



## PEMBERDAYAAN REMAJA MELALUI SPEAR (*SCHEDULING PROGRAME: EDUKATIF ATRAKTIF REMAJA*) BERBASIS *TEORY PLANNED BEHAVIOUR*

Dina Istiana<sup>1)\*</sup>, Rukmini Rukmini<sup>2)</sup>, Riska Jeje Nur'aini<sup>3)</sup>, Putri Sukma Rahayu<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Prodi Pendidikan Profesi Ners, STIKES Adi Husada, Surabaya

<sup>2)</sup> Prodi S1 Keperawatan, STIKES Adi Husada, Surabaya

<sup>3)</sup> Prodi Fisioterapi, STIKES Adi Husada, Surabaya

\*Penulis Korespondensi, E-mail : dina.istiana@gmail.com

Submitted: 1 September 2025, Revised: 6 October 2025, Accepted: 9 October 2025.

### ABSTRACT

**Introduction & Aim:** The younger generation is seen as the future of the nation, bringing hope and continuing the struggle towards a dignified Indonesia. Therefore, young people are an important asset and a fundamental human resource for future development. The objective of this community service is to apply youth empowerment through SPEAR (Scheduling Program: Attractive Education for Youth) based on the Theory of Planned Behavior. Implementation **Methods:** The activities carried out were health education, pre-test and post-test games, and how to fill out a daily schedule. The group divided into smaller groups before conducting the pre-test, which was in the form of a game consisting of several questions about reproductive health, drugs, and bullying. After playing the game, the group continued with a presentation of material related to the SPEAR program, followed by a video related to the pre-test game conducted at the beginning and a presentation of material by the group. The group conducted a post-test with a game similar to the one at the beginning. Activity **Results:** The data generated through the pre-test and post-test showed an improvement, with the final post-test results being 100% good (25 people), whereas the pre-test results were 13 people (52%) below standard, 6 people (24%) adequate, and 6 people (24%) good. With the correct category valued at 2 and the incorrect category valued at 1. **Discussion:** This program should not be limited to one period only, but should be carried out continuously.

**Keywords:** Attractive, Educational, Teenagers



## ABSTRAK

**Pendahuluan & Tujuan:** Generasi muda dipandang sebagai tunas bangsa. Keberadaan remaja menjadi salah satu aset penting dan modal dasar sumber daya manusia bagi pembangunan di masa mendatang. Tujuan pengabdian Masyarakat ini untuk Mengaplikasikan Pemberdayaan Remaja Melalui SPEAR (Scheduling Programe: Edukasi Atraktif Remaja) Berbasis Teory Planned Behaviour. **Metode Pelaksanaan:** Pelaksanaan pengabdian diikuti oleh 25 remaja pada tanggal 30 Januari 2025 di Balai RW 5, Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya. Kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan kesehatan, game pre-test dan *post-test* dan cara pengisian jadwal harian. Kelompok melakukan pembagian kelompok sebelum melakukan *pre-test* yang berupa sebuah game dimana beberapa pertanyaan mengenai pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, narkoba, *bullying*. Setelah bermain game, selanjutnya dilanjutkan dengan pemaparan materi terkait program SPEAR, dilanjutkan dengan pemutaran video terkait games *pre-test* yang di lakukan di awal dan pemaparan materi oleh kelompok. Kelompok melakukan *post-test* dengan game seperti di awal. **Hasil Kegiatan:** Data yang dihasilkan melalui pre-test dan post-test mengalami peningkatan dengan hasil akhir Post-test Baik 100% (25 Orang), yang sebelumnya responden hasil *Pre-test* dengan kriteria kurang 13 orang (52%), Cukup 6 orang (24%) dan baik 6 orang (24%). Dengan kategori benar bernilai 2 dan salah bernilai 1. **Diskusi:** Program ini sebaiknya tidak hanya terbatas pada satu periode saja, melainkan dilakukan secara berkelanjutan untuk memastikan bahwa remaja dapat mempertahankan dan mengembangkan perilaku positif yang sudah ditanamkan.

**Kata kunci:** Atraktif, Edukatif, Remaja.

## 1. PENDAHULUAN

Sebagai generasi penerus, remaja menjadi tumpuan harapan bangsa dalam mencapai Indonesia yang bermartabat. Remaja merupakan aset penting sekaligus modal utama sumber daya manusia yang berperan strategis dalam menentukan arah pembangunan bangsa di masa mendatang. Remaja dengan kualitas yang baik akan memberikan kontribusi signifikan terhadap keberlanjutan dan keberhasilan pembangunan nasional. Oleh karena itu, perhatian khusus perlu diberikan, terutama dalam upaya peningkatan derajat kesehatan mereka. (Siswantara, dkk, 2019). Namun, di era digital saat ini, mereka sering kali terjebak dalam penggunaan gadget yang berlebihan, yang dapat mengganggu keseimbangan antara aktivitas sehari-hari, pendidikan, dan perkembangan personal mereka. Selain itu, remaja juga perlu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, kekerasan yang menyebabkan *bullying* sehingga diperlukan pendekatan yang efektif untuk menghadapi tantangan ini melalui program pemberdayaan remaja yang terstruktur dan terarah untuk memberikan remaja kesempatan berkembang sesuai dengan kebutuhan yang memberikan pengaruh terhadap kesehatan jasmani, mental, serta interaksi sosial pada remaja (Yunara et al., 2025).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Menurut data tahun 2022, remaja termasuk dalam kelompok usia 10-19 tahun. Secara global, jumlah remaja



diperkirakan berjumlah 1,2 miliar orang, yakni sekitar 18% dari total penduduk dunia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah remaja di Indonesia pada kelompok usia tersebut mencapai 44,3 juta jiwa (16,24% dari populasi nasional). Dari angka tersebut, remaja usia 10-14 tahun tercatat sebanyak 22.115.900 jiwa (49,9%), sedangkan kelompok usia 15-19 tahun berjumlah 22.200.300 jiwa (50,1%). (Badan Pusat Statistik, 2020). Menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur (2022), jumlah remaja berusia 10-14 tahun tercatat sebanyak 2.941.429 jiwa, sedangkan kelompok usia 15-19 tahun mencapai 2.973.787 jiwa. Berdasarkan wawancara awal dengan ketua RW 05 Di Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya, terdapat sekitar 54 remaja.

Berdasarkan data (KemenkesRI, 2019) Secara nasional, prevalensi perilaku merokok pada pelajar berusia 12-18 tahun (tingkat SMP dan SMA) tercatat sebesar 41,8% pada laki-laki dan 4,1% pada perempuan, dengan 32,82% di antaranya mulai merokok pertama kali pada usia  $\leq 13$  tahun. Selain itu, 14,4% pelajar laki-laki dan 5,6% pelajar perempuan mengaku pernah mengonsumsi alkohol, sementara 2,6% pelajar laki-laki dilaporkan pernah menggunakan narkoba. Faktor risiko kesehatan lainnya berkaitan dengan perilaku seksual, di mana 8,26% pelajar laki-laki dan 4,17% pelajar perempuan dalam rentang usia 12-18 tahun pernah melakukan hubungan seksual (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan survei pada tanggal 20-21 Januari 2025 di wilayah RW 5 Kelurahan Kapasan terdapat 43% remaja yang masih kurang tentang pengetahuan reproduksi, 67% remaja yang kecanduan gawai, 30% mengalami kekerasan dan 10% remaja mengalami perundungan. Hasil pengumpulan data di RW 5 Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, menunjukkan adanya beberapa permasalahan kesehatan yang dialami remaja di wilayah tersebut. seperti kurangnya pengetahuan dalam konteks kesehatan reproduksi dan langkah pencegahan penyakit menular seksual, juga terdapat bullying antar remaja dan kurangnya aktivitas sehari-hari akibat penggunaan gadget yang terlalu sering (Sulistiyowati et al., 2025).

Masa remaja merupakan fase penting yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan serta perkembangan fisik, psikologis, dan intelektual. Pada tahap ini, remaja umumnya ditandai dengan tingkat keingintahuan yang besar namun sering kali kurang mempertimbangkan konsekuensi dari tindakannya. Remaja pada umumnya memiliki kecenderungan untuk menyukai tantangan dan petualangan, serta terdorong untuk mencoba berbagai hal baru sebagai bagian dari proses pencarian jati diri. Bahkan, tidak jarang mereka berani mengambil risiko tanpa didahului pertimbangan yang matang. (KemenkesRI, 2019). Remaja yang tidak memperoleh informasi dan layanan yang memadai berisiko terlibat dalam perilaku yang membahayakan. Terdapat tiga risiko utama yang sering dihadapi remaja, yang dikenal sebagai **TRIAD KRR**, meliputi masalah seksualitas (seperti kehamilan tidak diinginkan, aborsi, serta penularan infeksi menular seksual), penyalahgunaan NAPZA, dan HIV/AIDS. Selain itu, terdapat pula berbagai isu penting lainnya yang memerlukan perhatian khusus, seperti masalah gizi, penyakit tidak menular (PTM), gangguan kesehatan mental, penerapan perilaku



hidup bersih dan sehat, serta kekerasan atau cedera di kalangan remaja. (Rusmini et al., 2023).

Keragaman permasalahan kesehatan pada remaja membutuhkan penanganan yang menyeluruh dan terintegrasi, dengan melibatkan berbagai unsur lintas program maupun lintas sektor terkait. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu program yang secara aktif melibatkan remaja, sehingga mereka dapat mengidentifikasi kebutuhan serta harapan terkait pelaksanaan layanan kesehatan remaja. Salah satu upaya yang dapat ditempuh untuk meningkatkan kualitas remaja adalah dengan memperkuat pelayanan kesehatan, yang mencakup penyediaan informasi kesehatan serta layanan konseling melalui Posyandu Remaja. Hasil penyuluhan ini menunjukkan peningkatan yang signifikan pada hasil pre-test dan post-test para responden setelah mengikuti kegiatan program SPEAR. Hasil post-test menunjukkan bahwa semua responden berada dalam kategori baik, dimana sebelumnya pada pre-test mayoritas responden masuk dalam kategori kurang. (Siswantara et al., 2019). Pendekatan yang dapat diterapkan dalam upaya untuk pemberdayaan remaja adalah *Theory of Planned Behaviour* (TPB) (Purwanto et al., 2022). Teori TPB menjelaskan bahwa niat individu, yang dipengaruhi oleh sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol, menjadi faktor utama dalam menentukan perilaku. Dengan memahami faktor-faktor ini, program pemberdayaan dapat dirancang untuk mendukung remaja dalam mengambil keputusan yang positif dan bertanggung jawab. Program SPEAR (*Scheduling Program: Edukasi Atraktif Remaja*) merupakan salah satu upaya pemberdayaan remaja yang berbasis TPB. Program ini dirancang untuk memberikan pendidikan yang menarik dan relevan bagi remaja, dengan jadwal yang terstruktur dengan adanya *Schedule Activity* dan konten yang sesuai dengan kebutuhan mereka. Melalui SPEAR, diharapkan para remaja yang tinggal di RW 05 Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya dapat mengembangkan sikap positif terhadap pendidikan, merasakan dukungan dari lingkungan sekitar, dan memiliki kontrol yang lebih besar atas perilaku mereka. Tujuan kegiatan pengabdian Masyarakat ini Adalah untuk mengaplikasikan pemberdayaan remaja melalui SPEAR (*Scheduling Programe: Edukasi Atraktif Remaja*) Berbasis *Teory Planned Behavior*.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Pada bulan Januari 2025, kegiatan pengabdian masyarakat diselenggarakan di RW 05 Gembong, Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya. Lingkungan RW 05 Kapasan sendiri merupakan kawasan padat penduduk dengan latar sosial yang beragam Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh tim KKL, ditemukan beberapa permasalahan yang dihadapi oleh remaja setempat, seperti kurangnya pemahaman tentang kesehatan reproduksi, kecanduan gadget, rendahnya kesadaran akan bahaya narkoba, serta maraknya bullying. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan edukatif yang inovatif untuk memberdayakan remaja di wilayah ini.

Tempat ini dipilih karena memiliki fasilitas yang cukup mendukung untuk penyuluhan, seperti ruangan yang nyaman dan sarana prasarana yang memadai, namun Karang Taruna dan hanya aktif menjelang kegiatan 17 Agustus, sehingga adanya peran pemuda dalam kegiatan sosial dan pengembangan masyarakat



belum maksimal. Dalam pelaksanaan KKL, kegiatan dilakukan secara *luring* dengan berbagai metode edukasi, seperti ceramah, diskusi, permainan interaktif, serta penyuluhan dengan media booklet dan video. Program yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah SPEAR Berbasis Teori *Planned Behaviour* yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku positif di kalangan remaja. Sebelum melakukan penyuluhan kami memberikan surat izin kepada bapak Ketua RW 05 dengan nomor surat 75/Um/KKL/STIKES - AH/I/2025 Perihal permohonan ijin pengabdian kepada masyarakat. Pelaksanaan penyuluhan ini diikuti oleh 25 remaja pada tanggal 30 Januari 2025 berlokasi di Balai RW 5 Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya.

Kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan kesehatan, game *pengukuran awal dan pengukuran akhir* cara pengisian jadwal harian. Kelompok melakukan pembagian kelompok sebelum melakukan *pre-test* yang berupa sebuah game dimana beberapa pertanyaan mengenai pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, narkoba, bullying. Setelah bermain game, selanjutnya dilanjutkan dengan pemaparan materi terkait program SPEAR, dilanjutkan dengan pemutaran video terkait games *pre-test* yang di lakukan di awal dan pemaparan materi oleh kelompok. Kelompok melakukan *post-test* dengan game seperti di awal.

### 3. HASIL KEGIATAN

#### 1. Analisis Situasi

Pengabdian masyarakat yang berlangsung pada 30 Januari 2025 di RW 05 Gembong, Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya, melibatkan 25 remaja sebagai peserta kegiatan penyuluhan.





Gambar 1. brosur kegiatan pengmas



Gambar 2. Kegiatan Pengmas

## 2. Karakteristik Responden

Hasil survei di RW 05 Gembong menunjukkan bahwa kelompok remaja berusia 12-19 tahun terdiri dari 10 orang perempuan (40%) dan 15 orang laki-laki (60%).

Tabel 1 Karakteristik Remaja di RW 05, Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya

1	Jenis Kelamin	F	%
	Perempuan	10	40
	Laki-laki	15	60
	<b>Total</b>	25	100
2	Umur	F	%
	12 Tahun	2	8
	13 Tahun	2	8
	14 Tahun	3	12
	15 Tahun	4	16
	16 Tahun	8	32
	17 Tahun	4	16
	19 Tahun	2	8
	<b>Total</b>	25	100



Hasil survey di RW 05 juga menunjukkan data umur remaja yaitu remaja umur 12 tahun sebanyak 2 orang (8%), Distribusi usia remaja di RW 05 menunjukkan bahwa terdapat 2 orang (8%) berusia 13 tahun, 3 orang (12%) berusia 14 tahun, 4 orang (16%) berusia 15 tahun, 8 orang (32%) berusia 16 tahun, 4 orang (16%) berusia 17 tahun, serta 2 orang (8%) berusia 19 tahun.

### 3. Hasil Data *Pre-test* dan *Post-test*

Tabel 2 Data *Pre* dan *Post -test* Remaja di RW 05, Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya

Pertanyaan	SEBELUM		SESUDAH	
	F	%	F	%
<b>Pertanyaan 1 ( Reproduksi )</b>				
Benar	6	24.0	25	100.0
Salah	19	76.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 2 ( Reproduksi )</b>				
Benar	13	52.0	25	100.0
Salah	12	48.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 3 (Gadget)</b>				
Benar	7	28.0	25	100.0
Salah	18	72.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 4 (Gadget)</b>				
Benar	7	28.0	25	100.0
Salah	18	72.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 5 (Narkoba)</b>				
Benar	19	76.0	25	100.0
Salah	6	24.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 6 (Narkoba)</b>				
Benar	12	48.0	25	100.0
Salah	13	52.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 7 (Bullying)</b>				
Benar	25	100.0	25	100.0
Salah	0	0.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0
<b>Pertanyaan 8 (Bullying)</b>				
Benar	6	24.0	25	100.0
Salah	19	76.0	0	0.0
<b>Jumlah</b>	25	100.0	25	100.0





## 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan

Kriteria	Pre-test		Post-test	
	F	%	F	%
Kurang	13	52.0	0	0.0
Cukup	6	24.0	0	0.0
Baik	6	24.0	25	100.0
Total	25	100.0	25	100.0

Hasil *pre-test* dan *post-test* yang di hasilkan mengalami peningkatan dengan hasil akhir *Post-test* Baik 100% (25 Orang), yang sebelumnya responden hasil *Pre-test* dengan kriteria kurang 13 orang (52%), Cukup 6 orang (24%) dan baik 6 orang (24%). Dengan kategori benar bernilai 2 dan salah bernilai 1, sehingga dihasilkan nilai seperti tabel diatas

## 4. PEMBAHASAN

Kuliah Kerja Lapangan yang diselenggarakan oleh STIKes Adi Husada Surabaya pada tanggal 20 Januari - 02 Februari 2025 dilakukan di Balai RW 05 Gembong, Kelurahan Kapasan, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya. Di Balai RW 5, ditemukan berbagai permasalahan yang dihadapi remaja, seperti kurangnya pemahaman tentang kesehatan reproduksi, kecanduan gadget, rendahnya kesadaran akan bahaya narkoba, dan maraknya *bullying*, yang berisiko menghambat perkembangan mereka. Banyak remaja tidak memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, terjebak dalam penggunaan gadget berlebihan hingga mengabaikan aktivitas sosial dan akademik, kurang menyadari bahaya narkoba sehingga rentan terhadap pengaruh negatif, serta terlibat atau menjadi korban *bullying* yang berdampak pada kesehatan mental mereka. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, terlihat adanya peningkatan pengetahuan remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi. Kondisi ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan penyuluhan yang dilakukan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta. Hasil pengabdian ini **sejalan dengan beberapa penelitian dan kegiatan pengabdian lain** pada topik serupa yang juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan intervensi edukatif mengenai kesehatan reproduksi (Sulistiyowati et al., 2025).

Sebelumnya, **banyak remaja belum memahami pentingnya menjaga kesehatan reproduksi**, baik dalam hal mengenali fungsi organ reproduksi, memahami risiko perilaku seksual berisiko, maupun upaya pencegahan terhadap penyakit menular seksual. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan melalui pendidikan kesehatan yang menarik dan sesuai karakteristik remaja agar pengetahuan dan kesadaran mereka semakin meningkat (Worthington, 2021) Untuk mengatasi hal ini, diterapkan intervensi melalui program SPEAR yang mencakup penyuluhan kesehatan reproduksi, bijak manajemen penggunaan gadget, sosialisasi bahaya narkoba, dan kampanye anti-bullying dengan metode



edukatif, diskusi interaktif, serta pembentukan kelompok sebaya yang saling mendukung. Setelah intervensi ini, terjadi perubahan positif dimana remaja mampu mengisi scheduling dengan hal-hal yang positif serta menunjukkan peningkatan pemahaman, mulai mengurangi penggunaan gadget berlebihan, lebih berani menolak ajakan negatif terkait narkoba, serta berkomitmen menciptakan lingkungan yang lebih aman dan suportif, yang diharapkan dapat terus berkelanjutan demi masa depan mereka yang lebih baik (Sulistyowati et al., 2025).

Salah satu landasan dalam menetapkan arah kebijakan Kementerian Kesehatan adalah penerapan pendekatan pelayanan kesehatan yang terintegrasi dan berkesinambungan (*continuum of care*), sehingga dapat mewujudkan layanan kesehatan yang holistik pada setiap tahap siklus kehidupan manusia. (Kemenkes, 2018). Kondisi tersebut sebagai landasan kegiatan Pemberdayaan Remaja Melalui SPEAR. Pada program pendekatan ini memanfaatkan *Theory of planned behavior* (TPB) Perilaku individu dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal mencakup sikap dan persepsi kontrol perilaku (*perceived behavioral control*), sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan norma subjektif, yaitu pengaruh yang berasal dari lingkungan sosial terdekat seperti dukungan orang tua maupun kedekatan dengan teman sebaya. Sikap sendiri terbentuk melalui proses belajar, yang kemudian melahirkan keyakinan serta evaluasi individu terhadap perilaku yang akan dilakukan. (Purwanto, 2022). Kontrol perilaku yang dirasakan, juga disebut sebagai efikasi diri, mencakup seberapa besar individu meyakini bahwa mereka mampu mengendalikan pelaksanaan perilaku tersebut dan norma subjektif didefinisikan sebagai keyakinan individu tentang pentingnya orang lain menempatkan mereka dalam melakukan perilaku tertentu. Secara sederhana, hal ini menggambarkan sejauh mana individu merasa bahwa orang lain ingin mereka terlibat dalam perilaku tersebut. Ketika norma subjektif individu meningkat, niat mereka untuk melakukan perilaku akan meningkat (Worthington, 2021).

*Theory of planned behavior* (TPB) terbukti sangat sesuai dengan melalui program SPEAR, remaja diberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya strategi perencanaan dan pengendalian waktu dalam rutinitas harian. Dengan adanya scheduling, mereka dapat menyusun aktivitas harian secara lebih terstruktur, sehingga dapat menyeimbangkan waktu antara belajar, berinteraksi sosial, dan kegiatan produktif lainnya. Penyusunan jadwal ini tidak hanya membantu remaja dalam mengurangi kebiasaan negatif, seperti penggunaan gadget yang berlebihan, tetapi juga meningkatkan disiplin dan tanggung jawab dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Hasil evaluasi program menunjukkan bahwa remaja yang menerapkan sistem scheduling mampu mengatur waktunya dengan lebih baik, menunjukkan peningkatan kedisiplinan, serta memiliki kontrol yang lebih besar terhadap aktivitas yang mereka lakukan. Selain itu, dukungan dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga dan teman sebaya, juga menjadi faktor penting dalam memastikan keberlanjutan perubahan positif ini. Dengan demikian, penerapan TPB melalui program SPEAR telah berhasil menciptakan perubahan



perilaku yang lebih baik dan memberikan manfaat nyata bagi remaja dalam mempersiapkan masa depan mereka.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Program ini bertujuan untuk memberdayakan remaja dengan menggunakan pendekatan berbasis teori rencana perilaku *Theory of Planned Behavior* (TPB). Melalui edukasi yang menarik dan disesuaikan dengan kebutuhan serta minat remaja, program ini berfokus pada perubahan perilaku yang positif, seperti peningkatan pengetahuan, sikap, dan niat remaja dalam menghadapi berbagai masalah sosial dan kesehatan. Dengan mengoptimalkan teori rencana perilaku, program ini mengarahkan remaja untuk lebih termotivasi dan memiliki kontrol atas keputusan mereka, serta mendorong mereka untuk membiasakan perilaku yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari. Secara keseluruhan, SPEAR bertujuan untuk menciptakan remaja yang lebih sadar, aktif, dan mampu menghadapi tantangan dengan cara yang lebih terencana dan bertanggung jawab. Terdapat perubahan pengetahuan remaja setelah dilakukan Hasil penyuluhan ini menunjukkan peningkatan menunjukkan perbedaan yang signifikan pada temuan *pre-test* dan *post-test* para responden setelah mengikuti kegiatan program SPEAR. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa semua responden berada dalam kategori baik, dimana sebelumnya pada *pre-test* mayoritas responden masuk dalam kategori kurang.

Melibatkan Orang Tua dan Pendidik: Agar hasil program lebih maksimal, penting untuk melibatkan orang tua dan pendidik, Penyuluhan yang Berkelanjutan: Program ini sebaiknya tidak hanya terbatas pada satu periode saja, melainkan dilakukan secara berkelanjutan untuk memastikan bahwa remaja dapat mempertahankan dan mengembangkan perilaku positif yang sudah ditanamkan, Peningkatan Akses Informasi: Untuk membuat edukasi lebih menarik, perlu diperhatikan cara penyampaian materi yang kreatif dan mudah diakses, Memberikan mereka kesempatan untuk mengemukakan pendapat dan membuat keputusan terkait dengan kegiatan program akan meningkatkan rasa tanggung jawab dan partisipasi mereka, Evaluasi dan Feedback: Lakukan evaluasi secara berkala terhadap perkembangan remaja yang mengikuti program ini. Dengan memberikan umpan balik yang konstruktif.

### Ucapan Terima Kasih

Kami menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada warga masyarakat yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian serta kepada Bapak RW 05 Kelurahan Kapasan Kecamatan Simokerto Kota Surabaya setempat atas izin dan dukungan yang diberikan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Zahriyanti, Lina, Amalia, Lintang, Ardea, Shilviatul, Rina, Putri, Jifta, Novia, Lanny, dan Reinaldo selaku tim pelaksana pengabdian masyarakat yang telah bekerja dengan solid dan kompak dalam menjalankan tugas dengan sangat baik.

## DAFTAR PUSTAKA



- Adnan, Y., Rafat, J., Salma, R., & Santosh, K. (2023). Betty Neuman System Model: A Concept Analysis. *Insights on the Depression and Anxiety*, 7(1), 011-015. <https://doi.org/10.29328/journal.ida.1001036>
- Africia, F., Bambang Wiseno, Didik Susetiyanto Atmojo, Susanti Tria Jaya, & Aris Dwi Cahyono. (2023). Peningkatan Peran Kader Kesehatan Remaja (KKR) Pada Pelaksanaan UKS. *Jurnal Abdimas Pamenang - JAP*, 1(2), 1-6. <https://doi.org/10.53599/jap.v1i2.142>
- Amdadi, Z., Nurdin, N., Eviyanti, & Nurbaeti. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Risiko Perkawinan Dini Dalam Kehamilan Di Sman 1 Gowa. *Inovasi Penelitian*, 2 no.n7(7), 2067-2074.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin. <https://www.bps.go.id>.
- BadanPusatStatistikProvinsiJawaTimur.(2022).JumlahPendudukMenurutKelompokUmurdanJenisKelamindiProvinsiJawaTimur(jiwa).<https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/1/MjYzOSMx/jumlah-penduduk-menurut-kelompokumur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-jawa-timur--jiwa---2022.html>
- Endayani, T., Rina, C., & Agustina, M. (2020). Metode Demonstrasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Al - Azkiya: Jurnal Ilmiah Pendidikan MI/SD*, 5(2), 150-158. <https://doi.org/10.32505/al-azkiya.v5i2.2155>
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan GresikKabupatenGresikJawaTimur. *Journal of CommunityEngagement in Health*, 5(2), 237-248.
- Hidayatullah, S., Waris, A., & Devianti, R. C. (2018). Perilaku Generasi Milenial dalam Menggunakan Aplikasi Go-Food. *Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan*, 6(2), 240-249. <https://doi.org/10.26905/jmdk.v6i2.2560>
- Hitiyaut, M., & Hatuwe, E. (2021). Aplikasi Model Sistem Teori Betty Neuman Terhadap Perawatan Pasien Dengan Diabetes Mellitus (Dm). *Jurnal Medika Husada*, 2, 7-12
- KemenkesRI.(2019).MasyarakatdanKesehatanKeluarga:PetunjukTeknis Posyandu Remaja. Kementrian Kesehatan RI.
- Lestari, L., & Ramdhaniyati. (2018). Buku Falsafah Dan Teori Keperawatan. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* (Vol. 3, Issue April).
- Lubis, S., Siregar, M. A., & ... (2020). Simulasi Numerik Kerugian Energi Pada Siku Pipa. *Prosiding Seminar ...*, 22-30.
- Nislawaty, Handayani, F., & Ayuni, P. (2022). Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Kelas Vi Tentang KesehatanReproduksi Di Sekolah Dasar InkamKabupaten Kampar Tahun 2021. *Jurnal Doppler*, 6(1), 120-125.





- Rahayu maharani. (2020). PENGARUH PENGETAHUAN IBU dan PERILAKU MAKAN ANAK TERHADAP RISIKO GIZI KURANG PADA ANAK BALITA MELALUI DETEKSI DINI MENGGUNAKAN MODIFIKASI STRONGKIDS (SCREENING TOOL FOR RISK OF IMPAIRED NUTRITIONAL STATUS AND GROWTH).
- Rusmini, R., Emilyani, D., & Kurnia, T. A. (2023). Penguatan kader posyandu remaja sebagai upaya peningkatan kapasitas kader. *Indonesia Berdaya*, 5(1), 215-222. <https://doi.org/10.47679/ib.2024672>
- Sulistyowati, A., Istiana, D., & Listari, R. P. (2025). Sosialisasi Dampak Kecanduan Penggunaan Gadget Bagi Kehidupan Anak Sekolah Di SMK Kerta Cendekia Sidoarjo. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat Masyarakat Mulawarman*, 3(1), 1-4.
- Siswantara, P., Soedirham, O., & Muthmainnah, M. (2019). Remaja Sebagai Penggerak Utama dalam Implementasi Program Kesehatan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 7(1), <https://doi.org/10.14710/jmki.7.1.2019.55-66>
- Widyastuti, Z. (2023). EFEKTIFITAS POSYANDU REMAJA UNTUK MENDUKUNG KESEHATAN REMAJA DI KELURAHAN CIRACAS.
- Yuliani, A., Puspitasari, N. A., & Nurmawati, R. (2022). Pembentukan Kader Kesehatan Remaja Dan Pendampingan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Smp Manggala Kabupaten Bandung. *Al-Khidmat*, 5(1), 11-17. <https://doi.org/10.15575/jak.v5i1.14663>
- Yuliani, M., Yufina, Y., & Maesaroh, M. (2021). Gambaran Pembentukan Kader Dan Pelaksanaan Posyandu Remaja Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 266. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i2.4157>
- Yunara, Y., Suraya, A. S., Pratiwindya Sudarsiwi, N., Sa'adah Ayu Lestari, H., Patuh Padaallah, A., Istiana, D., & Rahayu, F. K. (2025). Interventions for early marriage in low- and middle-income nations: a systematic review. *Healthcare in Low-Resource Settings*, 13(s2). <https://doi.org/10.4081/hls.2025.13059>