




Unit Kenal Diri: Solutions to overcome student character problems post-pandemic at SMK Muhammadiyah 3 Wates

Zahro Varisna Rohmadani, Dwi Sri Handayani✉, Agustina Rahmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

✉ dwihyani25@unisayogya.ac.id

 <https://doi.org/10.31603/ce.12444>

Abstract

Post Covid-19 pandemic, there has been a shift in student behavior at SMK Muhammadiyah 3 Wates, including an increase in smoking behavior, recorded at 74.6%, and reproductive health issues such as premarital sex. This highlights the need to initiate school programs that can address student character issues. Community service was conducted through an initiation program to establish a Self-Awareness Unit (UKD), with the aim of increasing student knowledge about the dangers of smoking and the prevention of premarital sex, as well as preparing teachers and students as UKD cadres. The community service implementation method included health screening training for teachers and students acting as UKD cadres, and health education to prevent smoking and premarital sex. In addition, an introduction to the role and function of the UKD was conducted as a forum to increase students' self-awareness regarding the importance of consultations on character, interests, talents, and personal health. The results of the community service showed a significant increase in the understanding and skills of teachers and school cadres in conducting health screening. After the training, 87.55% of participants showed an increase in knowledge about the dangers and prevention of smoking and premarital sex.

Keywords: *Unit Kenal Diri (UKD); Training; Health education*

Unit Kenal Diri: Solusi mengatasi permasalahan karakter siswa pasca pandemi di SMK Muhammadiyah 3 Wates

Abstrak

Pasca pandemi Covid-19, terjadi perubahan perilaku siswa di SMK Muhammadiyah 3 Wates, termasuk peningkatan perilaku merokok yang tercatat sebanyak 74,6% serta permasalahan kesehatan reproduksi seperti seks pranikah. Hal ini memunculkan kebutuhan untuk inisiasi program di sekolah yang dapat mengatasi permasalahan karakter siswa. Pengabdian masyarakat dilakukan melalui program inisiasi pembentukan Unit Kenal Diri (UKD), dengan tujuan meningkatkan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok dan pencegahan seks pranikah, serta mempersiapkan guru dan siswa sebagai kader UKD. Metode pelaksanaan pengabdian mencakup pelatihan skrining kesehatan bagi guru dan siswa yang bertindak sebagai kader UKD, serta edukasi kesehatan untuk mencegah perilaku merokok dan seks pranikah. Selain itu, dilakukan pengenalan mengenai peran dan fungsi UKD sebagai wadah untuk meningkatkan kesadaran diri siswa tentang pentingnya konsultasi karakter diri, minat, bakat, serta kesehatan pribadi. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan keterampilan guru serta kader sekolah dalam melakukan skrining kesehatan. Setelah pelatihan, 87,55% peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang bahaya dan pencegahan merokok serta seks pranikah.

Kata Kunci: Unit Kenal Diri (UKD); Pelatihan; Edukasi kesehatan

1. Pendahuluan

Mitra pengabdian masyarakat ini adalah SMK Muhammadiyah 3 Wates, yang berlokasi di Kulon Progo, Yogyakarta. Sekolah ini memiliki 200 siswa laki-laki dan 68 siswa perempuan. SMK Muhammadiyah 3 Wates menawarkan lima jurusan, yaitu Teknik Kendaraan Ringan, Teknik Komputer dan Jaringan, Desain Komunikasi Visual, Asisten Keperawatan dan Caregiver, serta Farmasi Klinis dan Komunitas.

Setelah pandemi Covid-19, terjadi perubahan karakter siswa yang ditandai dengan penurunan motivasi belajar yang berdampak pada perilaku negatif. Beberapa di antaranya adalah siswa yang mulai nongkrong di warung sekitar sekolah selama jam pelajaran, sering terlambat, tidak hadir di sekolah, hingga merokok di jam sekolah. Perilaku merokok ini dengan mudah menyebar di kalangan siswa, terutama karena 74,6% dari total siswa adalah laki-laki. Perilaku merokok dianggap sebagai kebiasaan tidak sehat yang cenderung mudah diikuti oleh remaja ketika mereka memiliki teman-teman yang merokok. Akibatnya, remaja yang berada dalam lingkungan perokok lebih rentan menjadi perokok juga (Astuti, 2018). Perubahan perilaku pada siswa selama pasca pandemi Covid-19 mengakibatkan penurunan prestasi akademik siswa.

Perubahan perilaku siswa, seperti penurunan motivasi belajar dan munculnya kebiasaan merokok, mulai terlihat setelah sekolah kembali melaksanakan kegiatan belajar secara tatap muka pasca pandemi Covid-19. Hal ini berdampak pada penurunan prestasi siswa (Dewi, 2023; Robandi & Mudjiran, 2020; Suryati, 2022). Selain itu, perubahan perilaku lainnya yang juga terjadi pada mitra pengabdian pasca pandemi adalah meningkatnya pergaulan bebas di kalangan remaja. Kondisi ini menyebabkan penurunan karakter positif siswa setelah masa pandemi (Basri, 2022; Sukmawati & Sabardila, 2021).

Mitra pengabdian memiliki unit yang bernama Unit Kesehatan Siswa (UKS), yang berfungsi untuk melakukan pemantauan kesehatan secara umum dan dikelola oleh guru serta siswi dari jurusan Asisten Keperawatan. Namun, UKS saat ini belum berperan secara khusus dalam menangani kasus perubahan karakter siswa, seperti perilaku merokok, serta permasalahan kesehatan reproduksi bagi siswi, termasuk pencegahan seks pranikah dan masalah menstruasi.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, melalui program pengabdian masyarakat dilakukan inisiasi pembentukan Unit Kenal Diri (UKD). Tujuan dari pembentukan UKD ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai bahaya merokok, pencegahan seks pranikah, serta mempersiapkan guru dan siswa sebagai kader UKD di sekolah. Metode pengabdian dilaksanakan melalui pelatihan skrining kesehatan bagi guru dan kader kesehatan sekolah, serta pemberian edukasi kesehatan untuk mencegah perilaku merokok dan seks pranikah (Aisah et al., 2023; Wahyuningsih & Tyastuti, 2020). Diharapkan program pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan motivasi belajar siswa serta menumbuhkan kesadaran untuk menjaga kesehatan pribadi, sehingga mereka terhindar dari perilaku seks pranikah dan kebiasaan merokok.

2. Metode

Tim pengabdian masyarakat Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta melaksanakan pengabdian masyarakat di SMK Muhammadiyah 3 Wates di Kuloprogo Yogyakarta.

Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada bulan Juni sampai Agustus 2024, meliputi beberapa program kegiatan yaitu:

- a. Metode pelatihan skrining kesehatan bagi guru dan kader kesehatan sekolah sebagai inisiasi pembentukan Unit Kenal Diri (UKD) meliputi pelatihan tentang kemandirian pengkajian kesehatan bagi siswa tentang skrining gizi anak sekolah, skrining anemia siswa sekolah, kesehatan reproduksi dan skrining kesehatan bebas rokok dan NAPZA.
- b. Metode edukasi kesehatan bagi seluruh siswa sekolah tentang bahaya dan pencegahan rokok dan seks pranikah.
- c. Metode pengenalan inisiasi UKD sebagai wadah siswa untuk mengenali potensi dirinya, mencintai tubuhnya dengan menjaga kesehatan.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil pelaksanaan program pengabdian masyarakat terdiri tiga program kegiatan dalam inisiasi pembentukan Unit Kenal Diri (UKD) melalui pemanfaatan guru dan siswa untuk menjadi kader UKD. UKD merupakan unit untuk diinisiasi dalam upaya untuk mengenal karakter, potensi dan kesehatan diri siswa.

3.1. Pelatihan skrining kesehatan bagi guru dan siswa sebagai kader kesehatan sekolah

Program pelatihan skrining kesehatan dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2024 di ruang aula sekolah ([Gambar 1](#)). Kegiatan ini dimulai dengan penjelasan tujuan program, yaitu untuk meningkatkan swadaya dan kemandirian sekolah dalam melakukan skrining kesehatan bagi siswa. Acara dihadiri oleh beberapa guru dan siswa yang bertindak sebagai kader UKD. Kader kesehatan dibentuk dengan tujuan melakukan skrining rutin, terutama pada siswa baru, untuk mengetahui riwayat penyakit dan status kesehatannya, sehingga kesehatan siswa dapat terpantau selama masa pendidikan.



Gambar 1. Pelatihan skrining kesehatan dalam inisiasi UKD sekolah

Materi pelatihan mencakup keterampilan skrining kesehatan bagi remaja, seperti skrining status gizi, kebiasaan makan, dan pola makan siswa. Hal ini sejalan dengan program pemerintah "Penuhi Isi Piringku," yang bertujuan untuk mensosialisasikan kebutuhan nutrisi remaja serta mengenalkan makanan sehat dan tidak sehat kepada guru dan siswa ([Wardani et al., 2019](#)). Materi kedua berkaitan dengan skrining anemia dan pencegahannya pada remaja. Skrining anemia mencakup penjelasan kepada kader

mengenai konsep anemia, kadar normal hemoglobin, serta pengenalan pemeriksaan fisik untuk mendeteksi tanda dan gejala anemia, termasuk langkah-langkah pencegahannya.

Materi ketiga melibatkan pembekalan kader tentang penyuluhan bahaya merokok dan pencegahannya, penguatan peran dalam pencegahan dan pengendalian NAPZA (Nurfadhilah et al., 2021) serta edukasi mengenai seks pranikah. Instrumen skrining kesehatan menggunakan kuesioner yang meliputi pengkajian kondisi kesehatan umum, seperti riwayat kesehatan pribadi, informasi kesehatan keluarga, riwayat imunisasi, gaya hidup, kesehatan intelektual, kesehatan mental, kesehatan reproduksi, serta bahan edukasi dan konseling yang akan dilakukan oleh kader kesehatan di UKD.

Hasil pelatihan skrining kesehatan menunjukkan peserta antusias mengikuti dan berdiskusi tentang komponen gizi siswa dan penyajian serta program tablet zat besi dan upaya kapatuhan siswa untuk konsumsi tablet zat besi tanpa adanya rasa mual. Selama pelatihan dilakukan *pre-test* dan *post-test* kegiatan berjumlah 4 pertanyaan yang meliputi pengkajian status gizi penuhi isi piringku, anemia, kesehatan reproduksi, pencegahan rokok, NAPZA, seks pranikah dan topik bahan edukasi dan konseling kader sekolah. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* pelatihan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* pelatihan skrining kesehatan

No	Sebelum Pelatihan	Setelah Pelatihan
1	Peserta belum memahami struktur gizi "Penuhi Isi Piringku".	Peserta sudah mampu menjelaskan komponen isi piringku meliputi $\frac{1}{2}$ piring buah dan sayur, $\frac{1}{4}$ piring protein dan $\frac{1}{4}$ piring karbohidrat.
2	Peserta belum mengetahui tentang cara mengkaji status gizi.	Peserta telah mampu mendemonstrasikan mengkaji status nutrisi meliputi antropometri, mengkaji riwayat kebiasaan makan, frekuensi makan dan kebiasaan jajan menggunakan kuesioner skrining.
3	Peserta belum mengetahui cara mengkaji tanda dan gejala anemia.	Peserta telah mampu mendemonstrasikan pemeriksaan fisik dan mengkaji 5L (lemah, letih, lesu, lelah, lalai), mudah mengantuk, sulit konsentrasi, sering pusing, mata berkunang-kunang, pucat pada wajah, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan.
4	Peserta belum mampu mengkaji kesehatan reproduksi meliputi kesehatan menstruasi dan pengkajian tanda gejala permasalahan menstruasi.	Peserta mampu mendemonstrasikan mengkaji siklus menstruasi, perdarahan menstruasi dan permasalahan menstruasi.
5	Peserta mampu menyebutkan beberapa bahaya dan pencegahan rokok, NAPZA serta seks pranikah namun belum memahami bahaya dan pencegahan bagi remaja.	Peserta mampu menjelaskan kembali bahaya dan pencegahan rokok, NAPZA dan seks pranikah terhadap fisik, psikologis dan sosial.
6	Peserta belum mengetahui topik-topik apa saja yang dapat digunakan untuk edukasi dan dasar konseling kesehatan remaja.	Peserta mampu menentukan topik dan materi untuk bahan edukasi kesehatan teman sebaya serta cara dasar melakukan konseling kesehatan pada teman sebaya.

Tabel 1 menunjukkan terjadi peningkatan pemahaman dan kemampuan kader sekolah setelah diberikan pelatihan skrining kesehatan tentang skrining status gizi, kesehatan reproduksi, anemia, bahaya dan pencegahan rokok, NAPZA dan seks pranikah serta topik-topik bagi kader sekolah untuk bahan edukasi dan konseling teman sebaya di sekolah. Pelatihan pengenalan pola sehat gizi seimbang bagi remaja terutama siswa sekolah sebagai upaya mencegah penyakit tidak menular bagi remaja (Amiroh et al., 2021).

3.2. Program edukasi kesehatan bahaya dan pencegahan rokok dan seks pranikah

Program pengabdian masyarakat sebagai salah satu kegiatan inisiasi pembentukan UKD adalah edukasi kesehatan tentang bahaya dan pencegahan rokok dan seks pranikah (**Gambar 2**). Kegiatan ini sebagai upaya mengurangi kasus merokok pada siswa dan mencegah seks pranikah remaja sekolah. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2024 di Aula sekolah. Kegiatan dihadiri oleh peserta meliputi seluruh siswa siswi sekolah sejumlah 55 orang. Peserta diberikan edukasi dengan materi bahaya dan pencegahan rokok meliputi definisi merokok, zat terkandung pada rokok, bahaya merokok bagi fisik, psikis, sosial dan cara mencegah merokok. Materi bahaya dan pencegahan seks pranikah meliputi bahaya seks pranikah, dampak kehamilan yang tidak diinginkan, dampak psikologis dan sosial serta pencegahan seks pranikah.



Gambar 2. Kegiatan edukasi kesehatan dan pencegahan rokok dan seks pranikah

Hasil edukasi kesehatan tentang bahaya dan pencegahan rokok dan seks pranikah disajikan pada **Tabel 2**. Hasilnya, rata-rata persentase hasil evaluasi pengetahuan setelah dilakukan edukasi kesehatan yaitu 87,55% peserta bertambah pengetahuannya tentang bahaya dan pencegahan rokok dan seks pranikah bagi remaja dengan rincian sebagai berikut sebanyak 89,1% peserta mampu menjawab dengan benar tentang zat kimia rokok berbahaya bagi kesehatan fisik yaitu nikotin, tar dan karbon monoksida; sebanyak 78,2% mampu menjawab dengan benar tentang dampak rokok bagi remaja dan anak-anak gangguan pernapasan, gangguan pertumbuhan fisik dan otak, gangguan konsentrasi dan penyakit jantung; sebanyak 89,1% mampu menjawab dengan benar tentang cara mencegah merokok; sebanyak 89,1% mampu menjawab dengan benar tentang HIV AIDS adalah penyakit yang muncul akibat seks pranikah; sebanyak 99,9% mampu menjawab dengan benar tentang cara mencegah seks pranikah pada remaja dan anak; sebanyak 79,9% mampu menjawab dengan benar tentang dampak seks pranikah.

Tabel 2. Pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan (n=55)

No	Komponen Topik Post-test	Hasil	Persentase Skor Total
1	Zat kimia dalam rokok berbahaya bagi kesehatan fisik	<ul style="list-style-type: none"> • 49,1% menyebutkan Nikotin • 25,5% menjawab benar Tar • 14,5% menyebutkan Karbon Monoksida 	89,1%
2	Dampak dari merokok bagi remaja dan anak-anak	<ul style="list-style-type: none"> • 30,9% menjawab gangguan pernapasan • 21,8% menjawab gangguan pertumbuhan fisik dan otak remaja dan anak • 16,4% menjawab benar gangguan konsentrasi dan prestasi akademis menurun • 9,1% menjawab penyakit jantung 	78,2%
3	Cara mencegah merokok	<ul style="list-style-type: none"> • 89,1% menjawab benar dengan menolak dengan tegas jika ada orang lain mengajak atau menawarkan rokok 	89,1%
4	Penyakit yang merusak kekebalan tubuh akibat seks pranikah	<ul style="list-style-type: none"> • 89,1% menjawab benar HIV AIDS 	89,1%
5	Pernyataan tentang upaya mencegah seks pranikah pada anak dan remaja sekolah	<ul style="list-style-type: none"> • 34,5% menjawab tidak berangkat sekolah merupakan tindakan salah dalam mencegah seks pranikah • 23,6% menjawab memilih lingkungan dan teman merupakan upaya positif agar terhindar dari seks pranikah • 20% menjawab mengikuti kegiatan positif di sekolah dan lingkungan dapat mencegah seks pranikah • 12,7% menjawab tidak pacaran merupakan tindakan mencegah perbuatan seks pranikah • 9,1% menjawab berkomunikasi dengan orang tua/guru merupakan upaya pencegahan seks pranikah 	99,9%
6	Dampak seks pranikah	<ul style="list-style-type: none"> • 34,5% menjawab keinginan seks pranikah merupakan persepsi yang salah dan harus dibenahi • 32,7% menjawab muncul rasa bersalah dan penyesalan membuat depresi • 20% menjawab depresi dan stres berat • 12,7% menjawab akan dijauhi masyarakat dan mendapat stigma buruk 	79,9%
Rata-rata persentase			87,55%

3.3. Program pengenalan inisiasi pembentukan UKD

Inisiasi pembentukan UKD dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2024 kepala sekolah dan guru serta siswa yang menjadi kader sekolah ([Gambar 3](#)). Tujuan pengenalan ini untuk mengenalkan peran dan fungsi dibentuknya UKD. Pengenalan UKD dilaksanakan bersamaan dengan pelatihan skrining kesehatan. Hasil pada tahapan pengenalan UKD, para guru dan kader menyambut dengan baik dan berkomitmen

untuk memanfaatkan UKD sebagai unit mengenal potensi diri siswa dan skrining kesehatan fisik dan psikologis.



Gambar 3. Inisiasi pembentukan UKD pada guru dan kader kesehatan sekolah

4. Kesimpulan

Pembentukan Unit Kenal Diri (UKD) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang bahaya merokok, pencegahan seks pranikah, serta mempersiapkan guru dan siswa sebagai kader, telah mencapai hasil yang signifikan. Pelatihan skrining kesehatan berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader, terutama dalam hal skrining status gizi, kesehatan reproduksi, anemia, bahaya rokok, NAPZA, serta seks pranikah. Kader juga dibekali dengan materi untuk edukasi dan konseling teman sebaya. Inisiasi UKD disambut baik oleh guru dan siswa, dengan komitmen untuk memanfaatkannya sebagai sarana pemantauan potensi diri siswa dan kesehatan fisik serta psikologis.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada SMK Muhammadiyah 3 Wates DI. Yogyakarta sebagai mitra pengabdian. Ucapan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) Indonesia yang telah memberikan hibah pengabdian tahun 2024 dan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Kontribusi Penulis

Koordinator pelaksanaan kegiatan: SVR; Pelaksana Kegiatan: DSH, SVR, AR; Penyiapan artikel: DSH, SVR; Analisis dampak pengabdian: SVR, AR; Penyajian hasil pengabdian: DSH, SVR; Revisi artikel: DSH, SVR.

Daftar Pustaka

Aisah, S., Jihad, M. N. Al, Olina, Y. Ben, Ernawati, Setyawati, D., & Soesanto, E. (2023). Posyandu Remaja Berbasis Pemberdayaan Sekolah Sebagai Upaya Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja di SMP Negeri 7 Kota Semarang. *Jurnal Pengabdian*

- Kesehatan*, 6(2), 129–138.
- Amiroh, Mardiyah, S., & Dwiyanah, P. (2021). Edukasi Gizi Pola Konsumsi Rendah Gula, Garam, Lemak (GGL) pada Remaja. *Community Empowerment*, 6(4), 595–601. <https://doi.org/10.31603/ce.4600>
- Astuti, D. R. (2018). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dengan Perilaku Merokok. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 74–80. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4530>
- Basri, H. H. (2022). *Indeks Karakter Siswa Madrasah Aliyah 2022* (Irhasan (ed.)). Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI.
- Dewi, P. T. (2023). Motivasi Belajar Peserta Didik Pasca Pandemi Covid-19. *IJSED: Indonesian Journal of Sociology, Education, and Development*, 5(1), 12–24. <https://doi.org/10.52483/ijsed.v5i1.96>
- Nurfadhilah, Robalais, A. N., & Purnawati, D. (2021). Penguatan Peran Remaja dalam Pencegahan dan Pengendalian NAPZA pada Masa Pandemi Covid-19. *Community Empowerment*, 6(4), 572–578. <https://doi.org/10.31603/ce.4566>
- Robandi, D., & Mudjiran. (2020). Dampak Pembelajaran dari Masa Pandemi Covid-19 terhadap Motivasi Belajar Siswa SMP di Kota Bukittinggi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 4(3), 3498–3502. <https://doi.org/10.31004/jptam.v4i3.878>
- Sukmawati, B. A. L., & Sabardila, A. (2021). Dampak Covid-19 Terhadap Karakter Remaja : Studi Kasus Remaja Usia 12-15 Tahun. *Equilibrium Jurnal Pendidikan*, 9(3), 269–277. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v9i3.5522>
- Suryati. (2022). Efek Pandemi terhadap Perilaku Remaja Perokok. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(3), 1934–1945.
- Wahyuningsih, H. P., & Tyastuti, S. (2020). Pelatihan pada Kader Tentang Skrining Pemeriksaan Perkembangan Anak. *JKPM: Jurnal Kesehatan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–6.
- Wardani, E. F., Kurnia, F., & Yuanita. (2019). Penyuluhan Makanan Jajanan Sehat dan Tidak Sehat Bagi Pedagang, Guru dan Siswa SD di Kabupaten Bangka. *Community Empowerment*, 4(1), 4–9. <https://doi.org/10.31603/ce.v4i1.2648>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License