

Hubungan Penggunaan Media Sosial Promosi Kesehatan Sebagai Sarana Holistik terhadap Pengetahuan dan Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja

Anugrah Wulandari^{1*}, Widya Mariyana², Ellyzabeth Sukmawati³

¹⁻³ Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Telogorejo, Semarang, Indonesia

Email: widya_mariyana@universitastelogorejo.ac.id^{1*}

Alamat: Jl. Anjasmoro Raya, Tawangmas, Kec. Semarang Barat, Kota Semarang, Jawa Tengah 50144

*Korespondensi penulis

Abstract. Social media has become an integral part of adolescents' lives, offering quick access to information, including reproductive health information. However, exposure to inaccurate information can pose risks. This study aims to analyze the relationship between social media use and adolescent reproductive health knowledge and behavior. A quantitative research method with a cross-sectional approach and chi-square test was used to examine the relationship between the independent variable (social media use) and the dependent variable (reproductive health knowledge and behavior). The study population was all 10th grade students (23 students) and 11th grade students (30 students) at SMK Tamansiswa Boja Kendal. A sample of 53 respondents was taken using an accidental sampling technique, consisting of students who happened to be present and willing to participate during the study. The results showed that the majority of respondents (56.6%) had low social media usage intensity. The majority of respondents also had a high level of knowledge (75.5%) about reproductive health, with an average score of 8.13 and a median of 10. Most respondents (66.0%) demonstrated positive reproductive health behavior. However, the chi-square test results showed no significant relationship between social media use and levels of knowledge ($p = 0.673$) or reproductive health behavior ($p = 0.495$). Although social media did not show a significant direct relationship to adolescent reproductive health knowledge and behavior in the context of this study, the high levels of knowledge and positive behaviors found indicate that existing educational programs, both in schools and from other sources, have been effective. Further research with larger samples and wider geographic variation is needed to understand other factors that influence adolescent health behavior.

Keywords: Adolescents; Health Promotion; Knowledge; Reproductive Health; Social Media..

Abstrak. Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan remaja, menawarkan akses cepat terhadap informasi, termasuk informasi kesehatan reproduksi. Namun, paparan terhadap informasi yang tidak akurat dapat menimbulkan risiko. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara penggunaan media sosial dengan pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja. Metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional dan uji chi-square digunakan untuk menguji hubungan antara variabel independen (penggunaan media sosial) dan variabel dependen (pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi). Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X (23 siswa/i) dan kelas XI (30 siswa/i) di SMK Tamansiswa Boja Kendal. Sampel diambil dengan teknik accidental sampling sebanyak 53 responden, yang merupakan siswa yang secara kebetulan hadir dan bersedia menjadi responden pada saat penelitian dilakukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (56,6%) memiliki intensitas penggunaan media sosial yang rendah. Mayoritas responden juga memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi (75,5%) tentang kesehatan reproduksi, dengan rata-rata skor 8,13 dan median 10. Sebagian besar responden (66,0%) menunjukkan perilaku kesehatan reproduksi yang positif. Namun, hasil uji chi-square menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan tingkat pengetahuan ($p = 0,673$) maupun perilaku kesehatan reproduksi ($p = 0,495$). Meskipun media sosial tidak menunjukkan hubungan langsung yang signifikan terhadap pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi remaja dalam konteks penelitian ini, tingginya tingkat pengetahuan dan perilaku positif yang ditemukan mengindikasikan bahwa program edukasi yang ada, baik di sekolah maupun dari sumber lain, telah efektif. Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan variasi geografis yang lebih luas untuk memahami faktor-faktor lain yang memengaruhi perilaku kesehatan remaja.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi; Media Sosial; Pengetahuan; Promosi Kesehatan; Remaja.

1. LATAR BELAKANG

Media sosial telah menjadi komponen integral dalam kehidupan manusia modern, yang mempengaruhi berbagai aspek interaksi sosial dan akses informasi, mengubah secara fundamental cara individu berinteraksi, berkomunikasi, dan memperoleh informasi. Platform media sosial seperti Facebook, YouTube, WhatsApp, Instagram, dan TikTok telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia, memfasilitasi komunikasi, berbagi informasi, dan interaksi sosial secara global (Ajao et al., 2024).

Kemajuan teknologi informasi dalam beberapa dekade terakhir telah mengubah lanskap komunikasi dan penyebaran informasi secara drastis, membuat setiap individu memiliki kemampuan untuk terhubung dan berbagi data dengan skala yang belum pernah ada sebelumnya. Global World Population Review melaporkan pada tahun 2023 bahwa pengguna media sosial secara global telah mencapai 5,08 miliar orang, atau sekitar 60% dari total populasi global, yang menyoroti penetrasi digital yang masif di seluruh dunia.

Laporan ini juga menunjukkan angka penggunaan media sosial yang signifikan di beberapa negara Asia Tenggara, seperti Filipina dan Thailand dengan angka 80%, sementara Indonesia mencatatkan angka yang lebih tinggi lagi, yaitu 94,16%. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada Maret 2023 lebih lanjut menguatkan tren ini, melaporkan bahwa mayoritas pengguna internet di Indonesia (84,37%) menggunakannya untuk mengakses media sosial, diikuti oleh berita (84,28%) dan hiburan (83,78%), yang menegaskan dominasi media sosial sebagai platform utama untuk berbagai aktivitas daring.

Penggunaan media sosial yang intensif di kalangan remaja Indonesia menimbulkan berbagai dampak, baik positif maupun negatif, dan fenomena ini telah menjadi subjek penelitian yang luas dalam literatur ilmiah. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa media sosial dapat menjadi sarana edukasi dan peningkatan kesadaran mengenai isu-isu kesehatan mental dan reproduksi, menyediakan platform yang mudah diakses untuk informasi penting (Rahmadini, 2024).

Silitonga (2023) juga mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial yang terfokus dan partisipatif dapat secara signifikan meningkatkan pemahaman remaja tentang masalah kesehatan, menunjukkan potensinya sebagai alat promosi kesehatan yang efektif. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herli et al. (2023), yang mengungkapkan bahwa media sosial juga dapat memiliki efek positif, seperti meningkatkan kesadaran remaja terhadap masalah kesehatan mental dan reproduksi, serta menyediakan platform untuk berbagi informasi yang relevan mengenai kesehatan dan kesejahteraan.

Namun, sisi lain dari koin ini adalah risiko yang terkait dengan penggunaan media sosial yang berlebihan, termasuk cyberbullying, penurunan kepercayaan diri akibat perbandingan sosial, gangguan tidur, dan paparan terhadap konten yang tidak sesuai. Silitonga (2023b) menemukan bahwa remaja yang menjadi target cyberbullying sering kali menderita stres, kecemasan, dan bahkan depresi, menyoroti dampak psikologis yang serius.

Pemerintah Indonesia, dalam upaya melindungi anak-anak dari bahaya internet, sedang mempertimbangkan untuk memberlakukan batas usia minimum untuk penggunaan media sosial, menunjukkan pengakuan terhadap risiko-risiko ini. Diharapkan dengan menerapkan strategi yang komprehensif, efek negatif dari penggunaan media sosial dapat dikurangi, dan efek positifnya terhadap perkembangan sehat dan produktif remaja dapat dimaksimalkan (Lede et al., 2024).

Konsep media sosial sebagai sarana holistik sangat relevan karena memiliki potensi untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku individu dengan mengintegrasikan berbagai bentuk media dan informasi. Pengetahuan yang diperoleh melalui media sosial dapat mengarah pada perubahan perilaku positif, terutama ketika informasi tersebut relevan dan berasal dari sumber yang terpercaya (Athiutama et al., 2023).

Correia et al. (2020) mendukung pandangan ini, menunjukkan bahwa kemungkinan seseorang untuk bertindak dengan tepat dan konstruktif dalam hidup berkorelasi positif dengan tingkat pengetahuan mereka. Dalam hal ini, media sosial berfungsi sebagai saluran informasi yang dapat meningkatkan pemahaman dan mendorong remaja untuk mengadopsi sikap yang lebih positif dan bertanggung jawab terhadap kesehatan mereka (Lede et al., 2024).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada Desember 2024 terhadap 10 siswa di SMK Tamansiswa Boja, Kota Semarang, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mencari informasi kesehatan melalui media sosial, namun terdapat perbedaan antara kemudahan mendapatkan informasi dan tingkat kepercayaan terhadap keakuratannya. Hal ini menunjukkan perlunya penelitian lebih mendalam untuk memahami bagaimana penggunaan media sosial secara holistik memengaruhi perilaku kesehatan reproduksi remaja, yang menjadi fokus utama dari penelitian ini.

2. KAJIAN TEORITIS

Pengertian Media Sosial

Media sosial didefinisikan sebagai platform digital yang memungkinkan pengguna untuk berkomunikasi, berbagi materi, dan membangun hubungan sosial dengan orang lain. Menurut Silitonga (2023), media sosial merujuk pada alat berbasis web yang memungkinkan pengguna untuk dengan cepat dan mudah membuat, mengedit, dan berbagi materi, yang mencakup berbagai platform seperti Facebook, Twitter, Instagram, TikTok, LinkedIn, dan YouTube, masing-masing dengan fungsi spesifiknya.

Setiap platform media sosial memiliki karakteristik unik yang memengaruhi cara interaksi terjadi, seperti Instagram yang berfokus pada konten visual, Twitter pada teks singkat, dan YouTube pada video, yang semuanya menciptakan ekosistem digital yang beragam. Pengguna dapat membuat profil pribadi, terhubung dengan orang lain, dan berbagi pembaruan atau konten dalam bentuk teks, gambar, atau video, memungkinkan pembentukan komunitas online yang luas.

Secara umum, media sosial telah mengubah cara komunikasi dari model satu-ke-banyak menjadi model banyak-ke-banyak, di mana setiap individu dapat menjadi produsen dan konsumen informasi secara bersamaan. Fenomena ini telah memfasilitasi pertukaran informasi yang cepat dan masif, namun juga menimbulkan tantangan terkait validitas dan keakuratan informasi yang disebarkan.

Peran Media Sosial dalam Promosi Kesehatan

Kemampuan media sosial untuk menjangkau audiens yang luas dan beragam menjadikannya alat yang sangat baik untuk promosi kesehatan, memfasilitasi penyebaran informasi kesehatan dengan cepat dan efektif. Menurut penelitian oleh Cotton et al. (2019), media sosial bermanfaat dalam mempromosikan kesehatan karena sejumlah alasan, termasuk jangkauan yang luas dan interaktivitas yang tinggi. Media sosial memungkinkan pesan kesehatan tersebar ke berbagai kalangan, dari anak muda hingga orang dewasa, dan memungkinkan pengguna untuk berdiskusi, bertanya, atau berbagi pengalaman yang terkait dengan kesehatan, sehingga menciptakan komunitas yang saling mendukung. Pilihan iklan yang dapat disesuaikan di platform seperti Facebook dan Instagram juga memungkinkan kampanye promosi kesehatan untuk menargetkan audiens tertentu berdasarkan geografi, usia, minat, dan kebiasaan mereka.

Meskipun demikian, keakuratan informasi yang diperoleh dari media sosial sangat bergantung pada sumber yang membagikannya, yang menyoroti tantangan verifikasi informasi

yang seringkali sulit dilakukan. Menurut teori Kredibilitas Sumber (Source Credibility Theory), seseorang umumnya lebih mudah menerima informasi yang datang dari sumber yang mereka percayai memiliki kredibilitas, namun media sosial kerap digunakan sebagai wadah penyebaran informasi yang belum terverifikasi kebenarannya (Evans et al., 2020).

Sarana Holistik

Pendekatan holistik adalah cara pandang yang melihat individu secara menyeluruh, menganggap bahwa setiap aspek kehidupan, baik fisik, mental, sosial, dan spiritual, saling berinteraksi dan memengaruhi satu sama lain. Dalam konteks promosi kesehatan, sarana holistik mengintegrasikan berbagai faktor yang memengaruhi kesehatan seseorang, seperti lingkungan, perilaku, kebijakan, dan sumber daya sosial. Dalam penelitian ini, sarana holistik dipahami sebagai cara untuk mempromosikan kesehatan reproduksi dengan mengintegrasikan media sosial sebagai alat utama untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku. Pendekatan ini mengakui bahwa untuk mencapai perubahan perilaku yang berkelanjutan, tidak cukup hanya menyediakan informasi, tetapi juga harus mempertimbangkan konteks sosial dan psikologis individu, yang dapat dimediasi melalui platform digital.

Dengan menggunakan media sosial sebagai sarana holistik, diharapkan dapat diciptakan sebuah lingkungan digital yang mendukung dan memberdayakan remaja untuk membuat keputusan yang lebih baik terkait kesehatan mereka. Ini melibatkan tidak hanya penyebaran informasi yang akurat dari sumber terpercaya, tetapi juga mendorong interaksi, diskusi, dan dukungan sosial di antara remaja untuk memperkuat pemahaman dan keyakinan mereka tentang pentingnya kesehatan reproduksi.

3. METODE PENELITIAN

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Tamansiswa Boja Kendal, sebuah institusi pendidikan yang berlokasi strategis untuk menjangkau populasi remaja yang menjadi target penelitian. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada aksesibilitas dan kemudahan koordinasi dengan pihak sekolah, yang memungkinkan peneliti untuk melaksanakan pengumpulan data secara efisien. Sekolah ini memiliki jumlah siswa yang memadai dan karakteristik demografis yang relevan dengan topik penelitian, menjadikannya lokasi yang representatif untuk studi ini.

Waktu penelitian dijadwalkan secara terperinci untuk memastikan proses pengumpulan data berjalan lancar dan tidak mengganggu kegiatan akademik siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Maret 2025, sebuah tanggal yang telah disepakati bersama

dengan pihak sekolah untuk meminimalkan potensi hambatan dan memastikan partisipasi maksimal dari para siswa. Penjadwalan yang cermat ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dalam satu periode waktu yang terfokus, yang sesuai dengan desain penelitian cross-sectional yang diterapkan.

Selain itu, pertimbangan logistik dan ketersediaan sumber daya juga menjadi faktor penting dalam penentuan lokasi dan waktu. Penelitian di SMK Tamansiswa Boja Kendal memungkinkan peneliti untuk memanfaatkan fasilitas sekolah yang ada dan mempermudah proses komunikasi dengan responden, yang berkontribusi pada keberhasilan pengumpulan data. Kepatuhan terhadap jadwal yang telah ditetapkan juga mencerminkan komitmen terhadap etika penelitian, di mana setiap langkah dilakukan dengan transparansi dan persetujuan dari semua pihak yang terlibat.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan survei sebagai instrumen utama, yang dirancang untuk mengumpulkan data dari sampel yang representatif. Kuesioner terstruktur digunakan untuk mengukur variabel independen (penggunaan media sosial) dan variabel dependen (pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi). Kuesioner ini dikembangkan berdasarkan teori-teori yang relevan dan telah diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan data yang dikumpulkan akurat.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung di lokasi penelitian, di mana peneliti memberikan kuesioner kepada responden untuk diisi. Proses ini memungkinkan peneliti untuk memberikan penjelasan tambahan jika ada pertanyaan yang tidak dipahami oleh responden, sehingga meminimalkan potensi kesalahan dalam pengisian data. Selain itu, teknik pengumpulan data ini juga memungkinkan peneliti untuk mengamati langsung interaksi responden dengan kuesioner, yang dapat memberikan wawasan kualitatif tambahan.

Untuk populasi yang relatif kecil, yaitu 86 siswa/i, penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling untuk mengumpulkan sampel. Teknik ini dipilih karena peneliti mengambil sampel berdasarkan kemudahan atau kesempatan yang ada, yaitu siswa yang secara kebetulan hadir dan bersedia menjadi responden pada saat penelitian dilakukan (Yin, 2018). Meskipun teknik ini tidak menjamin representasi yang sepenuhnya akurat dari seluruh populasi, teknik ini tetap dapat memberikan gambaran yang berguna dalam konteks penelitian ini.

Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan setelah seluruh kuesioner terkumpul, yang dimulai dengan tahap penyuntingan (editing) untuk memeriksa kelengkapan dan konsistensi jawaban dari setiap responden. Langkah ini sangat penting untuk memastikan bahwa semua data yang akan dianalisis sudah bersih dan bebas dari kesalahan, sehingga hasil analisis dapat diandalkan. Setiap kuesioner diperiksa secara teliti untuk mengidentifikasi jawaban yang tidak lengkap atau tidak konsisten.

Selanjutnya, data yang sudah diverifikasi akan dikodekan (coding) dengan memberikan nilai numerik pada setiap jawaban, yang kemudian akan dimasukkan ke dalam software statistik untuk analisis lebih lanjut. Tahap ini memungkinkan data kualitatif dari kuesioner untuk diubah menjadi format kuantitatif yang dapat diolah secara matematis, mempermudah proses analisis statistik yang akan dilakukan. Pemberian kode yang konsisten dan sistematis adalah kunci untuk menghindari kesalahan dalam interpretasi data.

Terakhir, data yang sudah terkode akan diolah dan dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik, yang akan menghasilkan output berupa tabel dan grafik. Tahap ini juga mencakup verifikasi ulang data untuk memastikan tidak ada kesalahan input, yang merupakan langkah terakhir sebelum analisis data dimulai. Proses pengolahan data yang cermat dan sistematis ini sangat penting untuk menjamin validitas dan reliabilitas dari temuan penelitian.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik deskriptif dan inferensial untuk mendapatkan gambaran komprehensif tentang data yang dikumpulkan. Analisis deskriptif akan digunakan untuk menyajikan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel, seperti tingkat penggunaan media sosial, pengetahuan, dan perilaku kesehatan reproduksi. Analisis ini akan memberikan gambaran umum tentang karakteristik responden dan variabel yang diteliti.

Untuk menguji hipotesis penelitian, yaitu hubungan antara penggunaan media sosial dengan pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi remaja, akan digunakan uji chi-square. Uji ini sangat tepat untuk menganalisis hubungan antara dua variabel kategori atau ordinal, yang merupakan jenis data yang diperoleh dari kuesioner. Penggunaan uji chi-square akan menentukan apakah hubungan yang ditemukan signifikan secara statistik atau hanya terjadi secara kebetulan.

Hasil analisis data akan disajikan dalam bentuk tabel dan grafik, yang akan mempermudah pembaca untuk memahami temuan penelitian. Interpretasi dari hasil analisis ini

akan menjadi dasar untuk bagian pembahasan, di mana temuan penelitian akan didiskusikan dalam kaitannya dengan teori dan penelitian sebelumnya. Proses analisis yang transparan dan berbasis data ini akan memastikan bahwa kesimpulan yang ditarik dari penelitian ini didukung oleh bukti empiris yang kuat.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data yang terkumpul dari 53 responden di SMK Tamansiswa Boja Kendal menunjukkan bahwa sebagian besar responden menunjukkan tingkat penggunaan media sosial yang tergolong rendah, dengan persentase mencapai 56,6% atau sebanyak 30 orang. Fenomena ini menunjukkan adanya kecenderungan unik dalam perilaku digital remaja yang menjadi subjek penelitian, di mana mayoritas responden justru memiliki intensitas penggunaan media sosial yang rendah, yang berlawanan dengan tren penggunaan media sosial secara umum di Indonesia. Peneliti memandang bahwa fenomena ini mungkin berkaitan erat dengan konteks sosial dan kultural lingkungan remaja, seperti pengawasan orang tua yang ketat, norma sosial lokal yang cenderung membatasi akses digital, serta keterbatasan fasilitas seperti perangkat dan koneksi internet yang stabil.

Keterbatasan akses terhadap fasilitas seperti perangkat dan koneksi internet yang stabil dapat secara signifikan memengaruhi intensitas penggunaan media sosial, sehingga responden mungkin tidak memiliki kesempatan untuk menggunakan platform digital secara ekstensif meskipun mereka ingin. Ini konsisten dengan hasil penelitian oleh Agustina et al. (2023) yang menunjukkan bahwa akses terhadap teknologi dan variabel kontekstual keluarga memiliki dampak besar terhadap kebiasaan digital remaja, termasuk penggunaan media sosial mereka, dan temuan ini menguatkan relevansi faktor-faktor eksternal dalam membentuk perilaku digital. Selain itu, waktu pelaksanaan penelitian yang bertepatan dengan masa ujian sekolah juga diperkirakan memengaruhi intensitas penggunaan media sosial, karena remaja cenderung lebih fokus pada kegiatan akademik dan mengurangi waktu untuk aktivitas non-akademik.

Meskipun media sosial sudah sangat terintegrasi dalam kehidupan remaja secara umum, dalam konteks penelitian ini, penggunaan yang rendah tetap mendominasi. Oleh karena itu, strategi edukasi melalui media sosial harus mempertimbangkan dinamika kontekstual tersebut agar intervensi kesehatan yang dirancang benar-benar sesuai dengan pola kehidupan digital target audiens, yang membutuhkan pendekatan yang lebih personal dan disesuaikan. Menurut penelitian sebelumnya yang menguatkan hasil temuan ini, seperti yang dikemukakan oleh Rahmatika & Rahma (2020) intensitas penggunaan media sosial berbanding lurus dengan

peluang remaja mendapatkan informasi kesehatan reproduksi secara efektif melalui platform digital, sehingga pendekatan edukasi perlu disesuaikan dengan tingkat penggunaan.

Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan konten yang bersifat singkat, mudah dicerna, dan menarik agar dapat meningkatkan keterlibatan remaja yang mungkin hanya menggunakan media sosial dalam waktu singkat, yang akan memastikan pesan kesehatan dapat tersampaikan secara optimal. Sebagai hasilnya, media sosial bukan hanya alat untuk hiburan, tetapi juga alat pendidikan yang kuat, terutama dalam inisiatif untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong kebiasaan sehat mengenai kesehatan reproduksi remaja (Athiutama et al., 2023), yang menggarisbawahi potensi besar media sosial sebagai sarana promosi kesehatan. Secara keseluruhan, data ini menggarisbawahi perlunya pemahaman lebih mendalam tentang pola penggunaan media sosial oleh remaja sebagai dasar perancangan program promosi kesehatan yang tepat sasaran dan dapat diakses oleh semua kelompok pengguna, baik yang aktif maupun yang masih dalam kategori penggunaan rendah.

Tabel 1. Penggunaan Media Sosial.

Kategori Penggunaan Sosial Media	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	30	56.6%
Sedang	14	26.4%
Tinggi	9	17.0%
Total	53	100.0%

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja.

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Mean	Median	Median
Tinggi	40	75.5			
Sedang	2	3.8	8.13	10	52
Rendah	11	20.8			

Distribusi perilaku kesehatan reproduksi remaja menunjukkan bahwa sebagian besar responden, sebanyak 35 orang atau 66,0%, berada dalam kategori positif, yang mencerminkan kecenderungan perilaku yang sehat dan bertanggung jawab. Temuan ini sangat menggembirakan karena menunjukkan bahwa pemahaman yang diperoleh oleh remaja tentang kesehatan reproduksi tidak hanya berhenti pada tingkat kognitif, tetapi juga berhasil diterjemahkan ke dalam tindakan nyata, yang merupakan tujuan utama dari setiap program promosi kesehatan. Rata-rata skor perilaku sebesar 15,36 dan median 16,00 semakin menguatkan indikasi ini, menyiratkan bahwa secara kolektif, remaja yang diteliti menunjukkan komitmen yang kuat terhadap kesehatan reproduksi mereka.

Hasil yang positif ini menunjukkan bahwa strategi promosi kesehatan yang telah ada, baik melalui pendidikan formal di sekolah, intervensi dari lembaga kesehatan, atau informasi yang disebarluaskan di media sosial, berhasil membentuk perilaku yang konstruktif di kalangan remaja. Perilaku positif ini dapat mencakup berbagai aspek, seperti praktik kebersihan diri, pemahaman tentang batasan seksual, dan kemampuan untuk membuat keputusan yang bijak terkait hubungan dan kesehatan reproduksi, yang merupakan indikator penting dari pemberdayaan remaja.

Namun, perlu dicatat bahwa masih ada sekitar 34% responden yang berada dalam kategori perilaku negatif, yang menunjukkan bahwa tantangan masih ada dalam upaya promosi kesehatan. Kelompok ini mungkin memerlukan intervensi yang lebih terfokus dan personal untuk mengatasi hambatan yang mungkin mereka hadapi, seperti norma sosial yang tidak mendukung, kurangnya dukungan keluarga, atau paparan terhadap informasi yang salah yang dapat memengaruhi perilaku mereka. Oleh karena itu, strategi promosi kesehatan di masa depan harus dirancang secara lebih komprehensif, mencakup edukasi yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan dukungan sosial yang diperlukan untuk perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Yusuf & Hamdi (2021) yang menunjukkan bahwa remaja yang terpapar pada konten kesehatan reproduksi yang informatif melalui media sosial lebih cenderung untuk mengambil keputusan yang lebih sehat terkait kesehatan seksual dan reproduksi mereka, yang menguatkan pentingnya peran media digital dalam membentuk perilaku. Namun, media sosial juga dapat memiliki dampak negatif jika informasi yang diberikan tidak akurat atau jika remaja terlalu terpengaruh oleh norma sosial yang tidak sehat yang berkembang di platform tersebut (Dila, 2024), sehingga penggunaannya harus dilakukan secara hati-hati dengan memperhatikan kualitas dan keakuratan informasi.

Secara keseluruhan, temuan ini menggarisbawahi bahwa meskipun terdapat tantangan, upaya promosi kesehatan telah menghasilkan dampak yang nyata dalam membentuk perilaku positif di kalangan remaja. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik, yang mengintegrasikan pengetahuan, dukungan sosial, dan teknologi, diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi remaja untuk mengadopsi perilaku kesehatan yang positif dan mengurangi risiko kesehatan reproduksi, yang merupakan langkah kunci menuju kesehatan yang lebih baik.

Tabel 3. Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja.

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Mean	Median	Df (N-1)
Positif	35	66.0	43.06	44	52
Negatif	18	34.0			

Berdasarkan analisis multivariat, terlihat bahwa perilaku kesehatan reproduksi remaja dan tingkat pengetahuan mereka tidak terlalu dipengaruhi oleh berapa lama mereka menghabiskan waktu di media sosial. Nilai signifikansi variabel pengetahuan ($p=0,673$) dan nilai F sebesar 0,400 menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja dan jumlah waktu yang mereka habiskan di media sosial. Hal ini mengindikasikan bahwa durasi penggunaan media sosial bukanlah prediktor utama dari seberapa banyak pengetahuan kesehatan reproduksi yang dimiliki remaja, yang bisa jadi dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Demikian pula, untuk variabel perilaku, nilai signifikansi sebesar 0,495 dan nilai F sebesar 0,713 ditemukan, menandakan tidak adanya pengaruh yang berarti antara durasi penggunaan media sosial dan perilaku kesehatan reproduksi remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa frekuensi atau intensitas penggunaan media sosial tidak secara langsung menentukan apakah remaja akan mengadopsi perilaku kesehatan yang positif atau negatif, yang mungkin lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti pendidikan formal, peran keluarga, atau lingkungan sosial.

Oleh sebab itu, temuan ini mengimplikasikan bahwa, dalam konteks penelitian ini, pengetahuan dan perilaku remaja tentang kesehatan reproduksi tidak dipengaruhi secara langsung oleh frekuensi atau durasi penggunaan media sosial mereka. Kesimpulan ini menyarankan bahwa meskipun media sosial adalah alat yang efektif untuk menyebarkan informasi, dampaknya terhadap pengetahuan dan perilaku mungkin dimediasi oleh faktor-faktor lain, seperti kualitas informasi yang diakses atau literasi digital remaja itu sendiri.

Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun media sosial adalah alat promosi kesehatan yang potensial, dampak signifikannya mungkin tidak terwujud secara langsung hanya dengan mengukur durasi penggunaan. Ini menggarisbawahi perlunya penelitian lebih lanjut yang mengeksplorasi variabel-variabel mediasi, seperti jenis konten yang dikonsumsi, kredibilitas sumber, atau interaksi sosial yang terjadi di platform, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam. Temuan ini juga menantang asumsi bahwa durasi penggunaan yang lebih tinggi secara otomatis menghasilkan pengetahuan dan perilaku yang lebih baik, menunjukkan bahwa kualitas interaksi jauh lebih penting daripada kuantitas.

Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa media sosial memainkan peran yang kompleks dalam kehidupan remaja, di mana pengaruhnya terhadap kesehatan reproduksi tidak dapat disederhanakan hanya dengan melihat berapa lama mereka menggunakan platform tersebut. Diperlukan pendekatan yang lebih nuansal, yang mempertimbangkan berbagai faktor yang memengaruhi bagaimana remaja berinteraksi dengan informasi kesehatan di ranah digital, untuk merancang program intervensi yang benar-benar efektif dan berbasis bukti.

Tabel 4. Hubungan antara Penggunaan Media Sosial dan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja.

Penggunaan Sosial media	Tingkat pengetahuan tinggi	Sedang	Rendah	Total	<i>P- Value</i>
Rendah	20	1	9	30	0.641
Sedang	12	1	1	14	
Tinggi	8	0	1	9	
Total	40	2	11	53	Total

Jumlah waktu yang dihabiskan di media sosial dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi tidak memiliki korelasi secara statistik, menurut nilai p sebesar 0,641 pada tingkat signifikansi 0,05. Akibatnya, penggunaan media sosial tidak memiliki efek yang dapat dicermati pada tingkat kesadaran kesehatan reproduksi dari sampel penelitian.

Pembahasan

Temuan penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki intensitas penggunaan media sosial yang rendah adalah hal yang sangat menarik dan memerlukan pembahasan mendalam. Fenomena ini kontras dengan data nasional yang sering kali menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan pengguna media sosial teraktif, yang menunjukkan adanya dinamika lokal yang signifikan. Kemungkinan besar, pola penggunaan ini dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti pengawasan orang tua yang ketat, norma sosial yang membatasi, atau bahkan keterbatasan akses teknologi dan konektivitas internet di lingkungan penelitian.

Pengawasan orang tua dan norma sosial di lingkungan tertentu dapat memainkan peran krusial dalam membatasi waktu luang yang dihabiskan remaja di media sosial, di mana orang tua mungkin lebih menekankan pada kegiatan akademik atau interaksi sosial tatap muka. Faktor sosio-ekonomi seperti keterbatasan perangkat atau akses internet yang stabil juga dapat memengaruhi intensitas penggunaan, yang menunjukkan bahwa tidak semua remaja memiliki kesempatan yang sama untuk terlibat dalam dunia digital. Oleh karena itu, perancangan program promosi kesehatan harus memperhitungkan realitas ini, di mana pendekatan hanya

melalui media sosial mungkin tidak efektif untuk menjangkau semua kelompok remaja.

Meskipun intensitas penggunaan media sosial rendah, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja sangat tinggi, dengan mayoritas responden mencapai skor yang memuaskan. Tingginya pengetahuan ini mengindikasikan bahwa sumber-sumber informasi lain di luar media sosial, seperti pendidikan formal di sekolah, program penyuluhan dari lembaga kesehatan, atau diskusi dengan orang tua dan teman sebaya, memainkan peran yang jauh lebih signifikan dalam membentuk pemahaman mereka. Hal ini menguatkan argumen bahwa pendidikan kesehatan yang komprehensif harus dilakukan melalui berbagai saluran dan tidak hanya mengandalkan platform digital semata.

Keberhasilan dalam menyebarkan pengetahuan kesehatan reproduksi ini menunjukkan bahwa upaya edukasi yang telah dilakukan oleh berbagai pihak telah efektif dan berhasil menjangkau mayoritas remaja di wilayah penelitian. Namun, temuan ini juga menunjukkan adanya celah, di mana sebagian kecil responden masih memiliki pengetahuan rendah, yang menggarisbawahi perlunya strategi edukasi yang lebih inklusif dan disesuaikan untuk menjangkau kelompok yang mungkin terlewatkan. Oleh karena itu, pendekatan holistik yang mengintegrasikan berbagai saluran informasi, baik digital maupun tradisional, sangat diperlukan.

Tingginya tingkat pengetahuan ini juga berpotensi menjadi modal berharga dalam upaya promosi kesehatan, karena pengetahuan adalah prasyarat untuk perubahan perilaku yang positif. Dengan pemahaman yang kuat tentang kesehatan reproduksi, remaja lebih mungkin untuk mengambil keputusan yang bijak dan bertanggung jawab terkait kesehatan mereka, yang merupakan langkah penting menuju kesejahteraan yang lebih baik. Namun, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian ini, pengetahuan saja tidak selalu cukup untuk mengubah perilaku, yang menyoroti kompleksitas hubungan antara kognisi dan tindakan.

Meskipun pengetahuan remaja berada pada tingkat yang baik, temuan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan tingkat pengetahuan ($p=0,673$) dan perilaku ($p=0,495$) adalah hal yang patut diperhatikan. Hasil ini menantang asumsi umum bahwa semakin banyak waktu yang dihabiskan di media sosial, semakin besar pula pengetahuan dan semakin baik perilaku kesehatan yang dimiliki. Sebaliknya, temuan ini menunjukkan bahwa kualitas interaksi dengan konten jauh lebih penting daripada kuantitas durasi penggunaan.

Faktor-faktor seperti literasi digital remaja, kemampuan mereka untuk membedakan antara informasi yang akurat dan misinformasi, serta kredibilitas sumber yang mereka ikuti di media sosial, kemungkinan besar memainkan peran yang lebih besar daripada sekadar durasi

penggunaan. Remaja yang menggunakan media sosial secara bijak dan kritis mungkin menghabiskan waktu yang lebih sedikit, namun mendapatkan informasi yang lebih berkualitas, sementara remaja yang menggunakan media sosial secara pasif atau terpengaruh oleh konten yang tidak akurat mungkin menghabiskan waktu yang lebih lama tanpa mendapatkan manfaat yang signifikan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menggarisbawahi perlunya pergeseran fokus dari "berapa lama" remaja menggunakan media sosial ke "bagaimana" mereka menggunakannya. Program promosi kesehatan yang efektif harus berfokus pada peningkatan literasi digital, mengajarkan remaja cara mengidentifikasi sumber yang kredibel, melakukan verifikasi informasi, dan berpartisipasi secara aktif dalam diskusi kesehatan yang konstruktif. Hal ini akan memberdayakan remaja untuk menjadi agen perubahan yang cerdas dan bertanggung jawab.

Distribusi perilaku kesehatan reproduksi remaja menunjukkan bahwa sebagian besar responden (66,0%) memiliki perilaku yang positif. Ini merupakan indikator keberhasilan upaya promosi kesehatan yang telah diterapkan, menunjukkan bahwa pengetahuan yang diperoleh remaja telah berhasil diinternalisasi dan diwujudkan dalam tindakan nyata. Perilaku positif ini dapat mencakup berbagai aspek, seperti praktik kebersihan diri, pemahaman tentang batasan seksual, dan kemampuan untuk membuat keputusan yang bijak terkait hubungan dan kesehatan reproduksi, yang merupakan indikator penting dari pemberdayaan remaja.

Meskipun sebagian besar remaja menunjukkan perilaku positif, masih ada 34% yang berada dalam kategori perilaku negatif, yang menunjukkan bahwa tantangan masih ada. Kelompok ini mungkin menghadapi hambatan yang lebih kompleks, seperti tekanan teman sebaya, kurangnya dukungan keluarga, atau paparan terhadap norma sosial yang tidak sehat yang memengaruhi pilihan perilaku mereka. Oleh karena itu, program promosi kesehatan di masa depan harus dirancang secara lebih komprehensif, mencakup edukasi yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan dukungan psikososial yang diperlukan.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa meskipun mayoritas remaja memiliki tingkat penggunaan media sosial yang rendah, mereka memiliki tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi yang tinggi dan menunjukkan perilaku yang positif. Hal ini mengindikasikan bahwa program edukasi yang ada, baik dari institusi pendidikan maupun sumber lain, telah efektif dalam menyebarkan informasi dan membentuk perilaku. Namun, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan media sosial dengan

tingkat pengetahuan maupun perilaku kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajao, S. R., Nanda, L. R. C. A., Utomo, A. W., & Pradipta, A. Y. (2024). Analisis peran media sosial dalam pembentukan perilaku konsumtif remaja. *Jurnal Inovasi Pendidikan dan Pengajaran*, 1(2), 121–135. <https://doi.org/10.35870/ljit.v2i1.2247>
- Akbar, F., Suryana, N., & Purwanto, A. (2023). Perbedaan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di perkotaan dan pedesaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 205–214.
- Arsy, & Hasan, M. (2024). Pemanfaatan media sosial sebagai media promosi kesehatan remaja di era digital. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45–56.
- Aryani, D., Lestari, S., & Wulandari, R. (2022). Pengaruh literasi digital dan akses informasi terhadap pengetahuan kesehatan remaja. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(2), 101–110.
- Athiutama, A., Purnomo, H., & Kusuma, A. (2023). Media sosial sebagai alat holistik untuk promosi kesehatan. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 10(1), 30–45.
- Bakhshi, E., Saeidi, M., & Pourali, A. (2020). Health promotion strategies. *Journal of Health Promotion*, 5(2), 112–125.
- Balqis, S., Aji, R. N., & Nugraha, D. W. (2023). Jenis-jenis media sosial dan pemanfaatannya dalam kehidupan sehari-hari. *Jurnal Komunikasi Digital*, 7(1), 50–65.
- Benoit, S., & Schneider, R. (2020). Social media use and adolescent health. *Journal of Adolescent Health*, 67(4), 512–520.
- Correia, M. J., Gomes, C. P., & Ferreira, A. L. (2020). The relationship between knowledge and behavioral change in health context. *Journal of Behavioral Health*, 25(3), 189–201.
- Cotton, B., Gabel, R., & Hayes, E. (2019). Social media and health promotion. *American Journal of Health Education*, 50(6), 332–341.
- Cut, M. B. (2021). Pengaruh media sosial terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan*, 2(1), 12–20.
- Daulay, R., & Pakpahan, A. (2023). Hubungan literasi media dan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 145–156. <https://doi.org/10.59585/bajik.v2i1.245>
- Diantari, P. T. D. (2024). Hubungan akses informasi kesehatan dengan pengetahuan kesehatan reproduksi pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 34–45.
- Dila, A. (2024). Dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 89–100.
- Ernawati, Y., & Kurniasih, D. (n.d.). Pengaruh media sosial terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan*, 5(2).
- Evans, S. K., Bira, L., & Mitchell, S. L. (2020). Social media and health communication. *Journal of Health Communication*, 15(4), 289–301.
- Fardouly, J., & Vartanian, P. J. (2019). Social media and body image concerns: A review of the literature. *Current Opinion in Psychology*, 31, 102–108.
- Fitria, N., Ramadhani, S., & Sari, D. A. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan

perilaku kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 12(4), 301–310.

Gough, S., Balcombe, L., & Smith, J. (2020). The impact of social media on adolescent reproductive health. *Journal of Adolescent Health*, 45(2), 112–120.

Herli, M., Setiawan, A. S., & Susanto, R. (2023). Hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 4(1), 22–35.
<https://doi.org/10.55984/leleani.v4i1.181>