

EDUKASI KESEHATAN DAN EKONOMI KREATIF BAGI PEMUDA KRISTEN MENUJU INDONESIA EMAS 2045

Bestian Simangunsong¹, Endang Junita Sinaga², Lasmaria Nami Simanungkalit³,
Wolter Parlindungan Silalahi⁴

¹Fakultas Ilmu Teologi, Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

^{2,3}Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

⁴Pascasarjana Program Doktorat Manajemen Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

e-mail: bestian2019@gmail.com¹, endang.junita@gmail.com²
lasmarianami@gmail.com³, silalahiwolter1@gmail.com⁴

ABSTRACT : *The health education and creative economy activities for Christian youth were carried out in Horison Ranggitgit Village, Parmonangan Subdistrict, North Tapanuli Regency. The village has a majority Christian population with a relatively high proportion of people in the productive age group. This condition presents a significant potential for village development, yet it is challenged by issues such as low understanding of reproductive health, limited nutritional knowledge, risks of stunting, and constraints in facing increasingly competitive economic challenges. This program aims to provide education on reproductive health and adolescent nutrition while also training creative economic skills to help shape a resilient generation toward Indonesia Emas 2045. The methods used include interactive lectures, practice-based training, and simple marketing strategies. The results of the community service program showed an increase in adolescents' knowledge of reproductive health, a better understanding of nutrition as preparation for a healthy generation, and improved skills in developing creative business ideas based on local potential. This program is expected to become the foundation for the emergence of a healthy, productive, and independent village generation capable of contributing to sustainable development.*

Keywords : *Health Education, Creative Economy. Christian Youth*

ABSTRAK : Kegiatan edukasi kesehatan dan ekonomi kreatif bagi pemuda kristen dilaksanakan di Desa Horison Ranggitgit, Kecamatan Parmonangan, Kabupaten Tapanuli Utara. Desa ini memiliki mayoritas penduduk Kristen dengan komposisi usia produktif yang cukup tinggi. Kondisi ini menjadi potensi besar bagi pembangunan desa yang memiliki permasalahan seperti rendahnya pemahaman kesehatan reproduksi, kurangnya pengetahuan gizi, risiko stunting, serta keterbatasan dalam menghadapi tantangan ekonomi yang semakin kompetitif. Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi kesehatan reproduksi dan gizi pemuda sekaligus melatih keterampilan ekonomi kreatif untuk membentuk generasi tangguh menuju Indonesia Emas 2045. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, dan pelatihan berbasis praktik serta strategi pemasaran sederhana. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi, pemahaman gizi sebagai bekal persiapan generasi sehat, serta keterampilan mengembangkan ide usaha kreatif sesuai potensi lokal. Program ini diharapkan menjadi fondasi bagi lahirnya generasi desa yang sehat, produktif, dan mandiri, sehingga mampu berkontribusi pada pembangunan berkelanjutan.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Ekonomi Kreatif, Pemuda Kristen

PENDAHULUAN

Pemahaman dan kepedulian mengenai pentingnya merawat kesehatan reproduksi dan gizi bagi pemuda, khususnya yang berada pada fase perkembangan menuju kedewasaan, guna mencegah risiko buruk kesehatan. Pemuda yang sering menerima berbagai informasi akan dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang kesehatan reproduksi sehingga pengetahuan yang dimiliki menjadi lebih baik (Ernawati, 2018). Hal ini menjadi semakin penting ketika dikaitkan dengan kondisi pemuda yang berada di wilayah pedesaan, termasuk di Desa Horison Ranggitgit, Kecamatan Parmonangan, Kabupaten Tapanuli Utara.

Permasalahan umum yang dialami pemuda berkaitan dengan seksualitas atau kesehatan reproduksi, seperti perubahan fisik serta mulai aktifnya organ reproduksi (Afrityeni, 2018). Pemuda masih labil akan emosionalnya terutama berhubungan dengan seksual. Keinginan untuk mendapatkan kemandirian secara emosional, sementara orang tua tetap berusaha mengawasi dan menjaga mereka, sering kali memicu terjadinya pertentangan antara keduanya.

Rendahnya kesadaran kesehatan reproduksi pada remaja di pedesaan terutama disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan, adanya mitos dan pemahaman yang keliru, serta rasa malu dan takut yang dipengaruhi oleh norma sosial dan budaya. Faktor interpersonal, seperti kurang efektifnya komunikasi antara orang tua dan remaja serta penyebaran informasi yang salah di antara teman sebaya, turut memperburuk kondisi tersebut. Selain itu, aturan sosial

yang ketat, stigma, diskriminasi, dan terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan reproduksi semakin menghambat remaja dalam memperoleh informasi dan pelayanan yang diperlukan (Wahyuningsih S, 2024).

Permasalahan yang cukup rumit selama masa transisi remaja dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti terjadinya kehamilan yang tidak direncanakan, tindakan aborsi, risiko tertular Penyakit Menular Seksual (PMS), HIV dan AIDS, hingga keterlibatan dalam penyalahgunaan NAPZA (Lailiyana, 2023).

Masalah gizi juga sering muncul akibat berbagai faktor, antara lain pola makan yang tidak sehat, pemahaman yang keliru mengenai gizi, kecenderungan menyukai satu jenis makanan secara berlebihan, kurang mengonsumsi buah dan sayuran, serta kandungan vitamin dan protein yang sangat minim. Selain itu, pengetahuan mengenai pangan dan gizi turut memengaruhi status gizi pemuda, sehingga diperlukan edukasi gizi baik melalui jalur formal maupun nonformal.

Pemuda Kristen di desa Horison Ranggitgit Kecamatan Parmonangan memiliki jumlah pemuda dan remaja yang cukup besar, mencapai sekitar 59% dari total populasi. Komposisi ini memberikan potensi besar bagi pembangunan desa. Namun, potensi tersebut belum sepenuhnya terwujud karena masih adanya keterbatasan pemahaman tentang kesehatan reproduksi dan gizi, minimnya akses informasi, serta rendahnya sikap peduli terhadap praktik kesehatan yang benar.

Kondisi ini dapat berdampak pada munculnya berbagai permasalahan

seperti kurangnya kesiapan pemuda dalam menjaga kesehatan diri, rendahnya kepercayaan diri, dan berkurangnya kemampuan untuk mengambil keputusan yang tepat berkaitan dengan kesehatan.

Seseorang yang memiliki pengetahuan baik, maka perilakunya cenderung lebih positif. Sebaliknya, apabila pengetahuannya rendah, perilaku yang muncul biasanya mengarah pada hal-hal yang kurang baik atau negatif (Susanti, 2020).

Selain aspek kesehatan, tantangan ekonomi juga menjadi perhatian penting. Banyak pemuda di Desa Horison Ranggitgit menghadapi keterbatasan lapangan pekerjaan dan sumber pendapatan yang kurang stabil. Situasi ini menuntut adanya upaya pemberdayaan yang mampu mengembangkan kreativitas, potensi, dan keterampilan pemuda dalam menghasilkan nilai ekonomi.

Ekonomi kreatif adalah pemanfaatan sumber daya yang tidak hanya terbarukan tetapi juga tidak terbatas, seperti ide, gagasan, bakat, dan kreativitas (Rahman, 2021). Ekonomi kreatif yang dikembangkan berdasarkan potensi lokal tidak hanya berperan dalam meningkatkan taraf hidup masyarakat, tetapi juga membantu membentuk ciri khas desa yang kuat dan kompetitif.

Pengembangan sektor ini di pedesaan dapat menjadi salah satu cara untuk memperluas sumber penghasilan warga (Hidayat, 2022). Berbagai potensi seperti kerajinan lokal, makanan tradisional, seni budaya, hingga pariwisata desa menjadi modal penting dalam memperkuat ekonomi kreatif di masyarakat.

Ekonomi kreatif berperan dalam peningkatan kesejahteraan masyarakat, memperkuat identitas budaya lokal, membuka akses pasar untuk produk lokal, serta memerlukan partisipasi masyarakat, pelatihan keterampilan, dan pemanfaatan teknologi digital (Khumair & Yazid, 2025).

Oleh karena itu, penguatan ekonomi kreatif menjadi salah satu strategi yang relevan dan potensial untuk meningkatkan kemandirian ekonomi pemuda. Melalui pelatihan dan pendampingan ekonomi kreatif, pemuda diharapkan dapat mengembangkan inovasi, memanfaatkan sumber daya lokal, serta menciptakan peluang usaha baru yang berkelanjutan.

Pentingnya ekonomi kreatif perlu disosialisasikan kepada masyarakat agar mereka memperoleh pengetahuan dan pemahaman yang lebih menyeluruh (Hasibuan, 2023). Generasi muda memiliki peluang besar untuk mendorong kemajuan dan peningkatan perekonomian Indonesia.

Penyebaran informasi mengenai ekonomi kreatif sangat diperlukan, khususnya bagi pemuda kristen di Desa Horison Ranggitgit, agar mereka terdorong untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan ekonomi kreatif. Proses *edukasi masyarakat* membantu warga mempelajari dan menyesuaikan diri dengan pola hidup serta cara berpikir yang tepat, sehingga mereka dapat memahami norma-norma sosial yang berlaku.

Integrasi antara edukasi kesehatan reproduksi gizi dan penguatan ekonomi kreatif bagi pemuda merupakan langkah strategis untuk membangun generasi yang tidak hanya sehat secara

fisik dan mental, tetapi juga produktif dan mandiri secara ekonomi. Upaya ini menjadi penting untuk mendorong pembangunan desa yang lebih maju, sejahtera, dan berkelanjutan.

Berdasarkan berbagai permasalahan yang dihadapi pemuda Kristen di Desa Horison Ranggitgit mulai dari rendahnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, minimnya akses terhadap informasi yang benar, meningkatnya kerentanan terhadap perilaku berisiko, hingga lemahnya keterampilan serta keterlibatan dalam sektor ekonomi kreatif. Maka kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dirancang untuk memberikan intervensi yang terarah melalui program edukasi dan pelatihan.

Secara khusus, PkM ini bertujuan untuk mengkaji dan melaksanakan upaya peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan pemuda kristen yang tangguh menuju Indonesia Emas 2045 melalui:

1. Edukasi kesehatan reproduksi dan gizi yang komprehensif, berbasis pendekatan komunikatif dan kontekstual, guna membentuk pemahaman yang benar serta perilaku yang sehat dan bertanggung jawab.
2. Pelatihan ekonomi kreatif yang fokus pada pengembangan keterampilan praktis seperti pembuatan produk berbasis potensi lokal, pengelolaan usaha kecil, dan pemanfaatan media digital untuk pemasaran.
3. Pendampingan berkelanjutan melalui mentoring, sesi diskusi, serta monitoring perkembangan pengetahuan dan kemampuan pemuda dalam menerapkan praktik hidup sehat serta mengelola aktivitas ekonomi produktif.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PkM ini dilaksanakan bagi pemuda kristen di Desa Horison Ranggitgit Kecamatan Parmonangan, Kabupaten Tapanuli Utara. Penelitian ini meliputi: Pemuda Kristen di Desa Horison Ranggitgit berusia 15–30 tahun. Dengan dua fokus utama: a) Pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang kesehatan reproduksi dan gizi. b) Keterampilan dan kompetensi dalam ekonomi kreatif, seperti produksi, pengemasan, dan pemasaran digital.

Metode penelitian ini menggunakan metode ceramah interaktif dan pelatihan berbasis praktek. Ceramah interaktif tidak hanya relevan untuk materi akademik, tetapi juga sangat cocok untuk materi kesehatan reproduksi dan gizi yang seringkali konseptual, sensitif, dan butuh refleksi pribadi. Metode ceramah interaktif yang di dalamnya terdiri dari kombinasi metode ceramah, tanya jawab, serta diskusi (Rikawati, 2020). Pelatihan berbasis praktek adalah suatu pendekatan pembelajaran di mana peserta belajar melalui pengalaman langsung atau melakukan kegiatan nyata, bukan hanya mendengar teori atau membaca materi. Joyce dan Showers menyatakan bahwa pelatihan yang memadukan praktik langsung, pengamatan, serta pemberian umpan balik terbukti lebih efektif daripada metode pelatihan konvensional (Rohimat, 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemuda Kristen

Peningkatan kualitas hidup pemuda mencakup kesehatan, pendidikan, dan kemampuan produktif menjadi kunci untuk mewujudkan

Indonesia Emas 2045. Pemuda sebaiknya terlebih dahulu menjaga kesehatan, kemudian mengembangkan kecerdasan, sehingga pada akhirnya mampu berkontribusi secara produktif. Hal ini merupakan salah satu visi Indonesia emas 2045 (Nasional, 2024).

Pemuda merupakan individu yang energik dan penuh semangat, seringkali mengalami gejolak emosional, serta optimis menghadapi masa depan. Mereka hidup di tengah perubahan sosial dan budaya yang terus berlangsung. Berbagai definisi mencoba menjelaskan siapa yang layak disebut pemuda, apakah dari sisi fisik, psikologis, atau selalu terkait dengan usia dan semangat.

Pemuda (youth) dipahami sebagai fase transisi dari masa kanak-kanak/ketergantungan menuju kedewasaan dan kemandirian. Fase ini mencakup aspek biologis *dan* aspek sosial yakni peralihan menuju kemerdekaan ekonomi, sosial, psikologis, dan peran sosial (Dar, 2015).

Pemuda Kristen diartikan sebagai mereka yang sedang dalam masa pertumbuhan iman menghadapi pergumulan iman, pergaulan, dan gaya hidup sehari-hari. Pemuda Kristen idealnya menunjukkan gaya hidup seperti hidup dalam kekudusan, hidup dalam kejujuran, hidup seperti Kristus (Setyaadi & Andreas Jonathan, 2024).

Beberapa pemuda Kristen cenderung beranggapan bahwa gaya hidup tidak secara langsung memengaruhi kualitas iman mereka, sehingga mengikuti tren atau perkembangan zaman dianggap tidak bermasalah. Dalam praktiknya, beberapa pemuda terlibat dalam perilaku seperti

merokok, mengonsumsi minuman beralkohol, perjudian.

Sebagian pemuda menunjukkan kebebasan dalam interaksi sosial, misalnya berpegangan tangan dengan pasangan. Fenomena ini menunjukkan adanya kesenjangan antara nilai iman yang dianut dan perilaku sehari-hari pemuda Kristen di luar lingkungan gereja.

Pemuda tidak begitu peduli kurangnya terhadap pola makan sehat dan gizi seimbang menimbulkan masalah kesehatan yang dapat memengaruhi produktivitas dan kualitas hidup mereka. Kondisi ini menunjukkan kesenjangan antara pemahaman iman Kristen dan perilaku gaya hidup sehari-hari, yang berpotensi berdampak pada peran sosial, ekonomi, dan religius pemuda di Desa Ranggitgit.

Pemuda, sebagai kelompok usia yang sedang mengalami perkembangan fisik, mental, dan sosial, membutuhkan asupan gizi yang seimbang serta gaya hidup sehat agar tubuh dan pikirannya optimal dalam menjalankan aktivitas sehari-hari maupun pelayanan rohani. Memberikan edukasi tentang pola makan yang tepat, kebutuhan nutrisi sesuai usia, serta pencegahan masalah kesehatan yang umum terjadi pada pemuda, seperti obesitas, anemia, dan gangguan metabolik (Dieny & Nurmasari Widyastuti, 2015).

Selain itu, kesadaran akan kesehatan tubuh juga berhubungan erat dengan kualitas pelayanan dan konsistensi iman. Pemuda yang sehat secara fisik dan mental lebih mampu berpartisipasi aktif dalam kegiatan gereja, pendidikan Kristen, dan pelayanan masyarakat.

Dalam konteks iman Kristen, tubuh dipandang sebagai “bait Roh

Kudus” (1 Korintus 6:19-20), sehingga merawat tubuh melalui gizi dan kesehatan yang baik juga merupakan bentuk penghormatan terhadap Tuhan (Library, 2025). Pemuda Kristen dapat mengembangkan gaya hidup yang seimbang antara kesehatan jasmani, spiritual, dan sosial, sehingga mereka dapat hidup produktif, bertanggung jawab, dan konsisten dengan nilai-nilai Kristiani.



Gambar 1 : Pemuda Kristen

Gambar 1 ini menjelaskan bahwa Pemuda Kristen kerap berperan sebagai agen perubahan positif dalam masyarakat melalui pelayanan, kepemimpinan, kreativitas, dan inovasi. Untuk mendukung peran ini, pendidikan iman di keluarga, sekolah, dan gereja sangat krusial, karena mampu menumbuhkan identitas Kristen yang kokoh. Dengan dasar iman yang kuat, pemuda dapat menghadapi tantangan budaya modern tanpa kehilangan nilai-nilai Kristiani.



Gambar 2 : Fasilitator

Gambar 2 ini fasilitator menjelaskan bahwa Pemuda Kristen dituntut untuk memelihara tubuh, pikiran, dan jiwa secara seimbang sebagai bagian dari tanggung jawab iman. Tubuh dipahami bukan hanya sebagai sarana biologis, tetapi juga sebagai “bait Roh Kudus” yang harus dijaga kesuciannya dan kesehatannya (1 Korintus 6:19–20). Kesehatan fisik terutama reproduksi dan gizi yang baik akan mendukung produktivitas, pengembangan diri, dan kemampuan untuk berkontribusi secara positif dalam masyarakat.

Oleh karena itu, pemuda Kristen perlu menerapkan pola hidup sehat, termasuk nutrisi seimbang, olahraga teratur, istirahat yang cukup, dan pengelolaan stres, sambil tetap menjaga kehidupan rohani melalui doa, ibadah, dan pelayanan.

Pemuda Kristen didorong untuk memiliki jiwa ekonomi kreatif agar mampu memanfaatkan bakat dan sumber daya yang dimiliki secara bijak, produktif, dan berkelanjutan. Matius 25:14-30 (Perumpamaan Talenta) Ayat ini menekankan pentingnya memanfaatkan apa yang diberikan Tuhan dengan bijak dan menghasilkan buah. Pemuda Kristen diingatkan untuk kreatif dan inovatif dalam mengembangkan kemampuan mereka.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan pemuda Kristen perlu menjaga kesehatan, pola hidup, dan gizi seimbang agar tetap produktif dan mampu berperan sosial serta rohani secara efektif. Mereka juga diingatkan untuk memanfaatkan bakat dan sumber daya yang diberikan Tuhan dengan bijak, kreatif, dan inovatif, sesuai ajaran Perumpamaan Talenta (Matius 25:14-30). Dengan kombinasi gaya hidup sehat dan pengembangan potensi diri, pemuda Kristen dapat hidup produktif, berkelanjutan, dan memberi dampak positif bagi masyarakat.

Edukasi Kesehatan

Pemuda kristen yang mengikuti kegiatan ini terdiri dari laki-laki dan perempuan yang berusia sekitar 16 – 30 tahun. Penjelasan edukasi kesehatan bagi pemuda kristen yang dilaksanakan di gereja HKBP Ranggitgit diikuti oleh 30 peserta yang dengan antusias ingin mendapat arahan dari fasilitator tentang kesehatan terutama reproduksi dan gizi yang seimbang bagi tubuh.

Edukasi reproduksi membantu memahami perubahan fisik dan emosional selama masa remaja, hubungan yang sehat, serta tanggung jawab dalam pergaulan dan persiapan masa depan. Gizi penting agar tubuh tetap sehat, energi optimal, dan produktif dalam kegiatan sehari-hari maupun pelayanan rohani.



Gambar 3 : Fasilitator

Fasilitator memberikan arahan melalui ceramah interaktif yaitu:

A. Menjaga kesehatan reproduksi yang tepat meliputi:

1. Pendidikan seksualitas yang sehat dan sesuai nilai Kristiani

- a) Mendapatkan informasi yang benar tentang reproduksi, pubertas, dan fungsi tubuh melalui sumber yang terpercaya, termasuk pendidikan agama.

- b) Menghindari praktik seks bebas, pornografi, atau perilaku seksual yang bertentangan dengan ajaran Kristen.

2. Menjaga perilaku dan gaya hidup yang sehat

- a) Menjaga kebersihan pribadi dan organ reproduksi.
- b) Menghindari zat adiktif (rokok, alkohol, narkoba) yang dapat memengaruhi fungsi reproduksi.
- c) Mengatur stres dan emosi agar tidak memicu perilaku berisiko.

3. Konsultasi medis dan pemeriksaan rutin

- d) Melakukan pemeriksaan kesehatan reproduksi secara berkala bila diperlukan.
- e) Mendapatkan vaksinasi yang relevan (misal HPV untuk pencegahan kanker serviks pada wanita).

B. Gizi

Gizi yang baik mendukung pertumbuhan, energi dan konsentrasi, serta kemampuan Pemuda Kristen yaitu menjaga gizi melalui :

1. Pola makan seimbang

- a) Mengonsumsi berbagai makanan bergizi: karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, vitamin, dan mineral.
- b) Memperhatikan porsi dan frekuensi makan agar tidak berlebihan atau kurang gizi.

Gizi yang baik dengan buah, sayuran, karbohidrat kompleks, protein tanpa lemak, dan lemak sehat. Serta membatasi makanan olahan, gula, garam, dan lemak jenuh (al, 2025)

2. Hidrasi dan konsumsi cairan yang cukup

- a) Minum air putih minimal 8 gelas per hari, serta menghindari minuman manis berlebihan.

3. **Hindari makanan dan minuman berisiko**

- a) Kurangi konsumsi junk food, makanan cepat saji tinggi lemak/jenuh, dan minuman beralkohol.

4. **Keterlibatan aktif dalam aktivitas fisik**

- a) Olahraga teratur mendukung metabolisme tubuh, kesehatan jantung, serta keseimbangan hormonal yang baik.

Pemuda yang menerima penyuluhan tentang gizi dan kesehatan reproduksi mengalami peningkatan signifikan dalam pemahaman terhadap pentingnya gizi bagi kesehatan reproduksi (Khairani & Maidina Putri, 2023)

Maka dapat disimpulkan bahwa Pemuda Kristen sebaiknya mengaitkan pola hidup sehat dengan prinsip iman:

- a) Menghargai tubuh sebagai karunia Tuhan.
- b) Menjaga kesucian diri dan kehormatan pribadi.
- c) Menggunakan energi, bakat, dan kesehatan untuk pelayanan dan kontribusi positif bagi masyarakat.

Dengan pendekatan ini, pemuda Kristen tidak hanya menjaga kesehatan jasmani, tetapi juga menumbuhkan karakter yang bertanggung jawab, disiplin, dan selaras dengan nilai Kristiani

Ekonomi Kreatif

Pemuda Kristen memiliki peran strategis sebagai agen perubahan dalam pembangunan ekonomi desa, terutama melalui pengembangan usaha kreatif berbasis potensi lokal. Keterampilan

untuk mengembangkan ide usaha kreatif memerlukan kombinasi antara pemahaman terhadap sumber daya lokal, kreativitas, kemampuan manajerial, dan kemampuan beradaptasi dengan pasar modern.

Keterampilan pemuda dalam mengembangkan ide usaha kreatif berbasis potensi lokal Desa Ranggitgit meliputi identifikasi potensi, kreativitas, manajemen usaha, serta pemanfaatan teknologi Dengan dukungan pelatihan, pendampingan, dan akses pasar, pemuda desa dapat menjadi pelaku usaha kreatif yang tangguh, berdaya saing, dan berkontribusi pada pembangunan ekonomi lokal.



Gambar 4: Pelatihan Membuat Nugget

Penjelasan pada gambar 4 yaitu fasilitator memberikan pelatihan membuat kue klepon, kue bawang dan nugget. Adapun tahap-tahap yang dijelaskan oleh fasilitator yaitu :

1. **Persiapan Materi dan Bahan**

Fasilitator menyiapkan semua bahan baku dan peralatan yang diperlukan, termasuk tepung ketan, kelapa parut, gula merah untuk klepon; tepung, bawang, dan bumbu untuk kue bawang; serta daging, tepung panir, dan bumbu untuk nugget. Tahap ini memastikan peserta memiliki semua

yang dibutuhkan sebelum memulai praktik.

2. Pengenalan dan Demonstrasi

Fasilitator menjelaskan secara singkat tentang tiap jenis kue, manfaatnya, serta langkah-langkah pembuatannya. Setelah itu, fasilitator mendemonstrasikan proses pembuatan secara langsung agar peserta dapat mengamati teknik yang benar, mulai dari pengolahan bahan hingga penyajian. Misalnya:

- a) **Kue Klepon:** Membentuk adonan, memberi isian gula merah, merebus, dan menaburi kelapa parut.
- b) **Kue Bawang:** Mencampur bahan, membentuk adonan tipis, dan menggoreng hingga matang.
- c) **Nugget:** Menggiling daging, membentuk potongan, melapisi tepung panir, dan menggoreng.

3. Praktik Peserta

Setelah demonstrasi, peserta melakukan praktik langsung di bawah bimbingan fasilitator. Fasilitator memberikan arahan individu untuk memastikan setiap peserta memahami teknik, takaran, dan cara mengolah bahan dengan benar.

4. Pendampingan dan Koreksi

Fasilitator memantau proses pembuatan, memberikan masukan, dan memperbaiki kesalahan peserta secara real-time. Pendampingan ini membantu peserta meningkatkan keterampilan praktis dan percaya diri dalam membuat produk.

5. Pemasaran sederhana

Makanan tradisional (onde-onde), menunjukkan bahwa pelatihan pemasaran

digital dan inovasi pemasaran dapat meningkatkan daya saing dan membantu produk lokal menembus pasar yang lebih luas (Ramadhan & Nurcholis, 2025).

Segmentasi Pasar

- a) Target: Warga sekitar, anak sekolah, ibu rumah tangga, pedagang di pasar lokal, atau peserta acara tertentu.
- b) Gunakan harga terjangkau tapi tetap menguntungkan.

SIMPULAN

Pemuda Kristen di Desa Horison Ranggitgit perlu menjaga kesehatan reproduksi dan gizi sebagai wujud tanggung jawab iman serta pengembangan diri. Edukasi interaktif dan pelatihan praktik meningkatkan pemahaman serta keterampilan mereka dalam menjalani pola hidup sehat dan bertanggung jawab. Selain itu, penguatan ekonomi kreatif berbasis potensi lokal mendorong kemandirian, kreativitas, dan kontribusi positif pemuda bagi masyarakat, sehingga tercipta keseimbangan jasmani, rohani, dan sosial dalam menghadapi tantangan Indonesia Emas 2045.

DAFTAR RUJUKAN

- Afritayeni, Y. P. (2018). Analisis perilaku seksual berisiko pada remaja terinfeksi HIV dan AIDS. *Jurnal Endurance*, 3(1), 69-81.
- al, Y. e. (2025). *Diet Seimbang. Flipbook Series Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Kemenkes Poltekkes .
- Dar, M. A. (2015). Conceptualizing Youth: A Historical and Contemporary Perspective . *IJJAR*, Volume 2, Issue 4, 787-795.

- Dieny, F. F., & Nurmasari Widyastuti, D. Y. (2015). Sindrom metabolik pada remaja obes: prevalensi dan hubungannya dengan kualitas diet. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia Vol 12 No. 1*, 1-11.
- Ernawati, H. (2018). PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA. *Indonesian Journal for Health Sciences Vol.02, No.01*, Hal 58-64.
- Hasibuan, A. S. (2023). Sosialisasi Penanganan Dini Kebakaran Pada Sekolah Di Lhokseumawe-Aceh Utara. *Jurnal Solusi Masyarakat Dikara*, 3(2), 95-99.
- Hidayat, R. &. (2022). Ekonomi kreatif berbasis potensi lokal dalam pembangunan desa berkelanjutan. . *Jurnal Ekonomi dan Pembangunan Daerah*, 11(2),, 87-99.
- Khairani, K., & Maidina Putri, J. C. (2023). PENYULUHAN PENINGKATAN PEMAHAMAN REMAJA TENTANG PENTINGNYA GIZI DALAM KESEHATAN REPRODUKSI DI SMK KESEHATAN IMELDA TAHUN 2023. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA)Vol. 3 No. 1 (2023)*, 11-16.
- Khumair, M., & Yazid, M. (2025). ANALISIS PERAN EKONOMI KREATIF DALAM PEMBERDAYAAN MASYARAKAT LOKAL: STUDI LITERATUR KUALITATIF TERHADAP PERKEMBANGAN INDUSTRI KREATIF DI INDONESIA. *Jurnal Ekonomi Kreatif Indonesia Volume 3No. 3*, 156-169.
- Lailiyana, F. J. (2023). EDUKASI DAMPAK SEKS BEBAS DAN PENYALAHGUNAAN NAPZA. *Jurnal Ebima. Volume 4, No 1* , 22-25.
- Library, C. S. (2025). *Temple of the Spirit*. Christian Library.
- Nasional, B. P. (2024). *Capai Indonesia Emas 2045 dengan Tingkatkan Kualitas Pemuda*. Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas.
- Rahman, D. N. (2021). Pengaruh Tenaga Kerja Ekonomi Kreatif Dan Ekspor Produk Ekonomi Kreatif Terhadap Pertumbuhan Ekonomi Indonesia. *Studia Economica: Jurnal Ekonomi Islam, Volume VII No. 1* , 41-58.
- Ramadhan, L., & Nurcholis, I. A. (2025). STRATEGI PEMASARAN DAN INOVASI UMKM ONDE-ONDE KIA: MENINGKATKAN EKONOMI DESA JUMANTORO. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Rafflesia Vol 8 No. 1*, 24-31.
- Rikawati, K. D. (2020). Peningkatan Keaktifan Belajar Siswa dengan Penggunaan Metode Ceramah Interaktif. *Journal of Educational Chemistry (2(2)*, 40-48.
- Rohimat, J. M. (2025). Dampak Model Pelatihan Partisipatif Berbasis Komunitas Belajar Terhadap

Kinerja Guru SMAN 1
Gunungsindur. *JURNAL
ILMIAH GLOBAL
EDUCATION JIGE 6 (2)*, 1018-
1034.

Setyaadi, E., & Andreas Jonathan, N. T.
(2024). PERTUMBUHAN
IMAN DAN PEMBENTUKAN
GAYA HIDUPPEMUDA
KRISTEN. *Jurnal Penabiblos*,
Vol.15. No.2, 15-42.

Susanti, A. I. (2020). Literasi Informasi
Tentang Pendidikan. *Jurnal
Menara Medika*, *3(1)*, 87-94.

Wahyuningsih S, W. S. (2024).
Unveiling barriers to
reproductive health awareness
among rural adolescents: a
systematic review. *PubMed
Central*.