Jurnal Peduli Masyarakat

Volume 8 Nomor 2, Juni 2026
e-ISSN 2721-9747; p-ISSN 2715-6524
http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM

MENUMBUHKAN KARIB, MENGUKIR KIPRAH KUNCI SUKSES MENUJU REMAJA AKTIF DAN PRODUKTIF

Eva Nurlina Aprilia
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo Yogyakarta, Jl. Bener No.26, Tegalrejo, Yogyakarta 55243, Indonesia
evanurlinaaprilia@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode transisi yang sangat penting dalam pembentukan karakter, kemampuan sosial, serta produktivitas individu di masa depan. Di era digital dan globalisasi saat ini, remaja menghadapi berbagai tantangan seperti pengaruh media sosial, perilaku berisiko, rendahnya aktivitas fisik, masalah kesehatan mental, serta kurangnya pemanfaatan potensi diri secara optimal. Indonesia memiliki sekitar 46 juta remaja yang menjadi aset strategis pembangunan bangsa, sehingga diperlukan upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sejak usia remaja. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah agar meningkatkan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan remaja dalam mengembangkan potensi diri melalui pembentukan karakter positif, penguatan hubungan sosial yang sehat, pengelolaan waktu, serta peningkatan partisipasi dalam kegiatan produktif. Metode yang digunakan berupa pendidikan kesehatan dan diskusi interaktif. Pelaksana dari kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan oleh 1 orang pelaksana yaitu Dosen STIKES Notokusumo dan dibantu 6 orang mahasiswa. Pesertanya sejumlah 24 remaja kelas 1,2 dan 3 terdiri dari remaja awal, tengah dan akhir. Peserta dilakukan pre test, diberikan edukasi dan terakhir post test. Evaluasi yang diperoleh yaitu terjadi peningkatan pengetahuan yang baik sebesar 58,3% dari hasil sebelum dilakukan penyuluhan adalah 4 (16,7%) menjadi 18 (75%) Terjadi peningkatan sikap yang baik adalah 54,1% dari hasil sebelum dilakukan penyuluhan hanya terdapat 4 (16,7%) meningkat menjadi 17 (70,8%).

Kata kunci: karib; kiprah; kunci sukses; remaja aktif; remaja produktif

CULTIVATING FRIENDS, CARVING OUT A MIND THE KEY TO SUCCESS TOWARDS ACTIVE AND PRODUCTIVE TEENS

ABSTRACT

Adolescence is a crucial transitional period in the formation of character, social skills, and future individual productivity. In today's digital and globalized era, adolescents face various challenges such as the influence of social media, risky behavior, low physical activity, mental health issues, and the lack of optimal utilization of their potential. Indonesia has approximately 46 million adolescents who are strategic assets for national development, so efforts are needed to improve the quality of human resources from adolescence. The purpose of this community service is to increase the knowledge, motivation, and skills of adolescents in developing their potential through positive character building, strengthening healthy social relationships, time management, and increasing participation in productive activities. The methods used are health education and interactive discussions. The implementation of this Community Service activity was carried out by one person, namely a lecturer from Notokusumo Health College, assisted by six students. The participants were 24 adolescents in grades 1, 2, and 3, consisting of early, middle, and late adolescents. Participants were given a pre-test, provided with education, and finally a post-test. The evaluation results showed a 58.3% increase in positive knowledge, from 4 (16.7%) to 18 (75%) before the counseling session. A 54.1% increase in positive attitudes, from 4 (16.7%) to 17 (70.8%) before the counseling session.

Keywords: active teenagers; karib; key to success; kiprah; productive teenagers

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik umum serta perkembangan koginitif dan sosial. Perubahan minat dan pola perilaku, meninginya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi yang dapat menimbulkan masalah-masalah kedepannya, selain itu Remaja mudah dipengaruhi oleh teman sebaya dan media sosial. Permasalahan yang di alami remaja cukup kompleks, mulai dari masalah prestasi di sekolah, pergaulan, penampilan, menyukai lawan jenis dan lain sebagainya. Remaja dikategorikan sebagai kelompok usia yang memiliki peran penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia suatu bangsa. Masa remaja ditandai dengan berbagai perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional yang mempengaruhi proses pembentukan identitas diri. Pada fase ini, remaja memiliki potensi besar untuk berkembang menjadi individu yang aktif, produktif, kreatif, dan berprestasi apabila memperoleh dukungan lingkungan yang positif. Sebaliknya, kurangnya pembinaan dan pendampingan dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai permasalahan remaja, seperti perilaku berisiko, penyalahgunaan teknologi, rendahnya aktivitas fisik, hingga gangguan kesehatan mental (Lestari, P., & Nilawati, I. (2020).

Gambaran permasalahan perilaku berisiko menjadi hal penting sebagai dasar dalam menetapkan prioritas dan arah perencanaan yang harus dikembangkan serta untuk mencegah terjadinya permasalahan di usia remaja. Adanya pencegahan secara dini dengan perilaku hidup sehat merupakan salah satu upaya yang penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang produktif dan berkualitas di masa yang akan datang. Remaja merupakan kelompok usia strategis yang memiliki peran penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Pada fase perkembangan ini, remaja berada pada masa transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Potensi besar yang dimiliki remaja perlu diarahkan secara positif agar berkembang menjadi individu yang aktif, produktif, mandiri, dan berdaya saing. Namun, pada kenyataannya masih banyak remaja yang belum mampu mengoptimalkan potensi dirinya secara optimal.

Indonesia saat ini memiliki hampir 46 juta penduduk usia remaja yang merupakan aset penting dalam pembangunan nasional. Namun, berbagai tantangan masih dihadapi oleh kelompok usia ini, antara lain meningkatnya risiko penyakit tidak menular akibat gaya hidup kurang sehat, penggunaan tembakau, tekanan sosial, serta masalah kesehatan jiwa yang dapat menghambat perkembangan potensi remaja. Oleh karena itu, diperlukan strategi promotif dan preventif yang mampu membekali remaja dengan pengetahuan, keterampilan hidup, serta kemampuan mengambil keputusan yang tepat untuk masa depannya (UNICEF Indonesia, 2026).

Perkembangan teknologi dan perubahan sosial yang cepat membawa dampak ganda bagi kehidupan remaja. Di satu sisi, kemajuan teknologi membuka peluang bagi remaja untuk mengakses informasi, meningkatkan kreativitas, serta mengembangkan keterampilan produktif. Namun di sisi lain, kurangnya pendampingan dan literasi yang memadai dapat menyebabkan remaja terjebak dalam perilaku pasif, konsumtif, serta berisiko terhadap masalah sosial seperti rendahnya motivasi belajar, kecanduan gawai, perilaku menyimpang, hingga menurunnya kesehatan mental dan emosional. Selain itu kurangnya wadah kegiatan yang terstruktur dan berkelanjutan juga menjadi salah satu faktor yang menghambat remaja dalam menyalurkan energi dan kreativitasnya secara positif. Banyak remaja yang belum mendapatkan kesempatan untuk terlibat aktif dalam kegiatan pengembangan diri, kewirausahaan, kepemimpinan, maupun kegiatan sosial yang dapat meningkatkan rasa percaya diri, tanggung jawab, dan kepedulian terhadap lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, diperlukan upaya nyata yang berfokus

pada pemberdayaan remaja agar mampu menjadi individu yang aktif dan produktif. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi sarana edukatif dan partisipatif bagi remaja untuk mengembangkan keterampilan hidup (life skills), meningkatkan kesadaran diri, serta menumbuhkan sikap kreatif, inovatif, dan kolaboratif.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dan pemberdayaan teman sebaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku positif pada remaja. Pendekatan ini memungkinkan remaja memperoleh informasi yang sesuai dengan kebutuhan mereka sekaligus meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan yang bermanfaat. Program-program berbasis remaja juga terbukti mampu meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan, pengembangan diri, dan keterlibatan sosial yang konstruktif. Menjadi remaja yang aktif dan produktif di masa modern memerlukan kombinasi Manajemen waktu, kesehatan fisik-mental dan motivasi untuk mengembangka diri. Kunci utamanya adalah menyeimbangkan kegiatan akademik, sosial dan pengembangan diri (Gustina, E., & Hastuti, S. K. W. (2020).

Melalui kegiatan Menumbuhkan KARIB, Mengukir Kiprah: Kunci Sukses Menuju Remaja Aktif dan Produktif**,** diharapkan remaja dapat memahami pentingnya membangun karakter positif, memperluas relasi yang sehat, meningkatkan kemampuan komunikasi, mengelola waktu secara efektif, serta mengembangkan potensi diri melalui berbagai aktivitas yang produktif. Remaja yang aktif dan produktif tidak terbentuk secara instan, tetapi melalui pemahaman, pembinaan dan motivasi yang tepat. Oleh karena itu, penyuluhan menjadi Langkah penting untuk membantu remaja mengenali potensi diri, menetapkan tujuan dan mengembangkan kebiasaan positif demi meraih masa depan yang lebih baik. Adapun tujuan dari penyuluhan mengenai Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif adalah untuk meningkatkan kesadaran, membentuk pola piker positif serta mendorong remaja agar mampu berkarya, berprestasi dan berkontribusi bagi masyarakat. Program ini menjadi salah satu upaya strategis dalam mempersiapkan generasi muda yang sehat, tangguh, berprestasi, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan di masa depan (Atik, S., & Tri, F. R, 2026).

METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan dengan acara tatap muka dapat berjalan dengan baik dan lancar. Pertemuan tatap muka dengan metode pendidikan kesehatan dan diskusi interaktif. Kegiatan ini dilaksanakan sehari yaitu pada hari Jumat tanggal 13 Februari 2026 dari pukul 09.00 WIB-Selesai. Peserta kegiatan berjumlah 24 remaja yang bersekolah di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta, terdiri dari kelas 1,2 dan 3. Pelaksanan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan oleh 1 orang pelaksana yaitu dari Dosen STIKES Notokusumo Yogyakarta dibantu oleh 6 orang Mahasiswa dengan pokok bahasan yang disampaikan mengenai :

1. Pelaksanaan Pre Test
2. Penjelasan latar belakang kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh Dosen STIKES Notokusumo (Sebagai Pelaksana Pengabdian Masyarakat)
3. Pemberian informasi / edukasi dari Dosen STIKES Notokusumo sebagai Pelaksana Pengabdian Masyarakat mengenai Kunci sukses remaja aktif dan produktif
4. Pelaksanaan Diskusi interaktif mengenai implementasi Kunci sukses remaja aktif dan produktif
5. Pelaksanaan Post Test

Program pengabdian pada masyarakat berupa pemberian informasi dan diskusi interaktif mengenai Kunci sukses menjadi remaja aktif dan produktif sebagai bentuk sarana edukatif dan partisipatif bagi remaja untuk mengembangkan keterampilan hidup (life skills), meningkatkan kesadaran diri, serta menumbuhkan sikap kreatif, inovatif, dan kolaboratif. Hasil pemberian informasi dan diskusi interaktif ini tentunya bermanfaat untuk para remaja di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta dalam membangun karakter positif, memperluas relasi yang sehat, meningkatkan kemampuan komunikasi, mengelola waktu secara efektif, serta mengembangkan potensi diri melalui berbagai aktivitas yang produktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Karakteristik Responden Remaja berdasarkan usia (Remaja awal dan Remaja pertengahan) (n=24)

Karakteristik	f	%
10-14 Tahun (Remaja awal)	12	50%
15-17 Tahun (Remaja pertengahan)	8	33,3%
18-19 Tahun (Remaja akhir)	4	16,7%
Total	24	100%

Jumlah responden remaja di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta berdasarkan usia. Usia terbanyak di usia remaja awal, yaitu usia (10-14 tahun) sebanyak 12 (50%) dan usia paling sedikit adalah remaja akhir yaitu usia (18-19 tahun) sebanyak 4 (16,7%), sedangkan usia remaja pertengahan (15-17 tahun) sebanyak 8 (33,3%).

Tabel 2.
Karakteristik Responden Remaja berdasarkan Jenis kelamin (n=24)

Karakteristik	f	%
Perempuan	14	58,3%
Laki-laki	10	41,7%

Jumlah responden remaja di SMA Muhammdiyah 5 Yogyakarta berdasarkan Jenis kelamin. Jenis kelamin terbanyak adalah Perempuan sebesar 14 (58,3%), Sedangkan jenis kelamin paling sedikit adalah Laki-laki yaitu sebesar 10 (41,7%).

Tabel 3.
Karakteristik Responden Remaja berdasarkan Tingkat pendidikan (n=24)

Karakteristik	f	%
SMA	24	100%

Jumlah Responden Remaja Di Sma Muhammadiyah 5 Yogyakarta Berdasarkan tingkat pendidikan. Pendidikan Remaja Keseluruhan Adalah Pendidikan Sma Yaitu Sebanyak 24 (100%).

Tabel 4.
Karakteristik Responden Remaja berdasarkan Keikutsertaan Organisasi (n=24)

Karakteristik	f	%
Ikut Organisasi	15	62,5%
Tidak Ikut Organisasi	9	37,5%

Jumlah responden remaja di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta berdasarkan Keikutsertaan organisasi. Remaja yang mengikuti organisasi lebih banyak yaitu 15 (62,5%) sedangkan remaja yang tidak mengikuti organisasi sebanyak 9 (37,5%). Jumlah responden remaja di SMA Muhammdiyah 5 Yogyakarta berdasarkan Aktivitas produktif yang diikuti. Aktivitas produktif terbanyak yang diikuti remaja adalah organisasi sekolah/karangtaruna sebesar 8 (33,3%), Sedangkan aktivitas produktif paling sedikit paling sedikit adalah Kewirausahaan yaitu sebesar 2 (8,4%). Aktivitas produktiv lain yaitu Kegiatan keagamaan 6 (25%), Olahraga 5 (20,8%) dan Kesenian 3 (12,5%).

Tabel 5.
Karakteristik Responden Remaja berdasarkan Aktivitas produktif yang diikuti (n=24)

Karakteristik	f	%
Organisasi sekolah/Karang taruna	8	33,3%
Kegiatan keagamaan	6	25%
Olahraga	5	20,8%
Kesenian	3	12,5%
Kewirausahaan	2	8,4%

Tabel 6.
Pengetahuan tentang Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif (n=24)

Pengetahuan	f	%
Perilaku gaya hidup sehat		
Pretest		
Baik	4	16,7%
Cukup	8	33,3%
Kurang	12	50%
Total	24	100%
Postest		
Baik	18	75%
Cukup	6	25%
Kurang	-	-

Tabel 7.
Sikap mengenai Cara penerapan Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif (n =24)

Cara penerapan Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif	f	%
Pretest		
Baik	4	16,7
Cukup	9	37,5
Kurang	11	45,8
Total	24	100%
Postest		
Baik	17	70,8
Cukup	7	29,2
Kurang	-	-

Pengetahuan Mengenai Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif

Tabel 6 menunjukkan bahwa Pengetahuan responden remaja sebelum dilakukan tindakan penyuluhan (pre test) terdapat 3 (tiga) kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Kategori terbanyak adalah kategori kurang yaitu 12 (50%), dilanjutkan dengan kategori cukup yaitu 8 (33,3%) dan yang terakhir kategori baik sebesar 4 (16,7%). Namun setelah dilakukan tindakan penyuluhan mengenai Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif menjadi meningkat dan hanya terdapat 2 (dua) kategori saja yaitu baik dan cukup. Adapun kategori baik yaitu 18 (75%) dan kategori cukup sebesar 6 (25%). Acuan yang digunakan dalam menentukan kategori baik, cukup dan kurang dengan menggunakan Arikunto (2018) dengan rincian baik (76%-100%), cukup (56%-75%) dan kurang (<56%). Berdasarkan uraian tersebut diatas maka yang dimaksud dengan pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang atau kelompok melakukan pengideraan terhadap objek tertentu dan pengetahuan merupakan domain yang penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan yang diperoleh responden sesuai dengan bentuk dan macam pengetahuan menurut (Notoatmodjo, 2018) adalah pengetahuan empiris yaitu pengetahuan yang lebih menekankan pada pengamatan dan

pengalaman inderawi, diperoleh dengan melakukan pengamatan dan observasi serta melalui pengalaman pribadi manusia yang terjadi berulang kali.

Pengetahuan yang diperoleh responden melalui kegiatan penyuluhan termasuk dalam kategori pengetahuan empiris. Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan empiris diperoleh melalui pengalaman, pengamatan, dan proses pembelajaran yang melibatkan pancaindra. Pada kegiatan ini, responden memperoleh informasi melalui pemaparan materi, diskusi kelompok, sesi tanya jawab, dan contoh-contoh nyata yang berkaitan dengan kehidupan remaja sehari-hari. Proses tersebut memungkinkan remaja untuk menghubungkan informasi yang diperoleh dengan pengalaman yang mereka miliki sehingga pemahaman menjadi lebih mudah terbentuk **(**Notoatmodjo, 2018**).**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan setelah remaja memperoleh penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan yang baik sebesar 58,3% dari hasil sebelum dilakukan penyuluhan adalah 16,7% menjadi 75%. Pengetahuan cukup terjadi penurunan sebesar 8% dari hasil sebelum dilakukan penyuluhan adalah 33,3% menjadi 25%, Sedangkan pengetahuan remaja yang kurang sudah tidak ada. Hal tersebut sesuai dengan (Notoatmodjo, 2018) yang menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang meningkat adalah faktor pendidikan, media dan keterpaparan informasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, mayoritas remaja belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya menjadi remaja yang aktif dan produktif, termasuk dalam aspek pengembangan potensi diri, manajemen waktu, pembentukan karakter positif, keterampilan sosial, serta kemampuan merencanakan masa depan. Rendahnya tingkat pengetahuan ini dapat dipengaruhi oleh terbatasnya akses informasi, kurangnya kegiatan edukatif yang membahas pengembangan diri remaja, maupun minimnya pengalaman belajar yang berkaitan dengan peningkatan kapasitas diri remaja **(**Notoatmodjo, 2018**).**

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, terjadi peningkatan yang cukup signifikan pada tingkat pengetahuan responden. Hasil post-test menunjukkan bahwa kategori baik meningkat menjadi 18 orang (75%), sedangkan kategori cukup sebanyak 6 orang (25%) dan tidak ditemukan lagi responden yang berada dalam kategori kurang. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai konsep dan strategi menjadi remaja yang aktif dan produktif. Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan dan pendidikan masyarakat yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan karena melibatkan proses komunikasi, penyampaian informasi, diskusi, dan interaksi antara penyuluh dengan peserta **(**Notoatmodjo, 2018; Maulana, 2009**).**

Keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan responden juga dapat dijelaskan melalui teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa informasi yang disampaikan secara sistematis akan meningkatkan kemampuan kognitif seseorang. Menurut Green dan Kreuter (2022), pengetahuan merupakan faktor predisposisi (predisposing factor) yang berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan seseorang. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki individu, maka semakin besar peluang individu tersebut untuk mengadopsi perilaku yang positif. Dalam konteks kegiatan ini, peningkatan pengetahuan mengenai remaja aktif dan produktif diharapkan dapat mendorong remaja untuk lebih aktif dalam kegiatan pendidikan, organisasi, olahraga, kegiatan sosial, maupun pengembangan keterampilan yang mendukung masa depan mereka **(**Green & Kreuter, 2022**).**

Hasil pengabdian masyarakat ini juga didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dan pendidikan remaja efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Penelitian yang dilakukan oleh (Walters et al., 2020; WHO, 2023). menjelaskan bahwa pemberian

edukasi secara terstruktur mampu meningkatkan pemahaman individu karena informasi yang diterima dapat memperkaya pengetahuan yang sebelumnya terbatas. Demikian pula menurut UNICEF (2023), peningkatan pengetahuan pada remaja merupakan salah satu strategi penting dalam membangun kapasitas generasi muda agar mampu berpartisipasi secara aktif dalam pendidikan, kehidupan sosial, serta pembangunan masyarakat. Dengan demikian, hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa penyuluhan mengenai kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Peningkatan pengetahuan tersebut menjadi modal awal yang penting dalam membentuk sikap positif dan perilaku produktif pada remaja. Pengetahuan yang baik akan membantu remaja memahami potensi dirinya, meningkatkan motivasi belajar, mengembangkan keterampilan hidup (life skills), menghindari perilaku berisiko, serta mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan kehidupan di masa mendatang **(**WHO, 2023; UNICEF, 2023**).**



Sikap Mengenai Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif

Tabel 7 menunjukkan bahwa sikap terhadap Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif terdapat 3 (tiga) kategori yaitu baik, cukup dan kurang. Kategori terbanyak adalah kurang yaitu 11 remaja (45,8%), kategori cukup sejumlah 9 remaja (37,5%) dan kategori baik yaitu 4 remaja (16,7%). Setelah dilakukan tindakan penyuluhan mengenai cara Kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif terdapat 2 (dua) kategori yaitu baik dan cukup. Kategori baik meningkat menjadi 54,1%, sebelum diberikan penyuluhan dari 16,7% menjadi 70,8%. Sedangkan kategori cukup menurun menjadi 8,3%, sebelum diberikan penyuluhan sebesar 37,5% menurun menjadi 29,2%.

Berdasarkan uraian tersebut diatas maka yang dimaksud dengan sikap adalah suatu pola perilaku kesiapan antisipatif dalam menyesuaikan diri dalam situasi sosial dan sifatnya masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek (Notoatmodjo, 2018). Dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk dapat meningkatkan dan merubah sikap remaja menjadi sikap yang positif sehingga mampu dengan sigap dan siap untuk dapat menghadapi segala macam problematika yang muncul pada remaja. Komponen yang menunjang dalam struktur sikap yaitu komponen kognitif, afektif dan konatif.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan, setelah lansia mendapatkan penyuluhan terjadi peningkatan sikap yang baik adalah 54,1% dari hasil sebelum dilakukan penyuluhan hanya terdapat 4 (16,7%) yang kategori baik dan setelah dilakukan penyuluhan meningkat menjadi 17 (70,8%). Hal tersebut sesuai dengan Notoatmodjo (2018) yang menyampaikan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan dan peningkatan sikap yaitu pengalaman pribadi, kebudayaan, orang lain yang dianggap penting, media masa, institusi atau lembaga pendidikan dan agama serta faktor emosional.

Setelah dilakukan penyuluhan mengenai kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif, terjadi perubahan yang cukup signifikan pada sikap responden. Hasil post-test menunjukkan bahwa kategori sikap baik meningkat dari 16,7% menjadi 70,8%, atau mengalami peningkatan sebesar 54,1%. Sementara itu, kategori cukup mengalami penurunan dari 37,5% menjadi 29,2%, dan kategori kurang yang sebelumnya mencapai 45,8% tidak ditemukan lagi setelah penyuluhan. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan tidak hanya meningkatkan aspek pengetahuan, tetapi juga mampu membentuk kecenderungan sikap yang lebih positif pada remaja terhadap pentingnya menjadi individu yang aktif dan produktif **(**Notoatmodjo, 2018).

Menurut Notoatmodjo (2018), sikap merupakan respons tertutup seseorang terhadap suatu stimulus atau objek tertentu yang melibatkan aspek pendapat, perasaan, perhatian, dan kecenderungan untuk bertindak. Sikap belum merupakan tindakan nyata, tetapi merupakan predisposisi atau kesiapan seseorang untuk berperilaku. Dengan demikian, perubahan sikap yang terjadi pada responden setelah penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan kesiapan mental dan psikologis untuk menerapkan nilai-nilai positif yang telah diperoleh selama kegiatan edukasi.

Sikap terbentuk melalui tiga komponen utama yang saling berkaitan, yaitu komponen kognitif, afektif, dan konatif. Komponen kognitif berkaitan dengan pengetahuan, pemahaman, dan keyakinan seseorang terhadap suatu objek. Dalam kegiatan ini, penyuluhan memberikan informasi yang mampu meningkatkan pemahaman remaja mengenai pentingnya menjadi individu yang aktif dan produktif. Komponen afektif berkaitan dengan perasaan, emosi, dan penilaian individu terhadap suatu objek. Setelah memahami manfaat perilaku produktif, remaja mulai menunjukkan perasaan positif terhadap kegiatan-kegiatan yang mendukung pengembangan diri. Sedangkan komponen konatif berkaitan dengan kecenderungan atau niat untuk bertindak. Melalui penyuluhan, remaja terdorong untuk memiliki keinginan yang lebih kuat dalam menerapkan perilaku positif seperti belajar dengan tekun, mengikuti kegiatan organisasi, mengembangkan keterampilan, dan memanfaatkan waktu secara produktif **(**Notoatmodjo, 2018)**.**

Peningkatan sikap positif yang terjadi pada responden dapat dijelaskan melalui teori perubahan perilaku yang menyatakan bahwa pengetahuan yang baik akan memengaruhi pembentukan sikap yang positif. Ketika seseorang memperoleh informasi yang benar dan relevan, maka akan terjadi proses evaluasi internal yang akhirnya memengaruhi cara pandang dan penerimaan terhadap suatu objek. Dalam kegiatan ini, penyuluhan memberikan pemahaman mengenai manfaat menjadi remaja yang aktif dan produktif, sehingga remaja mulai mengubah persepsi dan pandangannya ke arah yang lebih positif **(**Green & Kreuter, 2022**).**

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa penyuluhan mampu memberikan dampak yang nyata terhadap pembentukan sikap positif remaja. Temuan ini sejalan dengan pendapat Notoadmodjo (2018) yang menyatakan bahwa sikap dapat berubah melalui proses pendidikan, pengalaman, dan penyampaian informasi yang berkesinambungan. Semakin sering seseorang mendapatkan informasi

yang positif dan didukung oleh pengalaman yang menyenangkan, maka semakin besar kemungkinan terbentuknya sikap yang positif terhadap objek tersebut.

Faktor lain yang turut memengaruhi pembentukan dan perubahan sikap adalah pengalaman pribadi, pengaruh lingkungan sosial, kebudayaan, media massa, institusi pendidikan, agama, dan faktor emosional **(**Notoatmodjo, 2018**).** Dalam kegiatan ini, penyuluhan berperan sebagai media edukasi yang memberikan pengalaman belajar baru bagi remaja. Materi yang disampaikan tidak hanya menambah wawasan, tetapi juga membangkitkan motivasi dan kesadaran diri untuk menjadi pribadi yang lebih produktif dan bertanggung jawab. Peningkatan sikap positif yang ditemukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki implikasi yang penting terhadap perkembangan remaja. Sikap yang positif akan mendorong remaja untuk lebih terbuka terhadap perubahan, memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar, mampu mengembangkan potensi diri, serta lebih siap menghadapi berbagai tantangan dan permasalahan yang muncul selama masa remaja. Menurut World Health Organization, pengembangan sikap positif pada remaja merupakan salah satu faktor penting dalam membangun ketahanan diri (resilience), kesehatan mental, dan kemampuan adaptasi terhadap perubahan sosial yang terjadi pada masa transisi menuju dewasa. Dengan demikian, hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa penyuluhan mengenai kunci sukses menuju remaja aktif dan produktif efektif dalam meningkatkan sikap positif remaja. Perubahan sikap yang terjadi menunjukkan bahwa remaja semakin menerima dan mendukung nilai-nilai produktivitas, pengembangan diri, serta perilaku positif yang diperlukan untuk mencapai keberhasilan di masa depan. Sikap yang positif diharapkan dapat menjadi dasar bagi terbentuknya perilaku nyata yang mendukung perkembangan remaja secara optimal.



SIMPULAN

Kegiatan *"Menumbuhkan KARIB, Mengukir Kiprah: Kunci Sukses Menuju Remaja Aktif dan Produktif"* merupakan salah satu upaya strategis dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai pentingnya pengembangan karakter positif, kemampuan komunikasi, pengelolaan

waktu, serta pemanfaatan potensi diri secara optimal. Melalui kegiatan penyuluhan ini, remaja diharapkan mampu membangun pola pikir yang positif, memperluas hubungan sosial yang sehat, serta membentuk kebiasaan produktif yang mendukung pencapaian tujuan di masa depan.

Pembentukan remaja yang aktif dan produktif membutuhkan proses yang berkelanjutan melalui edukasi, pembinaan, motivasi, dan dukungan lingkungan yang positif. Dengan adanya program ini, remaja dapat lebih mengenali kemampuan diri, meningkatkan kepercayaan diri, serta terdorong untuk berkarya, berprestasi, dan memberikan kontribusi bagi masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan *Kunci Sukses Menuju Remaja Aktif dan Produktif* menjadi langkah penting dalam mempersiapkan generasi muda yang sehat, tangguh, kreatif, dan siap menghadapi berbagai tantangan kehidupan di masa depan

DAFTAR PUSTAKA

Atik, S., & Tri, F. R. (2026). *Pemberdayaan remaja generasi sehat dan produktif melalui posyandu remaja*. JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia), 11(1), 83–92.

D.J. Maulana. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC.

Green, L. W., Gielen, A. C., Ottoson, J.M., Peterson, D.V., & Kreuter, M.W. (2022). *Health program planning, implementation, and evaluation : Creating behavioral, environmental, and policy change* (5th ed). Johns Hopkins University Press

Harmaniar, H., Asnuddin, A., & Hasriani, S. (2023). Pengaruh edukasi program pusat informasi dan konseling kesehatan reproduksi remaja (PIK KRR) terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan remaja di SMK Negeri 4 Bone. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 3(2), 229–244.

Nurlindawati, N., & Puspita, T. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesediaan remaja untuk berperan aktif dalam program PIK-R di Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*.

Nuryani, N., & Paramata, Y. (2018). Intervensi pendidik sebaya meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang pada remaja. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 5(2).

Putri, R. A., Lestari, P., & Nilawati, I. (2020). Gerakan remaja sehat dan produktif (GERATIF) sebagai upaya preventif perilaku berisiko remaja. *Indonesian Journal of Community Empowerment*

Soekidjo Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto. (2018). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

UNICEF Indonesia. (2024). *Profil kesehatan remaja Indonesia 2024*. UNICEF Indonesia

UNICEF Indonesia. (2026). *Membantu remaja berkembang: Panduan fasilitator untuk berkegiatan dengan remaja usia 15–19 tahun*. UNICEF Indonesia

United Nations Children's Fund. (2023). Adolescent Development and Participation. Tersedia pada: UNICEF Adolescent Development

Walters, R., Leslie, S. J., Polson, R., Cusack, T., & Gorely, T. (2020). *Establishing the efficacy of interventions to improve health literacy and health behaviours: A systematic review*.

Wibowo, M., Gustina, E., & Hastuti, S. K. W. (2020). Upaya meningkatkan pengetahuan pendidik sebaya pusat informasi konseling remaja tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2)

World Health Organization. (2023). Adolescent Health. Tersedia pada: WHO Adolescent Health