

Penyuluhan PHBS dan Skrining Kesehatan Bagi Anak Remaja

Eka Dharmawati Lewa¹, Zamli², Achmad R. Muttaqien Al Maidin³

^{1,2,3} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Received : 3 Agustus 2025, Revised : 7 Agustus 2025, Published : 13 Agustus 2025

Corresponding Author

Nama Penulis: Eka Dharmawati Lewa

E-mail: ekalewa128@gmail.com

Abstrak

Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kepedulian siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri sejak usia remaja melalui pendekatan edukatif dan deteksi dini. Metode ini dilakukan dengan memberikan materi penyuluhan PHBS dan Pelaksanaan skrining kesehatan. Hasil kegiatan program pengabdian kepada masyarakat yang berupa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta skrining kesehatan terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 3 Malili telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respons positif dari siswa, guru, dan pihak puskesmas. Penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, pola makan sehat, dan perilaku hidup sehat lainnya. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan preventif di sekolah sangat efektif dalam membentuk kesadaran kesehatan sejak dini, serta mampu menjadi dasar untuk perencanaan intervensi kesehatan yang lebih berkelanjutan.

Kata kunci – PHBS, Skrining Kesehatan, Anak Remaja

Abstract

The objective of this community service program is to enhance students' knowledge, awareness, and concern regarding the importance of maintaining personal health from adolescence through an educational approach and early detection. This method is implemented by providing health education materials on Healthy Living Practices (PHBS) and conducting health screenings. The results of the community service program, which included PHBS education and health screenings for seventh-grade students at SMP Negeri 3 Malili, were successfully implemented and received positive feedback from students, teachers, and the local health center. The education sessions effectively increased students' knowledge about the importance of personal hygiene, healthy eating habits, and other healthy lifestyle behaviors. The results of this community service initiative demonstrate that an educational and preventive approach in schools is highly effective in fostering health awareness from an early age and can serve as a foundation for planning more sustainable health interventions.

Keywords - PHBS, Health Screening, Adolescents

How To Cite : Lewa, E. D., Zamli, Z., & Al Maidin, A. R. M. (2025). Penyuluhan PHBS dan Skrining Kesehatan Bagi Anak Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(1), 153–161. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i1.402>

Copyright ©2025 Eka Dharmawati Lewa, Zamli Zamli, Achmad R Muttaqien Al Maidin

PENDAHULUAN

Remaja adalah kelompok usia yang berada dalam masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yaitu antara usia 10 hingga 19 tahun. Masa ini ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, emosional, dan sosial yang kompleks. Perubahan ini secara langsung maupun tidak langsung mempengaruhi pola pikir, kebiasaan, serta perilaku hidup remaja, termasuk dalam hal menjaga kesehatan. Menurut World Health Organization (2018), remaja menghadapi berbagai risiko kesehatan baik fisik maupun mental, seperti kekurangan gizi, gaya hidup sedentari, perilaku makan tidak sehat, stres akademik, serta mulai munculnya tekanan sosial dari lingkungan sekitarnya.

Masa remaja juga menjadi periode krusial karena kebiasaan yang terbentuk pada fase ini sering kali terbawa hingga dewasa. Dengan kata lain, jika remaja terbiasa hidup dalam pola yang tidak sehat, maka mereka lebih berisiko mengalami penyakit tidak menular (PTM) di usia produktif seperti diabetes, hipertensi, hingga obesitas (Unicef, 2020). Oleh karena itu, intervensi pada usia remaja melalui pendekatan edukatif dan preventif sangat penting untuk membentuk perilaku hidup sehat jangka panjang. Masa remaja, khususnya pada usia siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP), merupakan periode transisi penting dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada tahap ini, remaja sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan dan kebiasaan hidup yang dapat berdampak terhadap kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang (WHO, 2018; Kemenkes RI, 2020). Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif menjadi sangat penting dilakukan sejak dini guna membentuk perilaku hidup bersih dan sehat.

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat—termasuk remaja—terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri. Penyuluhan yang efektif dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih positif dan menjadi langkah awal dalam pencegahan penyakit serta peningkatan kualitas hidup (Notoatmodjo, 2012).

Salah satu bentuk edukasi kesehatan yang relevan untuk siswa SMP adalah mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS tidak hanya mencakup kebiasaan mencuci tangan dan menjaga kebersihan diri, tetapi juga mencakup aspek pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan sehari-hari yang berpengaruh pada kesehatan jasmani dan rohani (Kemenkes RI, 2018). Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi utama dalam upaya promosi dan pencegahan masalah kesehatan masyarakat. Di lingkungan sekolah, bentuk umum dari pendidikan kesehatan ini adalah melalui kegiatan penyuluhan. Penyuluhan kesehatan adalah proses penyampaian informasi yang bertujuan untuk mempengaruhi perilaku individu atau kelompok agar sadar dan mau menjalani gaya hidup sehat (Notoatmodjo, 2012). Penyuluhan yang diberikan kepada siswa tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan tindakan nyata dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu materi penyuluhan yang sangat penting di lingkungan sekolah adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan upaya untuk memberdayakan siswa agar tahu, mau, dan mampu menerapkan pola hidup sehat di lingkungan sekolah maupun rumah. Kementerian Kesehatan RI (2018) mengklasifikasikan PHBS sekolah dalam lima indikator utama: (1) mencuci tangan pakai sabun, (2) menggunakan jamban bersih dan sehat, (3) mengonsumsi jajanan sehat, (4) olahraga teratur, dan (5) memberantas sarang nyamuk. Melalui penyuluhan PHBS, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat, tetapi juga diberi motivasi untuk menjadi agen perubahan bagi lingkungan sekitarnya. PHBS juga memiliki dampak tidak langsung dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih bersih, aman, dan mendukung proses belajar-mengajar secara optimal.

Selain penyuluhan, kegiatan skrining kesehatan juga sangat penting sebagai langkah awal deteksi dini terhadap masalah kesehatan yang mungkin dialami oleh remaja. Skrining dilakukan untuk menggali informasi mengenai kondisi fisik dan kebiasaan hidup siswa melalui kuesioner, serta melalui pemeriksaan antropometri dan tanda vital, yaitu pengukuran tinggi badan, berat badan, serta tekanan darah. Dalam konteks remaja, skrining kesehatan sering kali dilakukan melalui kombinasi antara pengisian kuesioner dan pemeriksaan fisik sederhana, seperti pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah. Pengukuran antropometri (tinggi dan berat badan) penting untuk menilai status gizi remaja yang sangat berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan mereka. Data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas pada anak usia sekolah semakin meningkat setiap tahunnya.

Pengukuran tinggi dan berat badan digunakan untuk menilai status gizi siswa, termasuk kemungkinan terjadinya masalah gizi kurang, gizi lebih, atau obesitas, yang kian meningkat pada usia remaja karena pola makan tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik (Riskesdas, 2018). Sementara itu,

pengukuran tekanan darah dilakukan untuk mendeteksi kemungkinan gangguan tekanan darah sejak dini, mengingat gaya hidup dan stres juga mulai memengaruhi kondisi kesehatan remaja (Putri et al., 2022). Selain itu, pemeriksaan tekanan darah juga perlu dilakukan pada usia remaja karena meskipun hipertensi lebih sering ditemukan pada orang dewasa, beberapa studi menunjukkan bahwa remaja mulai menunjukkan gejala tekanan darah tinggi akibat stres, pola makan tinggi natrium, dan kurangnya aktivitas fisik (Putri et al., 2022). Pemeriksaan ini penting untuk mencegah risiko penyakit kardiovaskular di masa depan.

Berdasarkan pentingnya upaya tersebut, telah dilakukan kegiatan penyuluhan PHBS dan skrining kesehatan terhadap siswa kelas VII.A dan VII.B di salah satu SMP selama dua hari. Dalam kegiatan ini, selain melakukan pengisian kuesioner, siswa juga menjalani pemeriksaan tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah sebagai bagian dari skrining kesehatan fisik. Hasil dari kegiatan ini diharapkan dapat menjadi dasar identifikasi dini masalah kesehatan dan rujukan tindak lanjut bagi siswa yang membutuhkan.

Melalui hasil penyuluhan dan skrining ini diharapkan pihak sekolah, orang tua, dan tenaga kesehatan dapat bekerja sama dalam merancang intervensi yang tepat guna menciptakan generasi remaja yang sehat, produktif, dan berdaya saing (Unicef, 2020).

Secara umum, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kepedulian siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri sejak usia remaja melalui pendekatan edukatif dan deteksi dini.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan selama 2 Hari (14 s.d 15 juli 2025), sesuai jadwal yang disepakati dengan pihak sekolah bertempat di SMP Negeri 3 Malilo Kab. Luwu Timur dengan sasaran/mitra yaitu Remaja putri di SMP Negeri 3 Malili sebanyak 56 orang dengan mitra pelaksana yaitu Pihak sekolah (kepala sekolah dan guru UKS) dan tenaga kesehatan dari puskesmas setempat. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut :

1. Tahap Koordinasi dan Persiapan

- a. Permohonan izin kegiatan mahasiswa dengan pihak sekolah untuk menyusun jadwal kegiatan.
- b. Koordinasi dengan petugas kesehatan Puskesmas Lakawali untuk menyusun jadwal dan persiapan kegiatan
- c. Pertemuan dengan pihak sekolah, untuk izin kegiatan dan menyusun jadwal kegiatan di kelas.
- d. Persiapan materi edukasi, berupa PPT

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di SMP Negeri 3 Malilo Kab. Luwu Timur, dengan metode sebagai berikut:

a. Penyuluhan PHBS

Pada tahap ini materi penyuluhan PHBS meliputi berbagai aspek yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan pengetahuan siswa tentang perilaku seperti kebiasaan cuci tangan, mengonsumsi makanan bergizi, menjaga kebersihan diri, menghindari kebiasaan merokok dan berolahraga secara teratur atau beraktifitas fisik.

b. Pelaksanaan skrining kesehatan

Pada tahap ini, tim akan melakukan pengukuran tinggi badan, berat badan dan tekanan darah kepada semua siswa kelas VII a dan kelas VII b. Setelah itu dilanjutkan dengan melakukan skrining dan edukasi kesehatan. Skrining kesehatan bertujuan untuk mendeteksi potensi masalah kesehatan atau penyakit pada seseorang, terutama pada mereka yang tidak menunjukkan gejala, sejak dini. Hal ini memungkinkan intervensi lebih awal, seperti perubahan gaya hidup atau pengobatan, untuk mengurangi risiko penyakit atau mengobatinya secara efektif. Skrining juga dapat membantu dalam pemantauan kesehatan, deteksi dini penyakit kronis, dan pencegahan komplikasi

c. Penutupan

Pada sesi ini yaitu penyampaian komitmen bersama untuk melanjutkan praktik PHBS di sekolah dan rumah.

3. Melakukan Rekapitulasi hasil skrining

Pada tahap ini dilakukan rekapitulasi data hasil skrining siswa. Hal ini dilakukan untuk mengumpulkan dan menganalisis data kesehatan siswa yang telah menjalani skrining, sehingga dapat diidentifikasi potensi risiko penyakit atau masalah kesehatan tertentu.

Adapun Metode atau Strategi yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Sosialisasi: Penjelasan umum tentang program kepada siswa dan guru
2. Penyuluhan: PHBS
3. Skrining : Kesehatan

Tabel 1. Jadwal Kegiatan

No	Waktu	Aktivitas
1	7 Juli 2025	Pengurusan izin kegiatan di SMP Negeri 3 Malili Kab. Luwu Timur
2	8 Juli 2025	- Koordinasi dengan petugas kesehatan di Puskesmas Lakawali untuk pelaksanaan kegiatan - Persiapan materi penyuluhan dan kuisisioner skrining
3	14 Juli 2025	Pelaksanaan program - Penyuluhan PHBS
4	15 Juli 2025	- Pengukuran TB, BB dan TD siswa sebelum melakukan skrining - Skrining Kesehatan - Penutupan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program dilaksanakan selama 2 hari di SMP Negeri 3 Malili Kab. Luwu Timur, dimulai dari; (i) tahap koordinasi dan persiapan; (ii) pelaksanaan program; (iii) rekapitulasi data. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan sesuai rencana, didukung partisipasi aktif siswa, guru, dan tenaga kesehatan. Proses pelaksanaan kegiatan ini terdiri atas beberapa tahapan utama, yaitu:

Pemohonan izin kepada pihak sekolah adalah langkah awal yang dilakukan, yaitu meminta kesediaan pihak sekolah untuk dapat membantu memfasilitasi kegiatan ini di sekolah serta memastikan kesediaan siswa beserta kelengkapan datanya seperti nama siswa dan kartu keluarganya. Selain itu dilakukan koordinasi untuk menyusun jadwal kegiatan. Koordinasi dilaksanakan bersama Kepada Sekolah serta Guru di SMP Negeri 3 Malili Kab. Luwu Timur tanggal 7 Juli 2025. Hasil pertemuan tersebut menghasilkan kesepakatan bahwa seluruh rangkaian kegiatan program akan dilaksanakan pada tanggal 14 dan 15 Juli 2025.



Gambar 1. Koordinasi dengan Kepala Sekolah dan guru SMPN 3 Malili pada tanggal 8 Juli 2025 Pukul 11.00 WITA

Pada tahap ini, dilakukan koordinasi mengenai jadwal kegiatan yang telah disepakati, selain itu juga membahas kesediaan petugas kesehatan untuk menjadi tim, serta persiapan pelaksanaan kegiatan penyuluhan PHBS dan skrining kesehatan. Koordinasi dilaksanakan bersama petugas kesehatan Puskesmas Lakawali tanggal 8 Juli 2025. Hasil pertemuan tersebut menghasilkan kesepakatan bahwa beberapa petugas kesehatan akan menjadi tim dalam kegiatan ini serta mempersiapkan bahan dan alat yang dibutuhkan dalam rangkaian kegiatan program akan dilaksanakan pada tanggal 14 dan 15 Juli 2025. Berikut dokumentasi hasil koordinasi dan persiapan kegiatan;



Gambar 2. Koordinasi dengan petugas Kesehatan Puskesmas Lakawali pada tanggal 8 Juli 2025 Pukul 10.00 WITA

Pada tahap ini dilakukan kegiatan penyuluhan tentang PHBS meliputi pentingnya kebiasaan cuci tangan, mengonsumsi makanan bergizi, menjaga kebersihan diri, menghindari kebiasaan merokok dan berolahraga secara teratur atau beraktifitas fisik. Penyampaian materi menggunakan media gambar, dan video edukasi interaktif. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa tentang pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari guna mencegah berbagai penyakit dan meningkatkan kualitas kesehatan keluarga dan lingkungan sekitar selain itu dilakukan pula diskusi tanya jawab untuk memperdalam pemahaman siswa. Dari hasil penyuluhan, siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dan aktif dalam sesi tanya jawab. Banyak siswa yang mengaku baru menyadari pentingnya beberapa perilaku sehat yang sebelumnya kurang diperhatikan. Secara umum, kegiatan penyuluhan ini berjalan lancar dan berhasil meningkatkan pengetahuan serta motivasi siswa untuk hidup bersih dan sehat. Ke depan, diharapkan kegiatan serupa dapat terus dilakukan secara berkala agar perilaku hidup bersih dan sehat semakin tertanam kepada siswa.



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan PHBS tanggal 14 Juli 2025 Pukul 11.00 WITA

Pada tahap ini, tim terlebih dahulu melakukan pengukuran tinggi badan, berat badan dan tekanan darah kepada siswa . Setelah itu, dilakukan skrining kesehatan. Pada sesi ini siswa diminta untuk maju satu persatu untuk diberikan beberapa pertanyaan terkait kesehatan dan kebiasaannya sesuai dengan pedoman skrining pada kuesioner. Berdasarkan hasil pelaksanaan, jumlah sasaran sebanyak 56 orang akan tetapi 3 orang diantaranya tidak hadir dikarenakan siswa sedang sakit, sehingga jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ini adalah 53 orang. Dilakukan pengukuran TB, BB dan TD pada 53 orang siswa, dilanjutkan dengan skrining kesehatan dengan memberikan beberapa pertanyaan yang tertera pada kuesioner, siswa diminta untuk menjawab secara jujur dan terbuka.



Gambar 4. Pengukuran TB, BB, TD

Berdasarkan hasil pelaksanaan, jumlah sasaran sebanyak 56 orang akan tetapi 3 orang diantaranya tidak hadir dikarenakan siswa sedang sakit, sehingga jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ini adalah 53 orang. Hasil skrining dari 53 siswa yang dilakukan pengukuran TB, BB dan TD hasilnya adalah siswa menunjukkan parameter kesehatan yang berada dalam kategori normal. Secara umum, tinggi badan siswa berada dalam rentang yang sesuai dengan usia dan jenis kelamin masing-masing, menunjukkan pertumbuhan fisik yang baik. Berat badan siswa juga berada dalam kategori ideal, sesuai dengan indeks massa tubuh (IMT) yang dihitung berdasarkan tinggi dan berat badan mereka. Selain itu, hasil pengukuran tekanan darah siswa menunjukkan angka yang berada dalam batas normal, tanpa indikasi hipertensi maupun hipotensi. Namun demikian dari hasil skrining ditemukan 4 orang diantaranya yang mengaku memiliki kebiasaan merokok selama 1 tahun terakhir. Hal ini menjadi perhatian serius karena merokok pada usia remaja dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, pertumbuhan, dan perkembangan, serta berpotensi menimbulkan kecanduan nikotin di usia dini. Selain itu, kebiasaan merokok juga dapat memengaruhi konsentrasi belajar dan prestasi akademik siswa. Untuk kesehatan reproduksi dari total jumlah siswa perempuan di kelas VIIa dan VII b, 50% diantaranya belum mengalami menstruasi, Tidak ditemukan keluhan atau gejala terkait infeksi saluran reproduksi baik perempuan maupun laki-laki. Untuk hasil skrining TB Tidak ditemukan adanya indikasi atau gejala klinis yang mengarah pada penyakit Tuberkulosis (TB), seperti batuk berkepanjangan lebih dari dua minggu, penurunan berat badan drastis, atau demam berkepanjangan. Tidak ada laporan riwayat kontak erat dengan penderita TB aktif di rumah maupun lingkungan sekitar. Serta tidak ditemukan indikasi penyakit rabies dan penyakit gangguan darah.

Pada tahap penutupan, dilakukan sesi refleksi bersama seluruh siswa peserta program. Hal ini bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengemukakan pengalaman, pemahaman, dan kesan mereka setelah mengikuti kegiatan Penyuluhan dan skrining kesehatan ini. Selain itu siswa juga diberi ruang untuk menyampaikan saran atau harapan terhadap pelaksanaan program ke depannya. Di akhir sesi, tim memandu peserta untuk menyimpulkan hasil pembelajaran bersama dan mengajak seluruh siswa membuat komitmen bersama dalam untuk menerapkan PHBS baik di lingkungan rumah masing-masing maupun di sekolah serta menyebarluaskan informasi yang didapatkan kepada keluarga dan tetangga.



Gambar 5. Penutupan dan Refleksi Bersama tanggal 15 juli 2025

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan PHBS dan skrining kesehatan memberikan dampak positif bagi SMPN 3 sebagai mitra. Kegiatan ini berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Sekolah memperoleh dukungan edukasi kesehatan yang terintegrasi ke dalam aktivitas siswa sehari-hari, serta membangun budaya hidup sehat melalui kebiasaan perilaku siswa dalam menjaga kesehatan diri, baik secara fisik maupun mental.

Hasil pelaksanaan kegiatan skrining kesehatan dan penyuluhan PHBS yang dilakukan di SMPN 3 memberikan gambaran yang relevan dan sejalan dengan teori-teori yang telah dijelaskan dalam tinjauan pustaka. Dalam konteks teori mengenai remaja dan tantangan kesehatannya, masa remaja merupakan periode kritis yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Remaja kerap menghadapi risiko kesehatan yang timbul dari kebiasaan dan gaya hidup yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan instan, kurangnya aktivitas fisik, stres akademik, hingga kebiasaan merokok (WHO, 2018; Unicef, 2020).

Hasil skrining di SMPN 3 menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswa memiliki status kesehatan fisik yang baik berdasarkan indikator tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah, tetap ditemukan beberapa siswa yang memiliki kebiasaan merokok. Temuan ini menjadi bukti nyata bahwa tantangan kesehatan remaja bukan hanya terkait aspek fisik, tetapi juga mencakup perilaku berisiko yang dapat berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup mereka. Kebiasaan merokok pada usia remaja, seperti yang ditemukan pada empat siswa, sangat perlu menjadi perhatian karena dapat mengganggu pertumbuhan, meningkatkan risiko ketergantungan nikotin, serta menurunkan prestasi belajar akibat penurunan konsentrasi.

Selanjutnya, jika dikaitkan dengan teori penyuluhan kesehatan dan PHBS di sekolah, kegiatan ini mencerminkan pentingnya peran pendidikan kesehatan dalam membentuk perilaku hidup sehat sejak dini. Menurut Notoatmodjo (2012), penyuluhan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat pada individu atau kelompok sasaran. Dalam pelaksanaannya di SMPN 3, penyuluhan mengenai PHBS berhasil memberikan pemahaman yang lebih baik kepada siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, kebersihan lingkungan, serta membiasakan diri menjalani pola hidup sehat, seperti mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi jajanan sehat, dan berolahraga secara teratur.

Kegiatan ini juga membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan yang dilakukan dalam lingkungan sekolah mampu mendorong siswa menjadi agen perubahan, tidak hanya bagi dirinya sendiri, tetapi juga bagi lingkungan sekitarnya, sebagaimana dikemukakan oleh Kemenkes RI (2018). Dukungan dari pihak sekolah terhadap pelaksanaan kegiatan ini turut memperkuat budaya hidup sehat di lingkungan sekolah, menjadikan siswa lebih sadar akan tanggung jawab menjaga kesehatannya secara mandiri.

Dari sisi teori skrining kesehatan sebagai upaya deteksi dini, kegiatan ini sangat mencerminkan prinsip preventif dalam pelayanan kesehatan masyarakat. Skrining yang dilakukan melalui pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah memberikan data awal yang sangat penting untuk mengevaluasi status kesehatan siswa. Sejalan dengan pendapat Setiawan (2021), skrining pada usia remaja memiliki peran vital untuk mengenali masalah kesehatan sedini mungkin, bahkan sebelum muncul gejala klinis yang nyata. Dengan mengetahui status gizi dan tekanan darah sejak dini, intervensi yang tepat dapat segera dirancang, baik melalui edukasi lanjutan, konseling gizi, maupun rujukan ke layanan kesehatan. Fakta bahwa tidak ditemukan indikasi penyakit serius seperti TB, infeksi saluran reproduksi, maupun penyakit menular lainnya menunjukkan bahwa upaya pencegahan telah berjalan cukup efektif. Namun, temuan bahwa sebagian siswa perempuan belum mengalami menstruasi menunjukkan perlunya pemantauan lebih lanjut terkait perkembangan reproduksi, meskipun belum ada gejala yang mengarah pada gangguan kesehatan. Lebih jauh, skrining ini juga menjadi landasan penting bagi sekolah untuk berkolaborasi dengan puskesmas dalam merancang program kesehatan siswa secara lebih terstruktur dan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini tidak hanya membuktikan pentingnya pendekatan promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa integrasi antara skrining dan penyuluhan kesehatan dapat memberikan dampak nyata bagi peningkatan kesadaran dan perilaku hidup sehat siswa. Dengan demikian, pelaksanaan kegiatan serupa di sekolah-sekolah lain sangat direkomendasikan sebagai bagian dari strategi nasional dalam menciptakan generasi muda yang sehat, produktif, dan berdaya saing.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang berupa penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan

Sehat (PHBS) serta skrining kesehatan terhadap siswa kelas VII SMP Negeri 3 Malili telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respons positif dari siswa, guru, dan pihak puskesmas. Penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri, pola makan sehat, dan perilaku hidup sehat lainnya.

Skrining kesehatan melalui pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, serta pengisian kuesioner berhasil mengidentifikasi status kesehatan siswa. Mayoritas siswa menunjukkan kondisi kesehatan fisik dalam kategori normal. Namun, ditemukan beberapa siswa yang memiliki kebiasaan merokok, yang menjadi perhatian khusus untuk tindak lanjut. Selain itu, terdapat sebagian siswa perempuan yang belum mengalami menstruasi, yang memerlukan pemantauan perkembangan lebih lanjut. Tidak ditemukan indikasi penyakit menular seperti TB, rabies, atau gangguan sistem reproduksi dan darah.

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan preventif di sekolah sangat efektif dalam membentuk kesadaran kesehatan sejak dini, serta mampu menjadi dasar untuk perencanaan intervensi kesehatan yang lebih berkelanjutan.

Adapun saran untuk dalam kegiatan selanjutnya adalah sebagai berikut :

1. Bagi Sekolah:
 - a. Perlu dilakukan pemantauan rutin terhadap kesehatan siswa, terutama yang teridentifikasi memiliki kebiasaan merokok atau masalah kesehatan lainnya.
 - b. Mengintegrasikan materi PHBS ke dalam kurikulum atau kegiatan ekstrakurikuler agar nilai-nilai hidup sehat terus tertanam dalam keseharian siswa.
 - c. Mengadakan program lanjutan seperti konseling gizi, kesehatan mental, dan reproduksi bagi siswa yang membutuhkan.
2. Bagi Tenaga Kesehatan/Puskesmas:
 - a. Menjalin kerja sama berkelanjutan dengan sekolah untuk pelaksanaan skrining berkala dan edukasi kesehatan.
 - b. Melakukan kunjungan rutin ke sekolah sebagai bentuk pelayanan kesehatan preventif.
 - c. Menyediakan layanan konseling individual bagi siswa yang ditemukan memiliki perilaku berisiko seperti merokok.
3. Bagi Mahasiswa dan Perguruan Tinggi:
 - a. Perlu dilakukan pengembangan program pengabdian yang lebih luas mencakup aspek kesehatan mental dan sosial remaja.
 - b. Menjadikan hasil kegiatan ini sebagai dasar penelitian lebih lanjut mengenai intervensi kesehatan di sekolah.
 - c. Meningkatkan kolaborasi multidisiplin untuk menjawab tantangan kesehatan remaja secara komprehensif.
4. Bagi Orang Tua Siswa:
 - a. Diharapkan lebih aktif dalam memantau kebiasaan dan perkembangan anak di rumah, termasuk mendukung praktik PHBS.
 - b. Menjalin komunikasi dengan pihak sekolah jika terdapat perubahan perilaku atau keluhan kesehatan dari anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu penulis menyelesaikan pengabdian kepada masyarakat ini kepada :

1. Bapak H. Rahim Munir, S.P., M.M. selaku Ketua Yayasan Pendidikan Mega Buana Palopo;
2. Rektor Universitas Mega Buana, Ibu Prof. Dr. Hj. Nilawati Uly, S.Si, Apt, M.Kes, CIPA;
3. Wakil Rektor Bidang Akademik Universitas Mega Buana, Bapak Indra Amanah AN., S.KM., M.PH;
4. Dr. Zamli, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing Magang yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Laporan ini;
5. Dr. Achmad R. Muttaqien Al-Maidin, SKM., M.Kes selaku pendamping yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberi arahan kepada saya dalam menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat ini.
6. Kepala SMP Negeri 3 Malili kab. Luwu Timur yang telah banyak membantu dalam perizinan dan usaha memperoleh data yang saya perlukan;
7. Rekan rekan petugas kesehatan di Puskesmas Lakawali yang telah berpartisipasi menjadi Tim saya dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini

DAFTAR PUSTAKA

- Andry, M., & Tarigan, R. E. (2025). Penyuluhan kesehatan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) di lembaga pembinaan khusus anak (lpka) kelas i medan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Digital (JUPED)*, 35-40.
- Athiya Fadlina, A. Book Chapter: Pelayanan Kesehatan Anak Sekolah Dan Remaja. Kementerian Kesehatan RI. (2018). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah. *Jakarta: Kemenkes RI*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia 2020.
- Komarlah, M., & Eriyani, T. (2023). Edukasi Remaja Mengenai Gizi dan PHBS Sebagai Upaya Pengenalan dan Pencegahan Dini Stunting di SMA 1 Darul Falah Cihampelas Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(5), 1905-1915.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putri, Y., Wahyuni, S., & Prasetya, R. (2022). "Pemeriksaan Tekanan Darah Sebagai Upaya Deteksi Dini Hipertensi pada Remaja", *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(1), 45-52.
- Rahmawati, A., Setyawan, S., Handayani, S., & Haryati, S. Skrining Kesehatan pada Anak Panti Asuhan Nur Hidayah Surakarta Terkait Penyakit Kecacangan, Penilaian Status Gizi serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Smart Society Empowerment Journal*, 5(2), 70-77.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Litbangkes, Kemenkes RI.
- Rita, E., Awaliah, A., & Sari, T. A. E. P. (2024). Pemberdayaan Guru Kader Dan Siswa Melalui Revitalisasi Usaha Kesehatan Sekolah (Uks) Untuk Mewujudkan Sekolah Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknik*, 7(1), 1-10.
- Rofiki, I., & Famuji, S. R. R. (2020). Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan untuk membiasakan PHBS bagi warga Desa Kemantren. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 628-634.
- Setiawan, A. (2021). "Deteksi Dini Masalah Kesehatan Remaja Melalui Skrining Kesehatan di Sekolah", *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 101-110.
- Shabariah, R., Tias, T. A. W., Wahyuni, T., Nurfadhilah, N., Ibrahim, I., & Dhamir, E. A. R. (2023). Program Skrining Kesehatan Awal Sebagai Upaya Meningkatkan Status Kesehatan Guru dan Murid di Pondok Pesantren Al-Fathonah. *Jurnal Abdimas Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(1), 14-19.
- Simanjourang, C., Fahrudina, C., Sondana, Z. I., Pebriyanti, A., Fajriah, N. A., & Astriningrum, K. D. (2023). Edukasi Ibu Terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga di Wilayah Pesisir Pantai. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 5(1), 22-34.
- Simanjourang, C., Sirada, A., Ramadhanti, I., Fitri, A. E. R., & Ariantini, A. D. (2024). Edukasi dan Screening Kesehatan sebagai Upaya Pencegahan Anemia pada Remaja Perempuan di MTs Nurul Falah Areman, Depok. *Warta LPM*, 185-195.
- Tetuko, A., Sari, E. K., Kismoyo, C. P., & Andyana, I. K. P. (2024). Optimalisasi Kader Kesehatan Remaja untuk Mendorong Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Wilayah Kalurahan Timbulharjo, Kabupaten Bantul. *Journal of Health Sciences Leksia (JHSL)*, 2(3), 60-72.
- UNICEF. (2020). The State of the World's Children 2020: Children, Food and Nutrition. New York: United Nations Children's Fund.
- World Health Organization. (2018). Adolescent Health. <https://www.who.int>
- Wulandari, D. N., Nabilah, S., Khofifah, S. N., Prasetyo, H. I., Vevananda, C., Karim, M. H. R., ... & Panhardyka, H. A. (2024). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan demo pembuatan sabun cair pada anak sekolah. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(3), 575-580.
- Wulansari, M., Makalungsenge, A. A., Stevanie, M., Dommits, T. I. F., Tinumbia, S., Laya, M. H., ... & Umagapi, E. (2025). Healthy adolescents free of anemia in iyok village, north bolaang mongondow regency. *Abdimas Polsaka*, 4(1), 43-49.