriksaan membuat peserta memahami kondisi tubuhnya serta meningkatkan motivasi menjalankan gaya hidup yang lebih sehat.

Secara keseluruhan, kegiatan GenSet dapat dikatakan berhasil menggabungkan tiga pendekatan utama yaitu edukasi, sosialisasi, serta pemeriksaan kesehatan yang secara bersama-sama memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta. Hasil ini mendukung pandangan bahwa intervensi kesehatan yang terintegrasi dapat meningkatkan pemahaman sekaligus membentuk perilaku positif pada remaja. Dengan demikian program ini dapat menjadi model pelaksanaan pengabdian masyarakat yang efektif, khususnya dalam peningkatan literasi kesehatan remaja terutama di daerah perkotaan atau area yang padat penduduk.

CONCLUSION

Program Generasi Sehat (GenSet) yang diadakan di Kampung Cibungkul ini dapat merealisasikan dari permasalahan remaja yang ada di Kampung Cibungkul, yaitu kurangnya pengetahuan dan kesadaran terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri baik secara fisik maupun mental dan mempersiapkan generasi sehat untuk jangka panjang. Program dilaksanakan secara baik dan menciptakan antusias serta partisipasi yang cukup

tinggi. Antusiasme dan interaktivitas peserta selama kegiatan berlangsung menunjukkan bahwa metode edukasi yang diterapkan relevan dengan kebutuhan peserta. Diperkuat dengan adanya layanan kesehatan gratis mampu meningkatkan kesadaran para peserta mengenai kondisi kesehatan mereka secara aktual, sehingga memotivasi untuk lebih proaktif dalam menjaga kebugaran dan melakukan pemeriksaan secara berkala.

Implikasi dari kegiatan ini terlihat pada antusiasme dan partisipasi para peserta dalam mengikuti setiap sesi pada program GenSet ini. Dan diharapkan terdapat pengaruh pada perubahan perilaku sehari-hari seperti membiasakan pola makan yang sehat, upaya pencegahan perilaku berisiko, dan mengelola kesehatan diri baik secara fisik maupun mental. Meski demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan karena dilaksanakan dalam durasi yang relatif singkat, sehingga pendalaman materi dan pendampingan jangka panjang belum sepenuhnya optimal. Oleh karena itu, disarankan adanya program keberlanjutan seperti posyandu remaja yang dilakukan oleh PIK-R Cibungkul dan berkoordinasi dengan tenaga kesehatan setempat yang menjadi wadah bagi para remaja atau pemuda di Kampung Cibungkul untuk menjadi generasi sehat, serta memastikan dampak yang lebih berkelanjutan.

ACKNOWLEDGEMENT

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan program Generasi Sehat (GenSet) di Kampung Cibungkul, RW 12, Kelurahan Sukamajukaler, Kecamatan Indihiang, Kota Tasikmalaya. Pertama, kami ucapkan terima kasih kepada Mahasiswa Pendidikan Masyarakat Universitas Siliwangi Kelompok 3C yang telah berperan aktif dalam perencanaan, pelaksanaan, sampai dengan tahap akhir kegiatan. Dan kepada Dosen Pembimbing Lapangan yang senantiasa memberikan arahan dan dukungan, serta pendampingan selama proses kegiatan berlangsung.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Perempuan, dan Perlindungan Anak (DPPKBP3A), Puskesmas Kecamatan Indihiang, Kelurahan Sukamajukaler, Ketua RT dan RW setempat yang telah berkontribusi, memberikan izin, dan dukungan penuh terhadap penyelenggaraan program ini. Tak lupa kami sampaikan terima kasih kepada para pemuda khususnya anggota PIK-R Kampung Cibungkul yang telah menunjukkan antusiasme dalam berkolaborasi, dan berperan aktif dalam pelaksanaan program ini. Dengan adanya partisipasi dari semua pihak yang terlibat,

menjadi faktor penting dalam terselenggaranya program edukasi yang senantiasa dapat bermanfaat bagi semua. Semoga seluruh bentuk kolaborasi dan dukungan dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pengabdian kepada masyarakat di masa mendatang.

REFERENCES

- Bobyanti, F. (2023). KENAKALAN REMAJA. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 1(2), 476–481.
- Chahyanto, B. A., & Hasfika, I. (2025). EDUKASI GIZI SEIMBANG DENGAN PROGRAM “ISI PIRINGKU” PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH DI KOTA SIBOLGA. *Jurnal Abdi Insani*, 12(3), 1110–1117. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v12i3.2388>
- Ertiana, D., Septyvia, A. I., Utami, A. U. N., Ernawati, E., & Yualiarti, Y. (2021). PROGRAM PENINGKATAN KESEHATAN REMAJA MELALUI POSYANDU REMAJA. *Journal of Community Engagement and Employment*, 3(1), 30–39. <http://ojs.iik.ac.id/index.php/JCEE>
- Fadhilah, S., Rusliani, D. M., Nuryati, A., & Suryantara, B. (2025). DETEKSI DINI FAKTOR RISIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA REMAJA KARANG TARUNA: SKRINING DAN UPAYA PENCEGAHAN. *Room of Civil Society Development*, 4(1), 222–233. <https://doi.org/10.59110/rcsd.537>
- Hamzah, F. (2025). PENDEKATAN INOVATIF UNTUK MENINGKATKAN KEPEDULIAN REMAJA TERHADAP POSYANDU DI DESA GANTI. *Primary Journal of Multidisciplinary Research*, 1(2), 42–47. <https://doi.org/10.70716/pjmr.v1i2.166>
- Nugroho, Y. T., Sari, R. E., & Meckarische, A. A. (2021). EFEKTIVITAS PUSAT INFORMASI KONSELING REMAJA (PIK-R); STUDI KUALITATIF DENGAN TEKNIK MOST SIGNIFICANT CHANGE (MSC): THE EFFECTIVENESS OF THE ADOLESCENT COUNSELING INFORMATION CENTER (PIK-R); QUALITATIVE STUDY WITH MOST SIGNIFICANT CHANGE (MSC) TECHNIQUE. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan Terpadu (JITKT)*, 1(1), 1–12.
- Nurhaeni, A., Marisa, D. E., & Oktiany, T. (2022). PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG GANGGUAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA. *JAPRI Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 1(1), 29–34.

- Pramastri, M. R., Rahma, K. M., Aufa, N., Kartikananda, P., & Saniatuzzulfa, R. (2024). EFEKTIVITAS EDUKASI KESEHATAN MENTAL SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KAPASITAS MENTAL KADER POSYANDU REMAJA KAMPUNG X SURAKARTA. *Jurnal Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan Seni bagi Masyarakat*, 13(2), 225–236.
- Rahmat, A., & Mirnawati, M. (2020). MODEL PARTICIPATION ACTION RESEARCH DALAM PEMBERDAYAAN MASYARAKAT. *ASKARA: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 6(1), 62–71.
- Sary, A. N., Hasrinal, Dasril, O., Maryanti, T., Rosa, A. F., & Marsyah, F. (2025). SKRINING KESEHATAN PRIMER DAN FAKTOR RESIKO HIPERTENSI PADA PESERTA JKN DI SEMARANG. *Ensiklopedia of Journal*, 7(2), 67–75. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Satriyono, A. Y., Sulistyoningsih, H., & Hidayani, W. R. (2022). KNOWLEDGE, ATTITUDES AND BEHAVIORS OF THE ADOLESCENT REPRODUCTIVE HEALTH TRIAD. *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan (BIKK)*, 1(1), 20–31. <https://doi.org/10.56741/bikk.v1i01.36>
- Sembada, S. D., Pratomo, H., Fauziah, I., Amani, S. A., Nazhofah, Q., & Kurniawati, R. (2022). PEMANFAATAN MEDIA ONLINE SEBAGAI SARANA EDUKASI KESEHATAN PADA REMAJA: TINJAUAN LITERATUR. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 564–574.
- Yuliani, M., Sutriyawan, A., Valiani, C., Kurniawati, R. D., Hayati, N., Munawaroh, M., Aryanti, A., & Mulyani, Y. (2020). PEMBERDAYAAN REMAJA DALAM OPTIMALISASI PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA MELALUI PROGRAM POJOK REMAJA DAN PEER GROUP DI SMAN 1 CILEUNYI KABUPATEN BANDUNG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2(2), 30–43.