

**PELATIHAN PENGUKURAN ANTROPOMETRI BAGI KADER
POSYANDU REMAJA DI PADUKUHAN KARANGMOJO,
PURWOMARTANI, KALASAN, SLEMAN,
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**ANTHROPOMETRY MEASUREMENT TRAINING FOR YOUTH
POSYANDU CADRE AT PADUKUHAN KARANGMOJO,
PURWOMARTANI, KALASAN, SLEMAN,
SPECIAL REGION OF YOGYAKARTA**

Angelina Swaninda^{1*}, Yunita Indah Prasetyaningrum², Ilna Tirtamala³, Refly Setiawan⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta
¹angelina.ninda@gmail.com, ²indah1609@gmail.com, ³ilnatirtamala0706@gmail.com,
⁴reflyliodongi29@gmail.com

*penulis korespondensi

Abstrak

Masa remaja merupakan masa transisi menuju dewasa sehingga terjadi perubahan pada segi fisik, emosi, psikologis, dan intelektual. Sensus penduduk di Kabupaten Sleman tahun 2019 menunjukkan bahwa jumlah penduduk tertinggi di Kecamatan Kalasan adalah remaja berusia 13-15 tahun. Posyandu remaja merupakan kegiatan berbasis kesehatan masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan kesehatan remaja secara berkesinambungan. Salah satu kegiatan posyandu remaja yang paling penting adalah pengukuran status gizi. Namun, banyak kader remaja yang belum memiliki keterampilan pengukuran status gizi secara antropometri dengan benar dan tepat. Tujuan pelatihan ini adalah optimalisasi keterampilan kader remaja mengenai pengukuran status gizi secara antropometri di Padukuhan Karangmojo. Pelatihan ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Pengamatan keterampilan kader terkait pengukuran antropometri dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan, dengan menggunakan *checklist*. Hasil dari pelatihan ini adalah kader posyandu remaja lebih terampil dalam melakukan pengukuran antropometri yang benar dan tepat. Perubahan keterampilan kader remaja dapat teramati dari kegiatan setelah pelatihan melalui penilaian menggunakan *checklist*. Keterampilan kader posyandu mengenai cara pengukuran status gizi secara antropometri lebih baik setelah diberikan pelatihan.

Kata kunci : pelatihan; posyandu remaja; antropometri

Abstract

Adolescence is a period of transition to adulthood, that changes occur in terms of physical, emotional, psychological, and intellectual. The population census in Sleman on 2019 showed that the highest population in Kalasan was occupied by teenagers aged 13-15 years. Youth Posyandu is a community health-based activity to improve the health status and health skills of adolescents on an ongoing basis. One of the most important activities of the youth posyandu is the measurement of nutritional status. However, many youth cadres do not yet have the skills to measure nutritional status in anthropometry correctly and precisely. The purpose of this training is to optimize the skills of youth cadres regarding anthropometric measurement of nutritional status in Padukuhan Karangmojo. This training uses a quantitative descriptive method. Observations of cadre skills related to anthropometric measurements were carried out before and after training, using a checklist. The result of this training is that youth posyandu cadres are more skilled in carrying out correct and precise anthropometric measurements. Changes in the skills of youth cadres can be

observed from activities after training through an assessment using a checklist. Posyandu cadres' skills on how to measure nutritional status anthropometrically are better after being given training.

Keywords: Measurement; Youth Posyandu; Anthropometry

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi menuju dewasa sehingga terjadi perubahan pada segi fisik, emosi, psikologis, dan intelektual. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 diketahui bahwa sebanyak 66% penduduk Indonesia berada pada kelompok remaja berusia 15-24 tahun [1]. Sensus penduduk di Kabupaten Sleman tahun 2019 menunjukkan bahwa jumlah penduduk tertinggi di Kecamatan Kalasan ditempati oleh kelompok usia remaja berusia 13-15 tahun, yaitu sebanyak 5.388 orang [2].

Menurut Undang-undang Kesehatan nomor 36 tahun 2009 pasal 136 dan 137 menyatakan bahwa pemerintah berkewajiban menjamin agar remaja memperoleh edukasi, informasi, dan layanan kesehatan remaja agar mampu hidup sehat dan bertanggungjawab [3]. Tujuan pemeliharaan kesehatan remaja antara lain mempersiapkan remaja menjadi dewasa yang sehat secara fisik dan mental serta produktif secara sosial dan ekonomi. Oleh karena itu, upaya pemeliharaan kesehatan remaja perlu mendapat dukungan dan peran serta masyarakat.

Usia remaja telah mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat, baik secara fisik dan psikologis. Salah satu karakter remaja adalah sangat menghargai jalinan pertemanan dengan teman sebaya jika dibandingkan dengan orangtua. Remaja beranggapan bahwa teman sebaya cenderung dapat menyimpan rahasia dan lebih terbuka dalam memecahkan masalah yang dihadapinya dengan keluarga. Pandangan dan pendapat dari teman biasanya lebih diterima oleh remaja jika dibandingkan dengan orangtuanya. Dukungan teman sebaya (*peer pressure*) sangat memengaruhi seorang remaja dalam menerima suatu informasi. Oleh karena itu, peranan teman sebaya sangat menentukan penerimaan remaja mengenai informasi gizi dan kesehatan di kalangan remaja [4].

Indikator keberhasilan pemenuhan zat gizi pada remaja dapat dipantau dari status gizi melalui pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, lingkaran pinggang, dan lingkaran pinggul. Salah satu kegiatan berbasis kesehatan masyarakat khusus remaja yang dapat dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan kesehatan remaja secara berkesinambungan adalah melalui kegiatan Posyandu Remaja. Posyandu Remaja merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan bersama masyarakat, termasuk remaja yang terlibat di dalamnya untuk penyelenggaraan kesehatan guna memberdayakan masyarakat dan memberikan kemudahan dalam memperoleh pelayanan kesehatan bagi remaja serta meningkatkan derajat kesehatan dan keterampilan hidup sehat remaja. Hal inilah yang menjadi dasar perlunya menjaga dan meningkatkan pelayanan gizi yang profesional, salah satunya melalui pemantauan status gizi yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan guna mendukung terciptanya sumber daya manusia yang berkualitas serta [5].

Padukuhan Karangmojo, Purwomartani, Kalasan merupakan lingkungan masyarakat yang memiliki komitmen untuk mewujudkan kelompok masyarakat yang sehat, khususnya kelompok remaja. Jumlah warga Padukuhan Karangmojo, Purwomartani yang tergolong remaja berusia 13-24 tahun cukup banyak (sekitar 100 orang) sehingga menjadi potensi besar dalam membentuk agen perubahan berperilaku hidup sehat dan bergizi di masyarakat. Adanya pandemi Covid-19 membuat kegiatan pemantauan status gizi dan status kesehatan remaja melalui fasilitas kesehatan (puskesmas dan rumah sakit) terhenti. Berdasarkan keadaan di lapangan juga menunjukkan bahwa banyak remaja warga Padukuhan Karangmojo yang belum memahami pentingnya memantau status gizi dan

status kesehatan secara berkala. Oleh karena itu, pemangku kebijakan di tingkat padukuhan dan pihak Puskesmas Kalasan berinisiatif mendirikan Posyandu Remaja.

2. MATERIAL DAN METODOLOGI

Pelatihan Pengukuran Antropometri Bagi Kader Posyandu Remaja di Padukuhan Karangmojo, Purwomartani, Kalasan, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Keterampilan kader terkait pengukuran antropometri dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan dengan menggunakan *checklist*, untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah pelatihan. Kader yang berjumlah 10 orang, diberi penjelasan secara teori sebelum dilakukan pelatihan penggunaan beberapa alat ukur untuk antropometri. Pengamatan sebelum pelatihan dilakukan pada kegiatan posyandu sebelumnya, untuk mengetahui kemampuan kader dalam pengukuran antropometri.

3. PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan pengukuran status gizi dan status kesehatan kepada kader posyandu remaja dilaksanakan pada 5 Juni 2021 di padukuhan Karangmojo, Purwomartani. Kegiatan dihadiri oleh 8 orang yang terdiri dari 6 orang kader, ibu dukuh, dan ketua karang taruna. Dari 10 orang kader yang diundang, hanya 6 orang bisa hadir karena ada yang sakit dan ada kegiatan di sekolah yang tidak bisa ditinggalkan. Materi yang diberikan tentang pentingnya mengukur status gizi secara antropometri, cara mengategorikan status gizi, cara menggunakan alat antropometri secara benar. Tim pengabdian memberikan materi pelatihan dengan media ppt menggunakan LCD serta pemutaran video pengukuran status gizi. Setelah pemberian materi maka dilanjutkan praktik langsung penggunaan alat pengukur status gizi. Setiap kader diminta untuk mencoba mengukur temannya dan dibimbing langsung oleh tim pengabdian supaya dapat dilihat jika masih ada tahapan yang salah

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun, yang diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Periode ini merupakan persiapan menuju masa dewasa dengan melewati beberapa tahapan perkembangan. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisisi kemampuan (*skill*) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi [6].

Posyandu remaja di Padukuhan Karangmojo memiliki slogan PARIKESIT atau “Putra Putri Kalasan Sehat, Siaga, Terpadu”. Visi Misi Posbindu Parikesit ‘Damarwulan’ diambil dari arti nama Damarwulan sendiri, yaitu peduli pada sesama, dermawan, tidak mementingkan diri sendiri, patuh terhadap kewajiban, dan berjiwa kreatif. Dengan itu, kita berharap bahwa Posbindu Parikesit Damarwulan dapat menjadi semangat positif dan dapat bermanfaat bagi banyak orang terutama para warga di Karangmojo dalam menjaga kesehatan.

Gagasan pendirian posyandu remaja dilandasi oleh keresahan masyarakat akan keadaan remaja di masa pandemi yang kurang melakukan aktivitas fisik dan tidak pernah memantau status kesehatannya. Tujuan dibentuknya posyandu remaja ini adalah meningkatkan status kesehatan masyarakat, mengendalikan penyakit tidak menular khususnya malnutrisi dan hipertensi dengan pemberdayaan remaja.

Salah satu karakter remaja adalah sangat menghargai jalinan pertemanan dengan teman sebaya jika dibandingkan dengan orangtua. Remaja beranggapan bahwa teman sebaya cenderung dapat menyimpan rahasia dan lebih terbuka dalam memecahkan masalah yang dihadapinya dengan keluarga. Dukungan teman sebaya (*peer pressure*) sangat memengaruhi seorang remaja dalam menerima suatu informasi. Oleh karena itu, peranan teman sebaya sangat menentukan penerimaan remaja mengenai informasi gizi dan kesehatan di kalangan remaja [4].

Posyandu remaja yang berada di lingkungan masyarakat memiliki tujuan agar masyarakat dapat mengelola pelayanan kesehatan dasar. Masyarakat dapat berperan nyata dalam meningkatkan kesehatan mereka sendiri, terutama para remaja dan dapat memantau kesehatannya. Keberadaan posyandu dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dalam meningkatkan kesejahteraan kesehatan dengan meningkatkan harapan hidup remaja [7]. Tokoh masyarakat merupakan unsur penggerak dalam kegiatan posyandu, dan memotivasi masyarakat untuk berkunjung ke posyandu [8].

Salah satu ciri khas dari remaja Generasi Milenial dan Generasi Z adalah memiliki rasa ingin tahu yang sangat besar terhadap informasi terkini serta lebih mudah menerima sesuatu hal baru dengan terbuka. Pemberian pelatihan tentang pengukuran status gizi kepada kader posyandu remaja diharapkan menjadi solusi untuk membantu mengurangi masalah kesehatan pada kelompok remaja melalui pemberdayaan masyarakat kelompok produktif. Materi kegiatan yang diberikan antara lain tentang: cara mengukur status kesehatan dan status gizi, cara mengategorikan, cara menginterpretasikan, dan memantau status gizi pada kelompok remaja pada pelaksanaan kegiatan posyandu. Media pembelajaran dilakukan secara diskusi interaktif menggunakan video dan praktik langsung.

4. KESIMPULAN

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu remaja tentang cara mengukur status status gizi, cara mengategorikan, cara menginterpretasikan, hingga cara memantau status gizi pada kelompok remaja pada pelaksanaan kegiatan posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Balitbangkes Kemenkes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar 2018. Kemenkes RI: Jakarta.
- [2] [Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Sleman. 2020. Kabupaten Sleman dalam Angka 2020. BPS Kabupaten Sleman.
- [3] Undang-undang Kesehatan nomor 36 tahun 2009 pasal 136 dan 137.
- [4] Zimmer-Gembeck, M. J., & Petherick, J. (2006). Intimacy dating goals and relationship satisfaction during adolescence and emerging adulthood: Identity formation, age and sex as moderators. *International Journal of Behavioral Development*, 30(2), 167–177.
- [5] Keputusan Menteri Kesehatan RI No: 374/Menkes/SKIII/2007.
- [6] [World Health Organization (WHO). 2015. Adolescent Development: Topics at Glance.
- [7] Didah, 2019. Hubungan Karakteristik dengan Pengetahuan Tokoh Masyarakat Mengenai Keberadaan Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinangor. Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran. *Jurnal Kebidanan*: Vol 5 N0 2 : 116 – 121
- [8] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2011.