

**PEMBERDAYAAN REMAJA MELALUI PROGRAM *YOUTH MOVEMENT*
UNTUK MEWUJUDKAN GENERASI SEHAT DAN BERPRESTASI**

Ely Satiyasih Rosali, Ati Sadiyah², Darwis Darmawan³ dan Esta Rendra RS⁴

¹Pendidikan Geografi, Universitas Siliwangi
email: ely@unsil.ac.id

²Pendidikan Ekonomi, Universitas Siliwangi
email: atisadiyah@unsil.ac.id

³Pendidikan Geografi, Universitas Siliwangi
email: darwis@unsil.ac.id

⁴Pendidikan Geografi, Universitas Siliwangi
email: estarendrars@unsil.ac.id

Abstract

This community service activity aims to increase public understanding and awareness, particularly among adolescents, regarding reproductive health, mental health, and the responsible use of social media. Adolescents today face various challenges related to health issues and the influence of technological development, which require appropriate empowerment programs to support their positive development. This program was implemented through the Youth Movement initiative in Desa Citeras, Kecamatan Malangbong, Kabupaten Garut. The implementation methods included problem identification, program planning, activity implementation, and evaluation. The activities consisted of program socialization, reproductive health education, mental health education, digital literacy on responsible social media use, and skill training through hydroponic vegetable cultivation. The results indicate an improvement in adolescents' understanding and awareness of maintaining physical and mental health, as well as increased engagement in productive activities. Participants also demonstrated active participation throughout the program. The Youth Movement program can serve as a practical approach to adolescent empowerment by integrating health education and skill development to support the formation of a healthy, productive, and achievement-oriented generation.

Keywords: *adolescent empowerment, Youth Movement, adolescent health, mental health, community service*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang memiliki peran penting dalam pembangunan masyarakat sebagai generasi penerus di masa depan. Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan, sehingga membutuhkan pendampingan yang tepat untuk mendukung perkembangan yang optimal.

Perkembangan teknologi informasi dan media sosial yang semakin pesat memberikan dampak yang besar terhadap kehidupan remaja. Di satu sisi, teknologi memberikan kemudahan dalam mengakses informasi dan berkomunikasi,

namun di sisi lain juga dapat memunculkan berbagai permasalahan seperti perilaku menyimpang, rendahnya produktivitas, serta meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental pada remaja (O'Reilly et al., 2018). Masalah kesehatan mental pada remaja bahkan telah menjadi perhatian global karena dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, serta perkembangan akademik mereka (Patel et al., 2007). Selain itu, rendahnya literasi kesehatan mental menyebabkan banyak remaja belum mampu memahami dan mengelola kondisi emosional yang mereka alami (Kutcher et al., 2016).

Selain kesehatan mental, permasalahan lain yang sering dihadapi remaja adalah kurangnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi. Minimnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko perilaku berisiko, seperti pernikahan dini dan pergaulan bebas (Irfan et al., 2023). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi menjadi penting untuk meningkatkan kesadaran remaja dalam menjaga kesehatan diri dan merencanakan masa depan (Zakiyyah et al., 2025).

Dalam konteks lokal Desa Citeras, remaja masih menghadapi keterbatasan akses terhadap edukasi kesehatan remaja serta minimnya kegiatan produktif yang dapat mendukung pengembangan diri. Kondisi ini menunjukkan perlunya program pemberdayaan yang tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga mendorong partisipasi aktif remaja melalui kegiatan edukatif dan keterampilan.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui program Youth Movement, yaitu program pemberdayaan remaja yang mengintegrasikan edukasi kesehatan, peningkatan kesadaran sosial, serta pengembangan keterampilan produktif. Program ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja sehingga mereka dapat berkembang menjadi generasi yang sehat, produktif, dan berprestasi (Harahap et al., 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan remaja melalui program Youth Movement guna meningkatkan kesadaran kesehatan serta keterlibatan dalam kegiatan produktif di Desa Citeras.

IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan hasil observasi dan analisis situasi di Desa Citeras, terdapat

beberapa permasalahan utama yang dihadapi remaja, yaitu:

Rendahnya pemahaman remaja mengenai kesehatan reproduksi yang berpotensi meningkatkan risiko perilaku berisiko (Irfan et al., 2023; Zakiyyah et al., 2025). Masih terbatasnya literasi kesehatan mental, sehingga remaja belum mampu mengelola kondisi emosional secara optimal (O'Reilly et al., 2018; Kutcher et al., 2016). Pengaruh media sosial yang belum diimbangi dengan kemampuan penggunaan secara bijak.

Minimnya kegiatan positif dan keterampilan produktif yang dapat mendukung pengembangan potensi remaja. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa remaja memerlukan program pemberdayaan yang tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga memberikan pengalaman belajar dan keterampilan yang relevan dengan kebutuhan mereka.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Citeras, Kecamatan Malangbong, Kabupaten Garut dengan sasaran remaja di wilayah tersebut. Pemilihan sasaran dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan kebutuhan remaja terhadap edukasi kesehatan dan pengembangan keterampilan.

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah, perencanaan program, pelaksanaan kegiatan, serta monitoring dan evaluasi. Tahap identifikasi dilakukan melalui observasi lapangan dan wawancara dengan pihak desa untuk mengetahui kondisi remaja setempat.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk sosialisasi, penyuluhan, dan pelatihan. Kegiatan penyuluhan mencakup edukasi kesehatan reproduksi, kesehatan mental, serta penggunaan media sosial secara bijak. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif,

diskusi, dan tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi peserta.

Selain itu, kegiatan dilengkapi dengan pelatihan keterampilan berupa budidaya sayuran hidroponik. Peserta dilibatkan secara langsung dalam praktik, mulai dari persiapan media tanam hingga perawatan tanaman, sehingga dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan secara aplikatif.

Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi keterlibatan peserta, diskusi, serta pengumpulan umpan balik untuk mengetahui perubahan pemahaman dan partisipasi remaja selama kegiatan berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program *Youth Movement* dilaksanakan di Desa Citeras Kecamatan Malangbong Kabupaten Garut dengan sasaran utama remaja yang berada di wilayah tersebut. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan remaja agar mampu menjadi generasi yang sehat dan berprestasi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan kegiatan utama yaitu sosialisasi program, penyuluhan kesehatan remaja, edukasi kesehatan mental, serta pelatihan keterampilan produktif.

Kegiatan pertama yang dilaksanakan adalah sosialisasi program *Youth Movement*. Pada tahap ini tim pengabdian memberikan penjelasan mengenai tujuan program, pentingnya pemberdayaan remaja, serta peran remaja dalam kegiatan sosial di masyarakat. Kegiatan sosialisasi dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi sehingga peserta dapat memahami tujuan kegiatan serta memberikan tanggapan terhadap program yang akan dilaksanakan.

Kegiatan berikutnya adalah penyuluhan kesehatan reproduksi remaja. Materi yang diberikan meliputi pengetahuan dasar mengenai kesehatan

reproduksi, perubahan fisik pada masa pubertas, serta pentingnya menjaga kesehatan diri pada masa remaja. Penyuluhan dilakukan secara interaktif melalui diskusi dan tanya jawab sehingga peserta dapat lebih memahami materi yang disampaikan.

Selanjutnya dilakukan kegiatan edukasi kesehatan mental remaja. Materi yang diberikan meliputi pentingnya menjaga kesehatan mental, cara mengelola emosi, serta bagaimana menghadapi tekanan sosial yang sering dialami oleh remaja. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya kesehatan mental dalam kehidupan sehari-hari.

Selain kegiatan penyuluhan, kegiatan pengabdian ini juga dilengkapi dengan pelatihan keterampilan berupa budidaya sayuran menggunakan sistem hidroponik. Dalam kegiatan ini peserta diberikan penjelasan mengenai teknik dasar hidroponik serta melakukan praktik langsung dalam menanam sayuran menggunakan media tanam sederhana. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan remaja serta mendorong mereka untuk melakukan kegiatan yang produktif.

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif dalam setiap kegiatan yang dilakukan. Peserta aktif dalam diskusi, mengajukan pertanyaan, serta mengikuti praktik pelatihan yang diberikan oleh tim pengabdian.

Pelaksanaan program *Youth Movement* menunjukkan bahwa kegiatan pemberdayaan remaja melalui pendekatan edukatif dan partisipatif berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan serta pengembangan diri. Kegiatan sosialisasi pada tahap awal program memberikan pemahaman kepada remaja mengenai pentingnya keterlibatan dalam aktivitas sosial serta pengembangan potensi diri. Keterlibatan aktif peserta selama kegiatan, seperti partisipasi dalam

diskusi dan tanya jawab, menunjukkan adanya peningkatan minat dan kesadaran terhadap peran mereka dalam masyarakat. Hal ini sejalan dengan temuan Widi dan Yanti (2023) yang menyatakan bahwa program pemberdayaan yang melibatkan remaja secara aktif dapat meningkatkan partisipasi sosial, serta didukung oleh Ruciah dan Aniiq (2025) yang menunjukkan bahwa kegiatan pemberdayaan masyarakat mampu membantu remaja mengembangkan potensi diri.

Kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai kesehatan diri. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang terlihat dari kemampuan mereka dalam menjawab pertanyaan serta mengemukakan kembali materi yang telah disampaikan. Edukasi kesehatan reproduksi menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesadaran remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri (Irfan et al., 2023). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Ardhaningtyas et al. (2024) dan Zakiyyah et al. (2025) yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi dengan metode interaktif dapat meningkatkan literasi kesehatan remaja.

Selain itu, edukasi kesehatan mental memberikan pemahaman awal kepada remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan psikologis. Peserta mulai mengenali kondisi emosional yang mereka alami serta pentingnya mencari bantuan ketika menghadapi tekanan psikologis. Literasi kesehatan mental memiliki peran penting dalam membantu remaja memahami kondisi emosional mereka (Kutcher et al., 2016). Program promosi kesehatan mental juga diketahui dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja serta mencegah munculnya gangguan mental (Barry et al., 2013; Patel et al., 2007; World Health Organization, 2021).

Pelatihan keterampilan melalui budidaya hidroponik memberikan pengalaman praktis bagi remaja dalam memanfaatkan lingkungan secara produktif. Peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga terlibat langsung dalam proses praktik, mulai dari penyiapan media tanam hingga perawatan tanaman. Keterlibatan ini menunjukkan adanya peningkatan keterampilan dasar serta minat remaja dalam kegiatan produktif. Hal ini sejalan dengan Harahap et al. (2025) yang menyatakan bahwa program pemberdayaan yang mengintegrasikan edukasi dan keterampilan dapat meningkatkan kemandirian dan produktivitas remaja.

Secara keseluruhan, pelaksanaan program Youth Movement menunjukkan bahwa pendekatan yang mengintegrasikan edukasi kesehatan dan pelatihan keterampilan mampu memberikan kontribusi terhadap peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan keterlibatan remaja dalam kegiatan positif. Program ini juga mendorong remaja untuk mulai mengarahkan aktivitas mereka ke arah yang lebih produktif dan bermanfaat bagi lingkungan sekitar.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program Youth Movement di Desa Citeras, Kecamatan Malangbong, Kabupaten Garut telah dilaksanakan melalui sosialisasi, penyuluhan kesehatan reproduksi, edukasi kesehatan mental, serta pelatihan keterampilan budidaya hidroponik.

Pelaksanaan kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman remaja mengenai kesehatan fisik dan mental, serta meningkatnya keterlibatan mereka dalam kegiatan yang bersifat produktif. Selain itu, pelatihan keterampilan memberikan pengalaman praktis yang dapat mendukung pengembangan potensi remaja secara lebih optimal.

Program Youth Movement dapat menjadi salah satu pendekatan pemberdayaan remaja yang mengintegrasikan edukasi dan keterampilan dalam mendukung terbentuknya generasi muda yang sehat, mandiri, dan produktif. Untuk keberlanjutan program, diperlukan dukungan dari berbagai pihak, seperti pemerintah desa, lembaga pendidikan, dan organisasi kepemudaan, agar kegiatan pemberdayaan remaja dapat terus dikembangkan secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Siliwangi atas dukungan dan fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Ardhianingtyas, N., Arwiyantasari, W. R., & Batul Uma, E. C. (2024). Pemberdayaan remaja dalam upaya promotif dan preventif tentang kesehatan reproduksi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/pkm/article/view/846>
- Barry, M. M., Clarke, A. M., Jenkins, R., & Patel, V. (2013). A systematic review of the effectiveness of mental health promotion interventions for young people. *BMC Public Health*, 13, 835. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-835>
- Harahap, H., et al. (2025). Health awareness and youth empowerment program in the digital era. *E-Sehad: Jurnal Kesehatan*. <https://online-journal.unja.ac.id/e-sehad/article/view/50935>
- Hikmah, F., Amareta, D. I., Werdiharini, A. E., Warsito, H., Yulianti, A., & Masita, D. N. (2023). Edukasi kesehatan mental remaja saat menarche pada masa pubertas di SD Intergal Luqman Al-Hakim Jember. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.1535>
- Irfan, I., Risyati, L., & Handayani, F. (2023). Pemberdayaan remaja dalam optimalisasi peningkatan kesehatan reproduksi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/8596>
- Kutcher, S., Wei, Y., & Coniglio, C. (2016). Mental health literacy: Past, present, and future. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0706743715616609>
- Nurzihan, N. C., et al. (2025). Together prevent anemia: Youth empowerment in nutrition and healthy lifestyle campaigns. *Jurnal Empathy*. <https://jurnalempathy.com/index.php/jurnalempathy/article/download/315/89>
- O'Reilly, M., Dogra, N., Whiteman, N., et al. (2018). Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/1359104518775154>
- Patel, V., Flisher, A. J., Hetrick, S., & McGorry, P. (2007). Mental health of young people: A global public health challenge. *The Lancet*, 369(9569), 1302–1313. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60368-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60368-7)
- Ratri, T. H., & Pramesti, D. (2026). Pemberdayaan remaja melalui kesehatan reproduksi. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.

- <https://journal.ahmareduc.or.id/index.php/AMJPM/article/download/568/361/5926>
- Ruchia, R., & Aniiq, L. K. (2025). Empowerment of youth in optimizing adolescent reproductive health in Sukamandi Village. *Journal of World Science*. <https://jws.rivierapublishing.id/index.php/jws/article/view/1500>
- Sari, I. A. (2025). Youth Posyandu and adolescent health service access in Balonggabus Village. *International Journal of Health Science and Management*. <https://ijhsm.umsida.ac.id/index.php/ijhsm/article/view/336>
- Widi, M. N., & Yanti, F. (2023). Community empowerment: An empowerment effort toward youth at risk. *Ijtimaiyya: Journal of Social Science Teaching*. <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/ijtimaiyya/article/view/16510>
- World Health Organization. (2021). *Adolescent mental health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Zakiyyah, Z., Puspa Lestari, S. D., Madaniah, S. A., Sri Wahyuni, S. P. A., Sholihah, S., & Sufi, S. N. (2025). Peningkatan kesadaran kesehatan reproduksi remaja melalui edukasi dengan ceramah interaktif dan media visual serta asesmen pengetahuan di SMP Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.3637>