

Penanggung Jawab

Pimpinan Pusat Nasyiatul Aisyiyah

Pengarah

Hajar Nur Setyowati

Husnul Khotimah Husairi

Penyusun

Hanifa Kasih Surahman

Endah Marhenis Netraningrum

Fatma Wulandari

Editor

Sri Imawati

Dukungan

PWNA DIY, PDNA Kota Yogyakarta, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Diterbitkan oleh:

Pimpinan Pusat Nasyiatul Aisyiyah

Jalan KHA Dahlan No. 14 Yogyakarta

Jalan Menteng Raya No. 62 Jakarta Pusat

DAFTAR ISI

PENYUSUN	i
DAFTAR ISI	ii
KATA PENGANTAR	iii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Apa itu PASHMINA.....	1
B. Bagaimana Sejarah Lahirnya PASHMINA	1
C. Mengapa Penting Diadakan	2
D. Apa Konsep Remaja Sehat PASHMINA.....	3
E. Apa Dasar Pembentukan PASHMINA.....	5
F. Apa Maksud dan Tujuan PASHMINA	9
G. Siapa Penerima Manfaat PASHMINA	9
H. Apa Ruang Lingkup PASHMINA	9
BAB II PANDUAN PELAKSANAAN.....	11
A. Apa Gambaran umum kegiatan PASHMINA.....	11
B. Bagaimana Alur Pembentukan PASHMINA.....	15
C. Bagaimana Rekrutmen Kader dan Remaja PASHMINA	16
D. Apa Syarat Menjadi Motivator PASHMINA.....	17
E. Apa Syarat Menjadi Kader PASHMINA.....	17
F. Apa Syarat Menjadi <i>Volunteer</i> /Relawan PASHMINA	18
G. Apa Kurikulum Pelatihan Motivator, Kader/Relawan PASHMINA?.....	18
H. Bagaimana Cara membangun Jaringan Kerjasama	22
BAB III PENYELENGGARAAN TEKNIS	24
A. Waktu	24
B. Tempat.....	24
C. Peralatan dan Logistik	24
D. Anggaran Biaya Pelaksanaan PASHMINA	25
E. Tugas dan Tanggung Jawab.....	25
F. Pembiayaan.....	26
G. Pencatatan dan Pelaporan	27
Lampiran.....	28

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahim

Assalaamu'alaikum Wr.Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa memberi keringanan kita dalam beramar ma'ruf nahi munkar. Shalawat serta salam tercurah pada sang uswah Nabi Muhammad SAW yang membawa ummatnya dari zaman kegelapan menuju zaman pencerahan.

Nasyiatul Aisyiyah sebagai bagian dari gerakan dakwah Islam hari ini dan selanjutnya diuji dengan tantangan baru dan besar, yakni bagaimana membebaskan, memberdayakan, dan memajukan umat Islam maupun masyarakat Indonesia dari berbagai keteringgalan menuju kehidupan yang berkemajuan di segala bidang. Tantangan gerakan Islam menjadi lebih berat ketika berhadapan dengan misi gerakan agama lain yang lebih progresif dan sistematis di tengah kondisi kehidupan aktual yang semakin kompleks, yang menuntut kehadiran gerakan-gerakan Islam yang bersifat alternatif. Nasyiah dalam rentang usia 17 sampai 40 tahun harus menjawab salah satu problema mendasar yakni kesehatan remaja. Dari para aktivis Nasyiatul Aisyiyah di Kota Yogyakarta muncullah gagasan kesehatan kesehatan yang terintegrasi melalui Pelayanan Remaja Sehat Milik Nasyiatul Aisyiyah (PASHMINA). Ide besar ini kemudian terus dikembangkan dan ditawarkan menjadi sebuah program nasional oleh Pimpinan Pusat Nasyiatul Aisyiyah untuk dapat direplikasi di seluruh Indonesia.

Buku Panduan Pashminaditerbitkan untuk menjadi pedomantatakelola kelembagaan ketatalaksanaan dan Sumber Daya Manusia. Materi dalam buku ini disusun meliputi bagaimana remaja mengembangkan diri, bertukar pikiran tentang kesehatan dan kesehatan

reproduksi, konsultasi psikologi yang terdiri atas pos layanan kesehatan meliputi layanan indeks masa tubuh dan pemeriksaan kadar HB, pos konsultasi kesehatan reproduksi, pos konseling dan pos makanan bergizi, serta pos edukasi.

Semoga terbitnya buku ini mampu menjadi kontribusi untuk menggerakkan Nasyiah di akar rumput melalui komunitas yang sekaligus sebagai sarana melakukan proses kaderisasi tiada henti. Bekerja digemari, terdidik tiap hari, salah satunya melalui Pelayanan Remaja Sehat Milik Nasyiatul Aisyiyah. Segala kritik dan saran untuk perbaikan buku ini di masa yang akan mendatang kami sambut dengan terbuka.

Al Birru Manittaqa

Wassalaamu'alaikum Wr. Wb.

Ketua Umum

Norma Sari, S.H.,M.Hum.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Apa itu PASHMINA

PASHMINA merupakan wadah berkumpulnya para remaja dalam mengembangkan diri, bertukar pikiran tentang kesehatan dan kesehatan reproduksi, konsultasi psikologi yang terdiri atas pos layanan kesehatan meliputi layanan indeks masa tubuh dan pemeriksaan kadar HB, pos konsultasi kesehatan reproduksi, pos konseling dan pos makanan bergizi, serta pos edukasi.

B. Bagaimana sejarah lahirnya PASHMINA

Inisiatif pembentukan PASHMINA diawali dari kebutuhan dakwah Nasyiatul Aisyiyah yang didasarkan pada problem maupun kebutuhan nyata perempuan muda, sehingga dakwah Nasyiatul Aisyiyah dapat dirasakan manfaat langsungnya dan menjangkau segmen dakwah yang lebih luas. Dari pemetaan problem maupun kebutuhan didapati bahwa problem kesehatan reproduksi yang dialami remaja salah satunya dipicu oleh minimnya akses informasi maupun konsultasi tentang kesehatan reproduksi yang terjangkau oleh remaja. Berdasarkan kondisi tersebut, Nasyiatul Aisyiyah kemudian terpanggil untuk menyediakan akses informasi dan konsultasi terkait kesehatan reproduksi di komunitas, seperti di kampung-kampung agar terjangkau secara geografis oleh para remaja.

Layanan informasi dan konsultasi ini berbasis pos-pos yang disesuaikan dengan kebutuhan para remaja. Muncullah kemudian ide pos layanan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang mendukung pertumbuhan kesehatan fisik remaja, pos layanan pemeriksaan kadar Hemoglobin (HB), pos konseling kesehatan reproduksi, pos konseling sesuai kebutuhan remaja

yang sedang berada dalam fase psikologis tertentu, pos gizi remaja, dan pos edu sebagai ruang edukatif bagi remaja. Keberadaan pos-pos tersebut kemudian memunculkan penamaan 'Posyandu Remaja' sebelum kemudian berganti nama menjadi PASHMINA.

Mengingat kegiatan Posyandu Remaja diinisiasi dan dikerjakan oleh Nasyyatul Aisyiyah yang dalam beberapa hal bersinergi dengan amal usaha Muhammadiyah-'Aisyiyah, seperti mahasiswi Stikes 'Aisyiyah atau Universitas Muhammadiyah, maka dibutuhkan penamaan sebagai identitas gerakan Nasyyatul Aisyiyah di komunitas. Sampai kemudian muncullah nama 'PASHMINA' yang berarti Pelayanan Remaja Sehat Milik Nasyyatul Aisyiyah (PASHMINA). Pemilihan kata 'PASHMINA' juga mempertimbangkannya sebagai salah satu ikon yang melekat para perempuan muslim.

C. Mengapa PASHMINA Penting Diadakan?

- Remaja merupakan individu yang sedang berada dalam masa transisi kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini remaja mengalami perkembangan fisik, psikologis, dan sosial. Perkembangan fisik meliputi: perubahan payudara pada perempuan, perubahan suara pada pria, tumbuh jakun dan sebagainya.
- Pada aspek psikologis remaja sering mengalami keragu-raguan, kecewa, dan tidak stabil secara emosi. Sedangkan secara sosial mudah terpengaruh teman yang memiliki sifat dan kualitas psikologis yang sama dengan dirinya, misalnya sama hobi, minat, sikap, nilai-nilai, dan kepribadiannya. Perkembangan yang cukup rawan pada remaja adalah sikap *conformity* yaitu kecenderungan untuk menyerah dan mengikuti bagaimana teman sebayanya berbuat, termasuk dalam praktik gaya hidup negatif yang mempengaruhi kepribadian remaja.

Kondisi ini menjadi tanggungjawab bersama khususnya Nasyyiatul Aisyiyah sebagai organisasi perempuan yang menaruh perhatian pada remaja perempuan dalam menyikapi permasalahan remaja. Sebagaimana tercantum dalam al-Qur'an surat an-Nisa ayat 9:

وَالْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَافًا
خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٩﴾

Artinya:

“Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap (kesejahteraan) mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertakwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.”

- Kualitas kesehatan remaja akan menentukan kualitas generasi masa depan. Namun pada kenyataannya di Indonesia pengetahuan remaja tentang kesehatan khususnya kesehatan reproduksi masih minim yang menyebabkan remaja rentan dengan masalah. Sementara kesehatan reproduksi merupakan salah satu indikator untuk melihat kualitas kesehatan remaja. Masalah kesehatan reproduksi pada remaja merupakan masalah yang serius.
- Banyaknya kasus-kasus akibat perilaku seksual yang menyimpang seperti diberitakan media massa, angka kriminalitas yang tinggi terkait dengan perkosaan, juga meningkatnya jumlah remaja perempuan yang mengalami kehamilan tidak diinginkan sehingga jumlah dispensasi perkawinan meningkat dari tahun ke tahun. Data lainnya dari Kementerian Komunikasi dan Informatika, setiap tahun peringkat tersebut selalu meningkat. Sedangkan riset terbaru Norton

Online Family 2010 menunjukkan 96 persen anak-anak Indonesia pernah mengakses konten negatif di internet.

- Data Komisi Nasional Perlindungan Anak pada tahun 2012 tentang masalah remaja yang beresiko menunjukkan bahwa terdapat 2.637 kasus kekerasan pada anak. Tahun 2013, sebanyak 730 kasus kekerasan pada anak tergolong kepada kekerasan seksual. Di bidang kesehatan, tercatat sekitar 900 ribu anak Indonesia termasuk ke dalam kategori gizi buruk. Perilaku berisiko remaja lainnya yaitu pengguna Narkoba, HIV/AIDS dan kehamilan tidak diinginkan. Demikian pula Kasus HIV/AIDS sudah mencapai 8.914 orang, dan separuh dari kasus tersebut dialami oleh kelompok remaja (umur 15-19=2,7%, umur 20-29=54,7%). Dengan demikian, penting bagi remaja untuk memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi agar remaja mampu menjaga kesehatan tubuhnya dan dirinya dengan baik.
- Sebagaimana telah dinyatakan dalam UU No.36 tahun 2009 tentang Kesehatan bahwa pengertian kesehatan yaitu keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Begitu juga makna Kesehatan Reproduksi pada pasal 71 ayat (1): kesehatan reproduksi merupakan keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi pada laki-laki dan perempuan. Pasal 72 butir d. menyatakan bahwa setiap orang berhak: memperoleh informasi, edukasi, dan konseling mengenai kesehatan reproduksi yang benar dan dapat dipertanggungjawab. Maka dari itu, sebagai bentuk tanggung jawab sosial dalam membina remaja dengan segala permasalahannya diperlukan adanya sistem pembentukan karakter remaja yang

memiliki perspektif terhadap kesehatan dan pengembangan kualitas diri.

- Agar generasi muda lebih maju, dibutuhkan generasi muda yang berkualitas melalui peningkatan kapasitas remaja, salah satunya dalam bentuk kegiatan PASHMINA. Dengan adanya kegiatan remaja atau dengan tersedianya kegiatan pada remaja diharapkan remaja mendapatkan informasi tentang kesehatan, skill dan pengembangan diri. Oleh karena itu untuk menjawab kebutuhan remaja Nasyyiatul Aisyiyah mendorong kegiatan remaja melalui program Pelayanan Remaja Sehat Milik Nasyyiatul Aisyiyah (PASHMINA).

D. Apa Konsep Remaja Sehat PASHMINA?

- Remaja Pashmina adalah remaja yang paham dan mempraktikkan perilaku sehat, khususnya terkait kesehatan reproduksi.
- Mempunyai mental tangguh yang selalu berpegang teguh pada agama.
- Remaja berwawasan yang mampu mengembangkan potensi diri, bermanfaat bagi sekitar dengan menjadi solusi dan memberi pengaruh positif bagi teman sebaya, menciptakan lingkungan sehat yang kondusif serta menjadi generasi penerus bangsa yang mampu menjawab tantangan perubahan.

E. Apa Dasar Pembentukan PASHMINA?

- Q.S. An-Nisaa: 09

وَلْيَخْشَ الَّذِينَ لَوْ تَرَكَوْا مِنْ خَلْفِهِمْ ذُرِّيَّةً ضِعَافًا
خَافُوا عَلَيْهِمْ فَلْيَتَّقُوا اللَّهَ وَلْيَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٩﴾

Artinya:

“Dan hendaklah takut kepada Allah orang-orang yang seandainya meninggalkan dibelakang mereka anak-anak yang lemah, yang mereka khawatir terhadap kesejahteraan mereka. Oleh sebab itu hendaklah mereka bertaqwa kepada Allah dan hendaklah mereka mengucapkan perkataan yang benar.

Ayat ini menjadi dasar kewajiban setiap kita untuk turut menjaga kesehatan, mendidik karakter remaja, membekali remaja dengan ketrampilan, wawasan, akidah, dan akhlak kharimah yang nantinya akan sangat bermanfaat untuk kehidupan masa yang akan datang saat remaja menjadi pribadi dewasa.

- Q.S. An-Nuur: 30

قُلْ لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوْا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوْا فُرُوْجَهُمْ ذٰلِكَ اَزْكٰى لَهُمْ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا يَصْنَعُوْنَ ﴿٣٠﴾

Artinya:

“Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya, yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat.”

Ayat ini menjadi pedoman dalam pergaulan antara laki-laki dan perempuan yang bukan Mahrom. Ayat ini pula memberikan inspirasi perlunya pendirian PASHMINA mengingat masa remaja merupakan masa peralihan yang sangat rentan dalam pergaulan. Dengan hadirnya PASHMINA diharapkan akan mampu memberikan pengertian kepada remaja laki-laki dan perempuan untuk menghargai dirinya dan menjaga kemaluannya hingga mereka siap saat dewasa.

- Undang-Undang Dasar 1945 Pasal 28H ayat 1
 “Setiap orang berhak hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal dan mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat serta berhak memperoleh pelayanan kesehatan.” Pada pasal ini, negara telah menjamin hak setiap warga negara diantaranya hak untuk hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal, dan mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat, serta hak untuk memperoleh kesehatan. Nasyiatul Aisyiyah sebagai organisasi perempuan elemen masyarakat sipil terpanggil untuk menyelenggarakan PASHMINA sebagai wadah mendekatkan layanan bagi remaja khususnya terkait kesehatan reproduksi, dan menjadi lingkungan yang baik dan sehat bagi remaja.
- UU No 36 Tahun 2014 tentang Kesehatan
 Menurut pasal 1, kesehatan yaitu keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara social dan ekonomis. Berangkat dari pengertian kesehatan dalam UU ini, maka PASHMINA didirikan untuk dapat membangun kesehatan remaja secara fisik, mental, spiritual, dan social dengan mempertimbangkan sifat dan ciri remaja yang dinamis. Dengan demikian akan tumbuh remaja yang sehat baik dari aspek kesehatan fisik, aspek ilmu, ekonomi, dan sehat dalam berperilaku sesuai ajaran Quran dan sunnah.
 Menurut UU Kesehatan No 36 Tahun 2009 Bab VI mengenai Upaya Kesehatan pasal 47 && 48, upaya kesehatan diselenggarakan dalam bentuk kegiatan dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang dilaksanakan secara terpadu, menyeluruh, dan

berkesinambungan. PASHMINA sebagai wadah layanan bagi remaja, menjadi salah satu upaya promotif maupun preventif bagi remaja dalam mencegah *free sex*, penyalahgunaan narkoba, gangguan kesehatan reproduksi, HIV/AIDS, dsb.

- AD/ART NAsyiatul Aisyiyah tentang Lembaga Pembantu Pimpinan yang didetailkan melalui SK Mekanisme Lembaga No 48/PPNA/I/SK/IV/2011.

Anggaran Dasar Pasal 23 ayat 1) Lembaga adalah Unsur Pembantu Pimpinan yang melaksanakan program dan kegiatan pendukung yang tidak dapat ditangani secara langsung oleh pimpinan sesuai dengan bidang yang berkembang di masyarakat, 2) Ketentuan tentang lembaga diatur lebih lanjut dalam Anggaran Rumah Tangga.

ART Pasal 47 mengenai ketentuan lembaga, 1) Lembaga dapat dibentuk di semua tingkatan Pimpinan, 2) Kedudukan lembaga berada di luar struktur pimpinan, 3) Lembaga bertanggung jawab kepada pimpinan di setiap tingkatan.

Menurut SK tersebut, lembaga PASHMINA merupakan pelaksana fungsi social kemasyarakatan NA yang bergerak di bidang pendidikan, kesehatan, social kemasyarakatan, dakwah dan pengkaderan yang tidak bertentangan dengan visi misi Nasyiatul Aisyiyah. PASHMINA merupakan bagian dari organisasi NA dan berada di bawah koordinasi pimpinan organisasi. Berdasarkan SK tersebut, maka PASHMINA dapat berbentuk badan hukum di mana Nasyiatul Aisyiyah sebagai pemilik dan pendiri yang dicantumkan dalam akte badan hukumnya, sehingga nama PASHMINA diambil agar dapat mengandung unsur Nasyiatul Aisyiyah dalam nama, logo, *tagline*, atau visi dan misinya.

F. Apa Maksud dan Tujuan PASHMINA?

Menciptakan Remaja Sehat, Unggul, dan Berakhlak Mulia dalam rangka mewujudkan masyarakat Islam yang sebenar-benarnya, dengan:

1. Meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja.
2. Mendekatkan layanan kesehatan sesuai kebutuhan remaja.
3. Membiasakan perilaku hidup sehat islami pada remaja masa kini.
4. Menjadikan remaja sebagai pelaku aktif pengelolaan PASHMINA.
5. Tumbuhnya kualitas remaja yang sehat jasmani dan rohani.
6. Terbentuknya wadah pergaulan dan ajang pengembangan kreatifitas remaja.
7. Terbentuknya karakter remaja yang memiliki kecerdasan, kepribadian holistik, dan berakhlak Islami dalam memajukan bangsa Indonesia.

G. Siapa Penerima Manfaat PASHMINA?

Penerima manfaat atau peserta PASHMINA adalah remaja umum putra dan putri.

H. Apa ruang lingkup kegiatan PASHMINA?

1. Ruang Lingkup Substansi

Ruang lingkup Kegiatan PASHMINA meliputi upaya pengembangan remaja dan kesehatan remaja yang mencakup upaya *edukatif-preventif*, *konsultatif*, *partisipatif* dan *rekreatif*. Berikut ini adalah penjelasan tentang ruang lingkup kegiatan PASHMINA:

- a. *Edukatif-prefentif*, diwujudkan dalam seluruh aspek kegiatan, bahwasanya PASHMINA sebagai wadah berkumpul remaja merupakan arena belajar. Dalam setiap pos mengandung unsur

edukasi untuk remaja, serta pencegahan atas diri remaja pada perilaku, kondisi, dan lingkungan yang tidak sehat.

- b. *Konsultatif*, komunikasi dalam pelayanan pos PASHMINA bersifat dua arah, di mana setiap petugas pos memiliki kewajiban untuk membuka diri pada remaja, menerima, dan berbagi cerita serta keluhan remaja. Tidak hanya itu saja, sebagai wadah remaja maka PASHMINA juga menjadi ajang berbagi antar peserta.
 - c. *Partisipatif*, dalam PASHMINA, pelayanan dilaksanakan oleh tenaga kesehatan dan penggerak remaja. Kegiatan dilakukan berdasarkan pendekatan partisipasi remaja dan masyarakat disesuaikan dengan kondisi dan potensi remaja setempat.
 - d. *Rekreatif*, sesuai dengan karakter remaja yang dinamis aktif, mudah bosan, maka PASHMINA menjadi wadah remaja yang *homy*, nyaman, dan menjadikan remaja bisa mengaktualisasikan serta mengekspresikan diri.
2. Apa Ruang Lingkup Wilayah PASHMINA?

Kegiatan Ini merupakan Badan Usaha Amal Nasyiatul Aisyiyah non profit dan dilaksanakan pada tingkat Ranting/Cabang/Daerah/Wilayah Nasyiatul Aisyiyah. Kegiatan ini juga dapat dilaksanakan oleh kelompok komunitas berbasis profesi, berbasis hobi, berbasis sekolah ataupun berbasis kesamaan wilayah dengan koordinasi Pimpinan Ranting/Cabang/Daerah/Wilayah Nasyiatul Aisyiyah.

BAB II

PANDUAN PELAKSANAAN KEGIATAN

A. Apa Gambaran Umum Kegiatan PASHMINA?

- PASHMINA merupakan bentuk pelayanan kesehatan bagi remaja umum putra dan putri yang dilaksanakan Pimpinan Ranting/Cabang/Daerah/Wilayah pada waktu dan tempat yang telah disepakati bersama kader PASHMINA setempat.
- PASHMINA dapat dilaksanakan satu bulan sekali pada pagi, siang, atau sore dengan estimasi waktu yang cukup untuk pelayanan 6 pos PASHMINA.
- PASHMINA dapat diselenggarakan di rumah pribadi kader/pimpinan, komplek mushola/masjid, balai warga, gedung serba guna, gedung PRM/PCM/PDM/PWM dan area terbuka.
- Lingkup keterlibatan PASHMINA cukup luas untuk masyarakat sekitar. Tidak hanya remaja yang terlibat menjadi peserta, ibu-ibu dapat berperan menjadi donatur atau penyedia makanan bergizi. Selain itu masyarakat bisa menjadi *volunteer*/relawan atau narasumber. Dengan adanya kerjasama dari masyarakat tempat berlangsungnya PASHMINA, diharapkan dapat menciptakan lingkungan sehat yang kondusif.
- Kegiatan PASHMINA meliputi 6 Pos Layanan, yaitu:
 1. Layanan Indeks Massa Tubuh
 2. Layanan Pemeriksaan Kadar HB
 3. Layanan Konseling Kesehatan Reproduksi
 4. Layanan Konseling Psikologi
 5. Layanan Makanan Bergizi

6. Pos Edu

Berikut ini adalah penjelasan tentang pos layanan PASHMINA:

1. Layanan IMT

Para remaja melakukan pengukuran tinggi badan, penimbangan berat badan, sehingga dapat diketahui berat badan ideal sesuai tumbuh kembang usia remaja. Selain itu dilakukan pemeriksaan tensi. Pengalaman tim PASHMINA selama melakukan layanan, para remaja cukup antusias melakukan layanan IMT, dan kebanyakan remaja tidak mengetahui berat badan ideal sesuai tumbuh kembang usia remaja.

2. Layanan pemeriksaan kadar HB

Pemeriksaan kadar HB dilakukan untuk mengetahui kadar HB remaja, mengingat kebanyakan remaja putri cenderung memiliki Kadar HB rendah, sedangkan kadar HB merupakan aspek penting untuk keperluan jangka panjang kesehatan reproduksi perempuan. Pengalaman Tim PASHMINA selama melakukan layanan, kadar HB remaja putri cenderung rendah, sedangkan sebelumnya mereka tidak mengetahui kadar HB masing-masing, dan belum mengetahui cara meningkatkan kadar HB bagi mereka yang mempunyai kadar HB rendah.

3. Layanan konseling dan pemeriksaan KESPRO

Remaja dapat melakukan konseling kesehatan reproduksi, dan jika diperlukan dapat langsung melakukan pemeriksaan. Belum semua remaja mendapatkan informasi dasar tentang kesehatan reproduksi remaja, ditambah lagi para remaja cenderung kurang terbuka pada problem kesehatan reproduksi yang dialaminya. Untuk itu, petugas layanan lebih bersikap persuasif agar para remaja mulai terbuka pada problem kesehatan reproduksi yang dialaminya maupun informasi

kesehatan reproduksi remaja yang ingin diketahuinya. Pengalaman Tim PASHMINA di lapangan, para remaja cenderung tidak terbuka pada persoalan kesehatan reproduksi mereka, meski sejatinya para remaja mempunyai keresahan tentang kesehatan reproduksinya, seperti nyeri haid, tidak lancarnya siklus haid, dan keputihan. Petugas pos layanan melakukan pendekatan agar para remaja lebih terbuka atau mau menyatakan problem kesehatan reproduksinya.

4. Layanan konseling psikologi

Definisi sehat bukan saja sehat dalam artian fisik, tapi juga menyangkut kesehatan non fisik baik psikologis dan spiritualitas. Berknaan dengan kebutuhan tersebut, Tim PASHMINA mengadakan layanan konsultasi psikologi bagi para remaja karena remaja sedang berada pada masa transisi antara fase anak menuju fase dewasa. Pada tahap ini, remaja sedang mengalami proses menemukan identitas diri dan cenderung labil. Pengalaman Tim Psikologi PASHMINA, para remaja cukup antusias menggunakan layanan konseling psikologi, dan ternyata mereka mempunyai persoalan personal baik yang menyangkut teman, sekolah, maupun kecenderungan orangtua membatasi aktifitas.

5. Layanan makanan bergizi

Kesehatan tubuh sangat ditentukan antara lain dari konsumsi makanan atau minuman yang masuk ke dalam tubuh. Sedangkan pengetahuan remaja tentang pentingnya makanan bergizi serta kandungan gizi makanan cenderung rendah. Hal ini ditambah lagi dengan maraknya penjualan makanan tidak sehat di sekitar mereka dan gaya hidup konsumsi makanan instan. Pada pos layanan makanan bergizi, para remaja selain mendapatkan makanan atau minuman bergizi, juga mendapatkan tips seputar konsumsi makanan sehat

maupun kandungan makanan dan minuman bergizi. Contoh menu : bubur kacang hijau, pudding tela ungu, pie buah, tahu bakso ikan tuna dan lain sebagainya.

6. Pos EDU

Di setiap penyelenggaraan layanan, Tim PASHMINA tidak hanya melakukan layanan kesehatan, tapi juga kegiatan yang bersifat edukatif yang disukai para remaja, bisa berupa nonton film, kriya remaja, bermain musik, berenang, bermain futsal, memanah dan obrolan santai remaja dengan berbagai macam tema seperti mengenal problem kespro remaja, menjadi remaja kreatif, maupun tema lainnya sesuai minat dan kebutuhan para remaja setempat.

Contoh Tema Dakwah Remaja:

- a. Menyikapi rasa cinta kepada Islam
- b. Bersuci setelah masa menstruasi
- c. Berkah Pergaulan yang positif
- d. Bersikap Jujur: *Say No* pada Korupsi
- e. Jihad dalam belajar adalah tidak menyontek
- f. Adab pergaulan antar kawan
- g. Kewajiban anak pada orang tuanya
- h. Sukses dalam kaca mata Islam
- i. Konsep Remaja Gaul dalam Islam
- j. Tawuran vs Jihad
- k. Adab-adab remaja yang sudah baligh

Apa Jargon/Tagline PASHMINA?

PASHMINA menggunakan jargon: *“Remaja Sehat, Generasi Hebat.”*

Jargon ini muncul, karena jika remaja sehat, baik sehat fisik maupun non

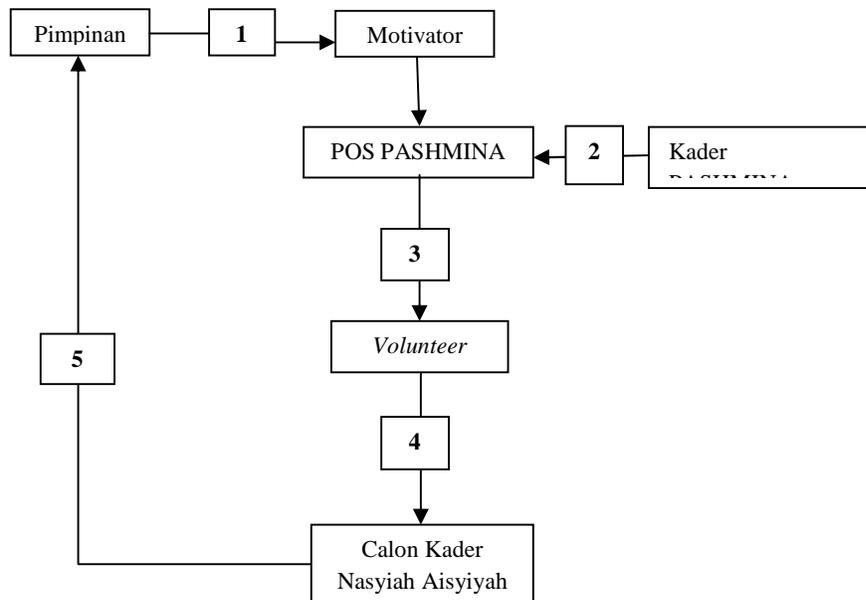
fisik, para remaja akan lebih mempunyai kesempatan untuk memaksimalkan potensinya, sehingga menjadi generasi Indonesia hebat.

Siapa Sahabat PASHMINA?

- Sahabat adalah istilah bagi para kader PASHMINA. Untuk menjadi Sahabat PASHMINA, para remaja terlebih dahulu mengikuti Pelatihan Motivator Muda Kesehatan Reproduksi Remaja, untuk kemudian dapat menjadi pengelola kegiatan PASHMINA.
- Para pengelola PASHMINA ini akan terlibat secara aktif menyiapkan penyelenggaraan posyandu secara teknis, menjadi konselor sebaya, termasuk juga membantu petugas pada pos-pos layanan.

B. Bagaimana Alur Pembentukan PASHMINA?

Nasyiatul Aisyiyah merupakan pelopor, pelangsup, dan penyempurna Muhammadiyah, maka PASHMINA juga memiliki tujuan akhir dalam pengkaderan Nasyiatul Aisyiyah dan Muhammadiyah. Berikut alur bagan Pembentukan PASHMINA dan Pengkaderan Nasyiatul Aisyiyah:



Keterangan:

1. Pelatihan Motivator
2. Pelatihan Kader
3. Pelatihan Relawan
4. *Welcome Meeting* Nasyiatul Aisyiyah
5. Darul Arqom Nasyiatul Aisyiyah

C. Bagaimana Rekrutmen Kader dan Relawan PASHMINA?

Rekrutmen kader dilakukan dengan melakukan promosi dan publikasi yang menarik bagi remaja oleh Pimpinan Ranting/Cabang/Daerah/Wilayah setempat. Sementara rekrutmen *volunteer* dapat dilakukan secara internal maupun eksternal. Secara internal melalui ajakan kepada kader-kader yang mempunyai minat dan keahlian

bidang konseling dan kesehatan. Secara eksternal dilakukan terbuka seperti melalui *open house* PASHMINA, *open recruitment volunteer*, dan atau bisa dilakukan dengan menjalin kerjasama pada lembaga pendidikan tinggi, penyedia layanan kesehatan, lembaga penggerak remaja dan kesehatan, seperti Fakultas Psikologi/Kedokteran/Keperawatan/Kesehatan Masyarakat, Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik 'Aisyiyah-Muhammadiyah, PIK-KRR, PELITA BKKBN, dan lain sebagainya.

D. Apa Syarat Menjadi Motivator PASHMINA?

Motivator adalah pimpinan Nasyiatul Aisyiyah yang diberikan tanggung jawab untuk berkoordinasi membentuk dan mendampingi PASHMINA. Syarat menjadi motivator adalah:

- 1) Beragama Islam
- 2) Pimpinan Ranting/Cabang/Daerah/Wilayah
- 3) Sehat jasmani dan Rohani
- 4) Usia antara 17-30 tahun
- 5) Memiliki jiwa kepemimpinan dan berwawasan luas dan kreatif
- 6) Mempunyai ketertarikan pada dunia remaja
- 7) Sudah pernah mengikuti Pelatihan Motivator

E. Apa Syarat Menjadi Kader (Sahabat) PASHMINA?

Kader/sahabat PASHMINA adalah remaja yang telah mengikuti kegiatan PASHMINA minimal selama 1,5 tahun dan memiliki kemauan untuk berpartisipasi mengelola penyelenggaraan kegiatan PASHMINA. Syarat menjadi Kader/Sahabat PASHMINA adalah:

- 1) Beragama Islam
- 2) Telah mengikuti PASHMINA minimal 1,5 tahun
- 3) Sehat jasmani dan Rohani

- 4) Usia antara 15-22 tahun
- 5) Memiliki komitmen dan dedikasi menggerakkan remaja sebaya
- 6) Mempunyai ketertarikan pada dunia remaja
- 7) Sudah pernah mengikuti Pelatihan Kader

F. Apa Syarat Menjadi Relawan PASHMINA?

Volunteer atau relawan adalah orang atau siapa saja yang memiliki niat bergiat dalam penyelenggaraan kegiatan PASHMINA. Syarat menjadi relawan adalah:

- 1) Beragama Islam
- 2) Sehat jasmani dan Rohani
- 3) Usia antara 17-30 tahun
- 4) Memiliki minat dan keahlian dalam konseling atau kesehatan
- 5) Mempunyai ketertarikan pada dunia remaja
- 6) Sudah pernah mengikuti Pelatihan *Volunteer*
- 7) Mengisi form kesediaan dan kesanggupan menjadi *Volunteer*

G. Apa Kurikulum Pelatihan Motivator, Kader/Relawan PASHMINA?

Program	Materi	Indikator
Pelatihan Motivator	Psikologi Remaja	Motivator mampu memahami karakter remaja, permasalahan, dan impian masa depannya.
		Motivator mampu membina remaja dalam menghargai diri secara fisik, psikis, dan ruhani
	Fiqih Al Ma'un	Motivator memahami: 1) konsep Amal al-Maun, yakni berupa penguatan dan pemberdayaan kekayaan fisik, moral, spiritual, ekonomi, sosial, dan lingkungan. 2) Pilar Amal al-Maun yang terdiri atas rangkaian berkhidmat

	<p>kepada yang yatim, miskin, mewujudkan nilai-nilai ibadah (sholat), memurnikan niat, menjauhi riya, dan membangun kemitraan yang berdayaguna.</p> <p>Motivator mampu mengajak untuk mengaktualisasikan konsep amal al-Ma'un.</p>
Fiqih Remaja	Motivator mampu mengenalkan ciri-ciri Akil Baligh kepada remaja.
	Pimpinan Motivator mampu memberi pemahaman hukum-hukum pergaulan remaja.
	Pimpinan Motivator mampu membina remaja dalam merawat diri.
Kesehatan Reproduksi perspektif Nasyyatul Aisyiyah	Pimpinan Motivator mampu menjelaskan tentang kesehatan reproduksi.
Pemberdayaan remaja	Pimpinan Motivator mengetahui tehnik pemberdayaan remaja.
Manajemen Organisasi dan pengelolaan Posyandu Remaja	Pimpinan Motivator mampu mengetahui sistem pengelolaan sistem posyandu remaja.
	Pimpinan Motivator mampu mengelola posyandu remaja di wilayahnya.
Kreatifitas Remaja (Tujuan Untuk Publikasi dan Eksistensi)	Pimpinan Motivator mampu menampung mimpi-mimpi remaja dalam bentuk kreatifitas remaja.
	Pimpinan motivator mampu memberdayakan kreatifitas remaja sebagai ajang publikasi dan eksistensi misi posyandu remaja.
Jejaring dan Kerjasama	Pimpinan Motivator mampu melakukan negosiasi dalam menjalin kerjasama

		dengan instansi lain untuk kegiatan PASHMINA.
Pelatihan Kader	Psikologi Remaja	setiap Kader mampu memahami karakter Remaja, permasalahan dan impian masa depannya.
		Setiap kader mampu mengenalkan ciri-ciri Akil Baligh kepada remaja.
	Fiqih Al Ma'un	Memahamkan kerangka kerangka konsep Amal Al Maun, yakni berupa penguatan dan pemberdayaan kekayaan fisik, moral, spiritual, ekonomi, sosial, dan lingkungan. Sementara itu, pilar Amal Al-Maun terdiri atas rangkaian berkhidmat kepada yang yatim, miskin, mewujudkan nilai-nilai ibadah (sholat), memurnikan niat, menjauhi riya, dan membangun kemitraan yang berdayaguna.
		Mengajak untuk mengaktualisasikan konsep amal Al Ma'un.
	Fiqih Remaja	Setiap Kader mampu mengenali ciri-ciri Akil Baligh Remaja.
		Setiap kader mampu memahami hukum pergaulan remaja.
		Setiap Kader mampu merawat diri sendiri.
	Kesehatan Reproduksi perspektif Nasyiatul Aisyiyah	Setiap kader mampu memahami tentang kesehatan reproduksi.
Manajemen Posyandu Remaja	Setiap kader mamiliki tanggungjawab untuk mengelola unit kesehatan.	
Kreatifitas Remaja (Tujuan	Setiap kader mampu meningkatkan kreativitasnya.	

	Untuk Publikasi dan Eksistensi)	Setiap kader mampu mengekspresikan kreatifitasnya pada hal-hal yang positif.
		Setiap kader mampu membuat publikasi.
	Pendidikan remaja Sebaya	Setiap Kader mampu membawa misi Remaja Sehat.
Pelatihan Volunteer	Psikologi Remaja	<i>Volunteer</i> mampu memahami karakter Remaja, permasalahan dan impian masa depannya.
		<i>Volunteer</i> mampu mengenalkan ciri-ciri Akil Baligh kepada remaja.
		<i>Volunteer</i> mampu membina remaja dalam menghargai diri secara fisik, psikis, dan ruhani.
	Fiqih Al Ma'un	Memahami kerangka kerangka konsep Amal Al Maun, yakni berupa penguatan dan pemberdayaan kekayaan fisik, moral, spiritual, ekonomi, sosial, dan lingkungan. Sementara itu, pilar Amal Al-Maun terdiri atas rangkaian berkhidmat kepada yang yatim, miskin, mewujudkan nilai-nilai ibadah (sholat), memurnikan niat, menjauhi riya, dan membangun kemitraan yang berdayaguna.
		Mengajak untuk mengaktualisasikan konsep amal Al Ma'un.
	Fiqih Remaja	<i>Volunteer</i> mampu mengenalkan ciri-ciri Akil Baligh kepada remaja.
		<i>Volunteer</i> mampu memberi pemahaman hukum-hukum pergaulan remaja.
		<i>Volunteer</i> mampu membina remaja dalam merawat diri.
	Kesehatan Reproduksi perspektif	<i>Volunteer</i> mampu menjelaskan tentang kesehatan reproduksi.

	Nasyiatul Aisyiyah	
	Tehnik konseling	<i>Volunteer</i> mampu memahami tehnik konseling yang tepat.
	Pelayanan Prima	<i>Volunteer</i> mampu memberikan pelayanan prima.
	Manajemen dan Pengelolaan pashmina	Volunter mampu memahami konsep dan alur kegiatan PASHMINA.

H. Bagaimana Cara Membangun Jaringan Kerja Sama?

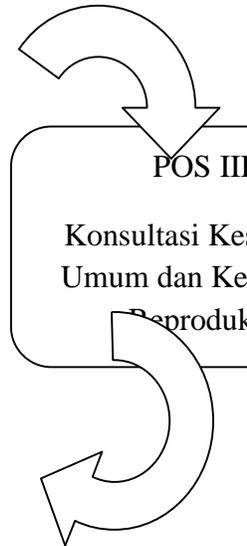
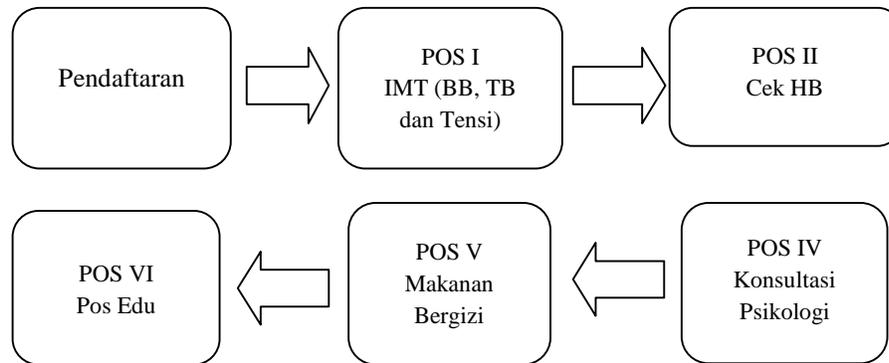
1. Susun Rencana Pengembangan Pashmina, Petakan Potensi dan Kebutuhan
2. Petakan pemangku kepentingan atau para pihak yang dapat memberikan dukungan atau bersinergi dengan kegiatan PASHMINA
3. Bekerjasama dengan lembaga yang terkait layanan PASHMINA seperti tenaga kesehatan, konselor psikologi, muballighat, dan narasumber/*trainee* untuk memperkaya materi pos edu.
4. Bentuk kerjasama lain dapat berupa: 1) pengadaan Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) terkait layanan Pos PASHMINA, Publikasi PASHMINA melalui media cetak (*leaflet/flyer, pamflet*), media elektronik (sms dan media sosial), sosialisasi langsung kepada remaja setempat. 2) Kerja sama penyelenggaraan paket pelatihan yaitu: Pelatihan Motivator, Kader, dan *Volunteer*/relawan. 3) Kerja sama pendanaan dengan mitra lain sesuai dengan visi dan misi Nasyiatul Aisyiyah.
5. Kerja sama dilakukan secara resmi melalui MoU sesuai dengan AD/ART yang ditetapkan PPNA.

Catatan:

Pemetaan pemangku kepentingan untuk kepentingan membangun kerjasama dapat dibantu dengan analisis stake holder sebagai berikut:

Pemangku Kepentingan	Potensi Sumber Daya	Bentuk Kerjasama	Strategi Membangun Kerjasama	PJ
<i>Contoh: Organisasi Mahasiswa/I Fakultas Psikologi</i>	<i>Kemampuan melakukan konseling psikologi</i>	<i>Penyedia layanan pada Pos Konseling Psikologi Remaja</i>	<i>Audiensi dan Lobi dengan Pengelola Fakultas Psikologi</i>	<i>Siti</i>

BAB III
PENYELENGGARAAN TEKNIS



A. WAKTU

1. Kategori Silver: paket materi diseleenggarakan secara rutin dalam waktu 1 tahun.
2. Kategori Gold: paket materi diseleenggarakan secara rutin dalam waktu 6 bulan.
3. Kategori Diamond: paket materi diseleenggarakan secara rutin dalam waktu 2 bulan.

B. TEMPAT

Tempat pelaksanaan kegiatan PASHMINA disesuaikan kondisi dan jadwal kegiatan.

C. PERALATAN DAN LOGISTIK

1. Timbangan berat badan

2. Alat ukur tinggi badan
3. Tensimeter
4. Stetoskop
5. Alat ukur HB
6. Alat pendukung edukasi dan kreatif remaja
7. Makanan sehat dan bergizi
8. Buku panduan teknis (bukun catatan pashmina, buku induk pashmina)
9. Alat peraga kesehatan reproduksi
10. Kartu antri peserta
11. Box File

D. ANGGARAN DAN BIAYA PELAKSANAAN PASHMINA

NO	ITEM	NOMINAL
a	Timbangan Berat Badan (Analog)	Rp 85,000.00
b	Alat Ukur Tinggi Badan	Rp 50,000.00
c	Tensimeter (Manual – Air Raksa)	Rp 225,000.00
d	Stetoskop	Rp 50,000.00
e	Alat ukur HB	Rp 50,000.00
f	Lancet HB (isi 100)	Rp 20,000.00
g	Alat pendukung edukasi dan kreatif remaja	Rp 150,000.00
h	Makanan sehat dan bergizi (untuk 50 porsi)	Rp 250,000.00
i	Buku panduan teknis (bukun catatan pashmina, buku induk pashmina)	Rp 100,000.00
j	Alat peraga kesehatan reproduksi	Rp 250,000.00
Total		Rp 1,230,000.00

E. TUGAS DAN TANGGUNG JAWAB

Dalam setiap kegiatan PASHMINA terdapat pos-pos yang terdiri atas:

1. Pos Registrasi:
Mencatat daftar hadir peserta, mencatat ke dalam buku induk, memberikan kartu antri peserta dan mengarahkan peserta dalam layanan pos.
2. Pos Kesehatan:
Melakukan layanan pemeriksaan kesehatan (timbang badan, cek tensi, cek HB, ukur tinggi badan), konsultasi terkait IMT, mencatat dalam buku induk kesehatan, melakukan konsultasi terkait IMT.
3. Pos Konseling:
Melakukan layanan konseling kesehatan reproduksi dan konseling psikologi, mencatat pada buku induk konseling, memberi alternatif penyelesaian, merahasiakan kasus peserta.
4. Pos Makanan Bergizi:
Memberikan makanan bergizi, menjelaskan kandungan gizi.
5. Pos Edu:
Memberikan layanan edukatif, mencatat di buku induk EDU.

F. PEMBIAYAAN

1. Wilayah
Pembiayaan di tingkat wilayah diampu oleh kepada Pimpinan Wilayah, atau diupayakan melalui swadaya mandiri dan kemitraan dengan lembaga donor yang tidak mengikat.
2. Daerah
Pembiayaan di tingkat daerah diampu oleh kepada Pimpinan Daerah, atau diupayakan melalui swadaya mandiri dan kemitraan dengan lembaga donor yang tidak mengikat.

3. Cabang

Pembiayaan di tingkat cabang disubsidi Pimpinan Daerah, swadaya mandiri, dan kemitraan dengan lembaga donor yang tidak mengikat.

G. PENCATATAN DAN PELAPORAN

1. Administrasi

Daftar hadir, buku perkembangan kesehatan remaja, buku catatan psikologi remaja, jurnal harian Remaja, dan form narasumber.

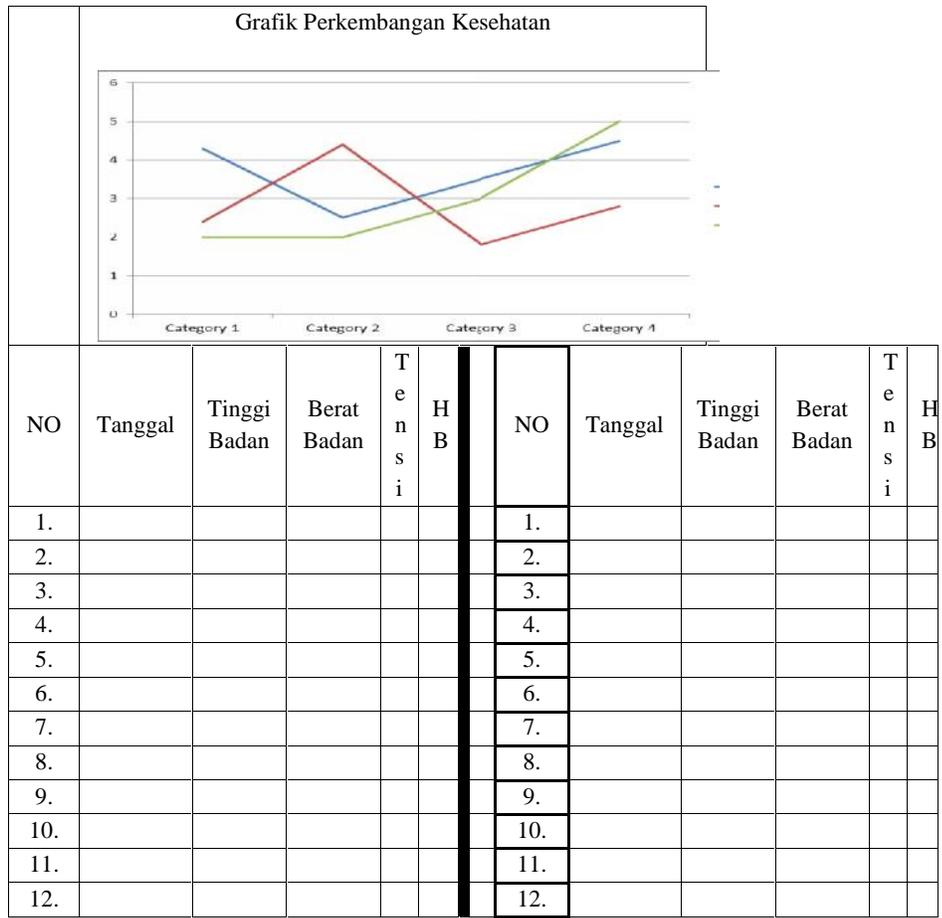
2. Pelaporan

Kehadiran peserta dan petugas, kejadian khusus, laporan kegiatan edukatif remaja, dan keuangan harian kegiatan. Pelaporan dilaksanakan setiap 6 bulan sekali dengan memberikan catatan buku induk kepada pimpinan setempat.

LAMPIRAN 2

Cover

<p>Logo Pashmina</p>	
<p>PASHMINA</p>	
Cab.	:
Kota	:
NIPP	:
Nama	:
TTL	:
Alamat	:
No. HP	:
<p>Foto</p>	





JURNAL HARIAN

Tanggal :

KEGIATAN YANG DIKUTI

.....
.....
.....

CATATAN PENTING KEJADIAN/KEGIATAN (ANTARA LAIN : KESPRO, KESEHATAN UMUM, MINAT & HOBI)

.....
.....
.....

PEMBELAJARAN YANG DIDAPAT

.....
.....
.....

KEGIATAN NA / MUHAMMADIYAH YANG DIKUTI (SELAMA 1 BULAN)

.....
.....
.....

GAMBARKAN EKSPRESI DAN KONDISI SAAT INI

RENCANA BULAN DEPAN

.....
.....
.....

APA YANG INGIN KAMU KETAHUI TENTANG IBADAH HARIAN

.....
.....
.....
.....
.....

LAMPIRAN 3
FORM KONSELING PSIKOLOGI

NO	IDENTITAS	PERMASALAHAN	INTERVENSI	KETERANGAN

LAMPIRAN 4
FORM KONSELING KESPRO

NO	IDENTITAS	PERMASALAHAN	SARAN/IN TERVENSI	KETERANGAN

LAMPIRAN 5
 PELAPORAN (PER 6 BULAN)
 PASHMINA

CABANG :
 KOTA :
 PENANGGUNG JAWAB :

REKAP KEHADIRAN PESERTA

NO	BULAN	JUMLAH PESERTA	JUMLAH <i>VOLUNTEER</i>	POS EDU

REKAP CATATAN KHUSUS KESEHATAN

NO	BULAN	CATATAN KHUSUS			
		HB	IMT	KESPRO	GIZI

