

**PEMBERDAYAAN POSYANDU REMAJA DALAM MEMBENTUK
POLA HIDUP SEHAT KAUM REMAJA DI DESA PLEDO KECAMATAN
WITIHAMA KABUPATEN FLORES TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Ilmu Pemerintahan



OLEH

SEPTIYANI MARIA LANU SARCAN SARI

NIM: 41121009

UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

PROGRAM STUDI ILMU PEMERINTAHAN

KUPANG

2025

LEMBARAN PENGESAHAN

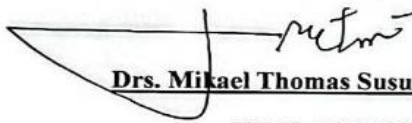
Kupang, Juni 2025

**PEMBERDAYAAN POSYANDU REMAJA DALAM MEMBENTUK POLA HIDUP
SEHAT KAUM REMAJA DI DESA PLEDO KECAMATAN WITIHAMA
KABUPATEN FLORES TIMUR**

DIAJUKAN OLEH:

Septiyani Maria Lanu Sarcan Sari
NIM: 41121009

PEMBIMBING I

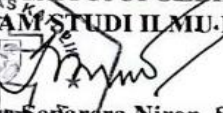

Drs. Mikael Thomas Susu, M.Si
NIDN. 0822096401

PEMBIMBING II


Yohana Fransiska Medho, S.IP., M.I.P
NIDN. 1526029501

DIPERIKSA OLEH:

DISETUJUI OLEH:
KETUA PROGRAM STUDI ILMU PEMERINTAHAN


Eusabius Separera Niron, S.IP., M.IP
NIDN. 1527128301

DISAHKAN OLEH:
DEKAN FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK


Drs. Frans Bapa Tokan, MA
NIDN. 0811116701

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Septiyani Maria Lanu Sarcan Sari

Nim : 41121009

Fakultas/Jurusan : Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik / Ilmu Pemerintahan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pemberdayaan Posyandu Remaja Dalam Membentuk Pola Hidup Sehat Kaum Remaja Di Desa Pledo Kecamatan Witihamo Kabupaten Flores Timur” adalah karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan oleh orang lain selain orang yang disebutkan dalam daftar Pustaka didalam skripsi ini. Saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Katolik Widya Mndira Kupang sesuai dengan peraturan jika pernyataan saya terbukti salah.

Kupang, 2025



Septiyani Maria Lanu Sarcan Sari

MOTTO

**“AKU DITOLAK DENGAN HEBAT SAMPAI JATUH
TETAPI TUHAN MENOLONG AKU”
(Mazmur 188:13)**

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Syukur kepada Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang adalah sumber pengharapan, berkat dan pertolongan dalam perjalanan hidup penulis serta Leluhur, karya ini secara khusus saya persembahkan:

1. Kepada kedua orang tua ku Bapak Benyamin Cawa dan Mama Dona Marta Simporosa Satu, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup saya, dua orang yang selalu mengusahkan anaknya ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya. Kepada Bapa saya, terima kasih atas setiap cucuran keringat dan kerja keras yang engkau tukarkan menjadi sebuah nafkah demi anakmu bisa sampai kepada tahap ini. Demi anakmu dapat mengenyam pendidikan sampai ke tingkat ini, dan terima kasih telah menjadi contoh untuk selalu menjadi seorang anak perempuan yang kuat. Untuk Mama ku, terima kasih, atas segala motivasi, pesan, doa, dan harapan yang selalu mendampingi setiap langkah anakmu untuk menjadi seseorang yang berpendidikan, terima kasih atas kasih sayang yang Bapa dan Mama berikan tanpa batas, yang tak pernah lekang oleh waktu. Atas kesabaran dan pengorbanan yang selalu mengiringi perjalanan hidup saya, terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi, serta pelita yang tak pernah padam dalam setiap langkah yang saya tempuh. Terima kasih atas segala hal yang kalian berikan yang tak terhitung jumlahnya,
2. Program studi Ilmu Pemerintahan, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa , karena atas berkat dan tuntunan, penyertaan dan campur tanggannya, sehingga penulis mampu untuk menyusun dan menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Pemberdayaan Posyandu Remaja dalam Membentuk Gaya Hidup Sehat Kaum Remaja di Desa Pledo Kecamatan Witihamo Kabupaten Flores Timur” , sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Ilmu Pemerintahan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyapaikan rasa terima kasih setulus-tulusnya kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah memberikan bantuan kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan yakni kepada:

1. Bapak Drs. Frans Bapa Tokan, M.A selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu politik Univeritas Katolik Wadiya Mandira, beserta pembantu Dekan I, Pembantu Dekan II, yang telah membantu penulis dalam urusan-urusan akademik, administrasi maupun kemahasiswaan selama mengikuti kuliah.
2. Bapak Eusabius Separere Niron, S.IP,.,M.IP selaku ketua Prodi Ilmu Pemerintahan dan seluruh dosen pada Jurusan Ilmu Pemerintahan atas kesediaan membagi ilmu pengetahuan dan seluruh Kesan yang baik selama masa perkuliahan.
3. Bapak Drs. Mikael Thomas Susu, M.I.P selaku pembimbing satu dan Ibu Yohana Fransiska Medho, S.IP,.,M.I.P selaku pembimbing II atas kerelaan waktu, pikiran, dan tenaga yang diberikan dalam membantu penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.

4. Bapak Dr. Urbanus Ola, M,Si selaku dosen penguji I dan Bapak Drs. Rodriques Servatius, M.Si selaku penguji II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam mengarahkan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Rodriques Servatius, M.Si selaku Dosen penasehat Akademik yang selalu memotivasi penulis dalam menggapai keberhasilan studi di jurusan Ilmu Pemerintahan.
6. Ibu Serlin Woda dan Ibu Dian Lamanepa selaku Staf Administrasi di Program Studi Ilmu Pemerintahan yang selalu membantu penulis dalam hal pelayanan akademik.
7. Kaka Alfando Sari, Vinka Weka, Cindi Day, Leni Pali, Eti Paku, Paji ware, Maya Meti, Andito Pele, adik tersayang Sasta Sari, Nino, Magdaline Lende .Maci Dince, Om Sili dan Om Obi, opa Tadeus Ndae dan opa Lipus Woko, Serta ponakan tersayang Marcello Pio. Serta seluruh keluarag besar Sari Ko'a yang selalu mendokan, mendukung, membantu dan memberikan semangat dan selalu ada untuk setiap kesulitanku.
8. Sahabatku tersayang Erlin Roja, Nova Meti, Eca Ere, Dina Wera, Ocin , Rana, Nia, Intan, serta The Barbarians. Terima kasih atas setiap waktu yang diluangkan, memberikan dukungan, motivasi, semangat, doa, dan pendengar yang baik.
9. Teman -teman IPM angkatan 2021 dan anak-anak Kos Elisabet khususnya ade tercinta Uci Sofia, Engel Sopu dan Novita yang selalu ada memberikan dukungan dan motivasi.
10. Kepada Bapak Kepala Desa Pledo, yang dengan tangan terbuka memberi kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di wilayahnya, serta masyarakat khususnya bidan Desa Pledo, kader posyandu dan kader puskesmas posyandu remaja Desa Pledo, Remaja Desa Pledo, yang telah memberikan informasi untuk penulis selama penelitian.

Dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, oleh karena itu penulis mengaharpkan segala kritik dan saran yang membangun dan menyempurnakan skripsi ini agar bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Kupang, juni 2025

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
MOTTO	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	ixi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	10
2.1 Tinjauan Pustaka	10
2.2 Tinjauan Konseptual.....	13
2.2.1 Pemberdayaan	13
2.2.2 Posyandu Remaja	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Metode Penelitian.....	26
3.2 Populasi dan Sampel	26
3.3 Operasionalisasi Variabel.....	27
3.4 Jenis, Sumber dan Teknik Pengumpulan Data	28
3.5 Validasi Data	28
3.6 Teknik Analisis Data	29
BAB IV DESKRIPSI WILAYAH DAN OBYEK PENELITIAN	30
4.1 Gambaran Umum Kabupaten Flores Timur	30
4.1.1 Kondisi Geografis dan Administrasi.....	30
4.1.2 Demografi/ Kependudukan	32

4.2	Gambaran Umum Kecamatan Witihama	34
4.2.1	Kondisi Geografis dan Administrasi Wilayah	34
4.2.2	Demografi Kependudukan	35
4.3	Deskripsi Wilayah Penelitian	38
4.3.1	Sejarah Desa Pledo.....	38
4.3.2	Luas dan Batas Wilayah.....	39
4.3.3	Keadaan Geografis	40
4.3.4	Struktur Kependudukan Desa Pledo	41
4.3.5	Keluarga	44
4.3.6	Struktur Ekonomi dan Sosial	48
4.3.7	Pemerintah Desa Pledo	50
4.4	Posyandu Remaja Desa Pledo	54
BAB V ANALISIS HASIL PENELITIAN		56
5.1	Pengembangan.....	57
5.1.1	Partisipasi Kaum Remaja	57
5.1.2	Penjadwalan Tetap Layanan	66
5.1.3	Akses Fisik.....	70
5.2	Penyokongan	75
5.2.1	Dukungan Pemerintah.....	76
5.2.2	Peran Orang Tua/Guru	81
BAB VI		91
PENUTUP.....		91
6.1	Kesimpulan.....	91
6.2	Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA		93

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Jumlah Kecamatan, Ibukota Kecamatan dan Luas Wilayah serta Jumlah Kelurahan/Desa Kabupaten Flores Timur Tahun 2024.....	31
Tabel 4.2	Jumlah, Luas Daerah, Kepadatan Penduduk dan Tingkat Pertumbuhan Penduduk menurut Kecamatan Kabupaten Flores Timur Tahun 2024.....	32
Tabel 4.3	Jumlah Desa dan Luas Wilayah Desa terhadap Kecamatan Dirinci menurut Desa Kecamatan Witihama Tahun 2023.....	34
Tabel 4.4	Jumlah, Luas Daerah, Kepadatan Penduduk dan Persentase Jumlah Penduduk terhadap Jumlah Penduduk Kecamatan Dirinci menurut Desa Kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur Tahun 2023.....	36
Tabel 4.5	Jumlah dan Proporsi Penduduk menurut Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4.6.	Laju Pertumbuhan Penduduk di Desa Pledo, Kecamatan	42
Tabel 4.7	Jumlah Keluarga dan Rata-rata Jumlah Anggota Keluarga di Desa Pledo, Kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur Tahun 2023.....	43
Tabel 4.8	Jumlah Kepala Keluarga menurut Jenis Kelamin Penduduk di Desa Pledo Kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur Tahun 2023.....	44
Tabel 4.9	Jumlah Kepala Keluarga Berdasarkan Status Perkawinan	45
Tabel 4.10	Jumlah Penduduk Menurut Agama Penduduk di Desa Pledo Kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur Tahun 2023....	46
Tabel 4.11	Jumlah Kelahiran Penduduk di Desa Pledo, Kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur Tahun 2023	
Tabel 5.1	Jumlah Remaja yang aktif mengikuti kegiatan posyandu remaja di desa Pledo kecamatan Witihama Kabupaten Flores Timur Tahun 2024.....	58

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok usia yang sangat penting dalam pembangunan sumber daya manusia karena masa ini merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang penuh dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Namun, remaja juga rentan terhadap berbagai masalah kesehatan seperti kurangnya pengetahuan tentang pola hidup sehat, risiko perilaku tidak sehat, serta keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan yang sesuai. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemberdayaan posyandu remaja dalam membentuk pola hidup sehat kaum remaja di Desa Pledo Kecamatan Witihamo Kabupaten Flores Timur

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Posyandu Remaja mampu meningkatkan pengetahuan remaja tentang pentingnya pola hidup sehat melalui pelatihan, penyuluhan, dan pendampingan oleh kader serta petugas Puskesmas. Dukungan pemerintah desa, peran aktif orang tua dan guru, serta partisipasi masyarakat menjadi faktor pendukung keberhasilan program ini. Namun, masih terdapat kendala seperti keterbatasan sarana prasarana dan prosedur administrasi yang memerlukan perbaikan.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa Posyandu Remaja memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk pola hidup sehat remaja, dan diperlukan sinergi antara semua pihak untuk mengoptimalkan pemberdayaan ini secara berkelanjutan. Rekomendasi diberikan agar pemerintah dan masyarakat meningkatkan dukungan fasilitasi, serta inovasi kegiatan agar partisipasi remaja semakin meningkat dan berdampak positif jangka panjang.

Kata Kunci : *Posyandu Remaja, Pemberdayaan, Pola Hidup Sehat Remaja*

ABSTRACT

Adolescents are a crucial age group in human resource development because this period is a transition from childhood to adulthood, marked by physical, psychological, and social changes. However, adolescents are also vulnerable to various health problems such as lack of knowledge about healthy lifestyles, risks of unhealthy behaviors, and limited access to appropriate health services. This study aims to describe the empowerment of the adolescent Posyandu in shaping healthy lifestyles among adolescents in Pledo Village, Witiham District, East Flores Regency. This study used a qualitative descriptive approach through interviews, observations, and documentation.

The findings show that the Adolescent Posyandu effectively increases adolescents' knowledge about the importance of a healthy lifestyle through training, counseling, and guidance provided by cadres and health center officers. Support from the village government, active roles of parents and teachers, and community participation are key factors supporting the success of this program. However, there are still obstacles such as limited facilities and infrastructure and administrative procedures that need improvement.

In conclusion, the Adolescent Posyandu plays a significant role in shaping healthy lifestyles among adolescents, and synergy among all parties is needed to optimize this empowerment sustainably. Recommendations include increasing government and community support, facilitating resources, and innovating activities to enhance adolescent participation and achieve positive long-term impacts.

Keywords: *Adolescent Posyandu, Empowerment, Healthy Lifestyle, Adolescents*