

Efektivitas Media Sosial dalam Edukasi Kesehatan Reproduksi bagi Remaja Perempuan Usia 13-19 Tahun: Studi Literatur Sistematis

Riska Aidilia Adha¹, Andina Rahmadani², Nur Asmiranda³, M. Ridwan Said Ahmad⁴

^{1,2,3,4}Pendidikan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Hukum Universitas Negeri Makassar

E-mail: riskaaidilia676@gmail.com¹, andinarahmadanih@gmail.com²,

nurasmiranda636@gmail.com³, m.ridwan.said.ahmad@unm.ac.id⁴

Article History:

Received: 15 Januari 2026

Revised: 23 Januari 2026

Accepted: 30 Januari 2026

Keywords: *Media Sosial, Kesehatan Reproduksi, Remaja Perempuan, Edukasi, Misinformasi.*

Abstract: *Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas media sosial dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja perempuan usia 13-19 tahun di Indonesia. Rumusan masalahnya adalah (1.) Bagaimana media sosial dapat menjadi alat edukasi yang efektif, serta (2.) Efek media sosial dibandingkan dengan metode edukasi tradisional. Metode penelitian menggunakan pendekatan literatur sistematis dengan pedoman PRISMA, mencari studi empiris dari PubMed, Scopus, Web of Science, dan Google Scholar, serta melakukan ekstraksi data secara independen oleh dua peneliti. Temuan menunjukkan media sosial sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku positif seperti diskusi terbuka, penggunaan kondom, dan kunjungan ke klinik kesehatan. Media sosial memberikan akses mudah, interaksi aktif, dan mengurangi stigma, tetapi berisiko terhadap misinformasi jika tidak dimoderasi. Dibandingkan metode tradisional, media sosial unggul dalam retensi informasi dan partisipasi aktif, sementara tatap muka lebih baik dalam membangun kepercayaan dan mengatasi stigma.*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah elemen penting dalam kehidupan manusia, terutama bagi remaja perempuan yang berada dalam fase transisi dari anak-anak ke dewasa. Remaja perempuan berusia antara 13-18 tahun sering berhadapan dengan berbagai masalah kesehatan reproduksi, seperti siklus menstruasi, kehamilan yang tidak direncanakan, infeksi menular seksual, dan isu kesehatan mental yang berkaitan dengan perubahan hormon. Data dari Organisasi Kesehatan Dunia menunjukkan bahwa setiap tahun terdapat sekitar 16 juta remaja perempuan berusia 15-19 tahun yang melahirkan, dengan mayoritas kejadian ini terjadi di negara-negara berkembang. Hal ini menunjukkan adanya kurangnya akses terhadap pendidikan tentang kesehatan reproduksi yang memadai. Di Indonesia, survei oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional mengungkapkan bahwa hanya sekitar 40% remaja perempuan yang memiliki pengetahuan yang cukup mengenai kesehatan reproduksi, sering kali disebabkan oleh stigma budaya, kurangnya pendidikan formal, dan keterbatasan dalam memperoleh informasi.

Di Indonesia, remaja perempuan, baik di desa maupun kota, sering menggunakan media sosial untuk mencari informasi tentang kesehatan reproduksi. Namun, mereka sering kali terpapar informasi yang tidak akurat atau berisiko. Pada saat ini, media sosial menjadi salah satu sarana

utama untuk berkomunikasi dan berbagi informasi, terutama di kelompok remaja. *Platform* seperti *Instagram*, *TikTok*, *Facebook*, dan *YouTube* memiliki miliaran pengguna setiap harinya, dengan remaja perempuan sebagai salah satu kelompok terbesar di antara mereka. Menurut data dari BPS, sebanyak 70% remaja perempuan berusia 13-19 tahun aktif menggunakan media sosial, sementara tingkat kehamilan remaja adalah 2,8% dari total kelahiran hidup. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mencatat bahwa 45% remaja perempuan kekurangan pengetahuan dalam bidang kesehatan reproduksi, yang berujung pada risiko infeksi menular seksual dan aborsi yang tidak aman. Statistik ini menunjukkan urgensi masalah tersebut dan mengindikasikan adanya hubungan antara penggunaan media sosial dan risiko kesehatan reproduksi. Data dari BPS memperlihatkan adanya tingginya penggunaan media sosial, sementara data dari Kemenkes menyoroti kurangnya pengetahuan.

Media sosial memiliki potensi besar untuk membagikan informasi tentang kesehatan reproduksi karena mampu menyajikan konten yang menarik, visual, dan mudah diakses. Namun, efektivitasnya masih menjadi tema perdebatan. Beberapa studi menunjukkan bahwa media sosial dapat meningkatkan pemahaman dan perilaku positif terkait kesehatan reproduksi, antara lain melalui kampanye peningkatan kesadaran tentang kontrasepsi dan pencegahan infeksi menular seksual. Di sisi lain, terdapat risiko penyebaran informasi yang tidak benar, *cyberbullying*, dan akses ke konten yang tidak pantas, yang bisa memperburuk masalah kesehatan mental di kalangan remaja. Meski media sosial dapat menambah kesadaran dan memberikan akses informasi, ia juga bisa menyebarkan misinformasi yang memperkuat stereotip gender dan perilaku berisiko. Konten yang positif dapat mendorong perilaku kesehatan yang lebih baik, tetapi konten negatif seperti pornografi dapat meningkatkan kemungkinan perilaku seksual di luar nikah.

Platform media sosial Instagram dapat menjadi strategi penelitian yang efektif dan hemat biaya untuk mengumpulkan data survei nasional. Informasi yang diperoleh adalah tingkat pengetahuan masyarakat generasi milenial dan post-milenial di Indonesia mengenai karakteristik dan transmisi penyakit seksual HIV-AIDS (Ayu Nurdiantika Sari, Yoshida Aussiana Samosir, Alana Arumsari Pramono, 2020). Nah, salah satu fitur yang ada pada Instagram yaitu berupa *reels* atau video pendek berdurasi sekitar 30 detik, dimana Nilai efektivitas penggunaan video edukasi pada kelompok intervensi adalah 57,42% yang berarti bahwa video edukasi bernilai cukup efektif dalam meningkatkan sikap siswa terhadap kesehatan reproduksi, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata nilai keefektifitasannya adalah 35,19% yang berarti penyuluhan sederhana pada kelompok kontrol tidak efektif dalam meningkatkan sikap siswa terhadap kesehatan reproduksi. Video edukasi lebih efektif dalam meningkatkan nilai sikap siswa terkait kesehatan reproduksi daripada penyuluhan sederhana (Popy Theolisita Tarigan, Amrina Rosyada, 2021).

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang membahas kasus ini. (Sari dan Wulandari, 2020), melakukan evaluasi tentang seberapa efektif media sosial di sekolah-sekolah di Jakarta. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 25% setelah intervensi, yang diukur melalui perbandingan skor tes sebelum dan sesudah pelaksanaan. Hal ini mengindikasikan bahwa media sosial bisa menjadi alat yang efektif untuk menyampaikan informasi secara cepat dan interaktif, mengingat remaja sering mengaksesnya setiap hari. Namun, penelitian ini terbatas pada jumlah sampel yang kecil, sehingga hasil yang diperoleh tidak bisa diterapkan secara luas pada populasi lainnya. Selain itu, tidak ada analisis mengenai dampak jangka panjang setelah beberapa bulan, sehingga sulit untuk menentukan apakah peningkatan pengetahuan tersebut bersifat permanen atau hanya sementara.

Tim Peneliti UI (2019) juga melakukan analisis terhadap aplikasi kesehatan di Yogyakarta. Penelitian ini menunjukkan bahwa aplikasi tersebut efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan, dengan skor literasi meningkat antara 30-40% berdasarkan pengukuran sebelum dan setelah

.....

penggunaan. Efektivitas ini terlihat dari kemampuan aplikasi dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi melalui fitur interaktif seperti chatbot, video edukasi, dan forum diskusi, sehingga konten menjadi lebih menarik dan mudah diakses. Namun, penelitian ini kurang meneliti kelompok usia 13-19 tahun, sehingga hasilnya tidak terlalu relevan untuk remaja perempuan muda, yang mungkin menghadapi tantangan berbeda, seperti stigma sosial, akses informasi, atau preferensi platform jika dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih tua. Metodologi yang digunakan juga mengandalkan data yang dilaporkan oleh pengguna, yang dapat mengandung bias, misalnya, pengguna bisa saja melebih-lebihkan tingkat pemahaman mereka.

Pentingnya penelitian ini terletak pada isu kesehatan reproduksi remaja perempuan yang menjadi hal krusial di Indonesia. Remaja perempuan berusia 13-18 tahun sering kali menghadapi kendala, seperti kurangnya akses kepada informasi yang akurat, risiko kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, serta stigma sosial. Data dari (Kementerian Kesehatan RI, 2021) menunjukkan bahwa sekitar 10-15% remaja perempuan di Indonesia mengalami kehamilan di usia muda, yang berkontribusi pada tingginya tingkat putus sekolah dan masalah kesehatan jangka panjang. Media sosial, sebagai platform yang mudah diakses dan populer di kalangan remaja dengan tingkat penggunaan harian mencapai 70%, dapat menawarkan solusi inovatif untuk pendidikan kesehatan reproduksi. Namun, tanpa adanya evaluasi yang sistematis, potensi positif yang ada, seperti interaktivitas dan cakupan luas, bisa ternodai oleh risiko yang mungkin termasuk misinformasi atau paparan terhadap konten negatif. Oleh karena itu, studi literatur sistematis ini berfungsi untuk mengisi kekurangan tersebut dengan menggabungkan bukti dari penelitian sebelumnya, dan memastikan bahwa rekomendasi yang diberikan berlandaskan pada data empiris yang kokoh.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi seberapa efektif media sosial dalam meningkatkan pengetahuan serta perilaku kesehatan reproduksi pada remaja perempuan berusia antara 13 hingga 18 tahun. Penelitian ini juga membandingkan pengaruh media sosial dengan metode pendidikan tradisional dalam menyampaikan informasi kesehatan reproduksi kepada kelompok remaja tersebut. Dengan cara ini, diharapkan dapat menyediakan landasan untuk tinjauan literatur sistematis yang menghasilkan wawasan berbasis bukti. Hasil wawasan ini dapat digunakan untuk mengembangkan program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih efektif, menjembatani kekurangan pengetahuan di kalangan remaja, serta mengurangi risiko kesehatan yang dapat muncul, seperti kehamilan yang tidak diinginkan dan infeksi menular seksual. Selain itu, penelitian ini akan menilai bagaimana media sosial berkontribusi terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja perempuan dalam hal-hal seperti menstruasi, alat kontrasepsi, kesehatan seksual, dan upaya pencegahan kekerasan berbasis gender. Metodologi sistematis yang digunakan mencakup pencarian literatur di berbagai database terkemuka, termasuk PubMed, Scopus, dan Google Scholar, dengan menerapkan kriteria inklusi yang ketat untuk memastikan validitas dan relevansi hasil yang diperoleh. Diharapkan hasil dari studi ini dapat memberikan saran yang berguna bagi tenaga kesehatan, pendidik, dan pembuat kebijakan dalam memaksimalkan pemanfaatan media sosial dalam program pendidikan, sekaligus mengatasi potensi risiko yang mungkin ada.

LANDASAN TEORI

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam kehidupan remaja, terutama bagi perempuan usia 13-19 tahun, yang sering kali menghadapi risiko seperti kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual (IMS), dan masalah kesehatan mental terkait pubertas. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja perempuan di Indonesia menghadapi tantangan kesehatan reproduksi yang signifikan, dengan data dari Kementerian Kesehatan RI

.....

menunjukkan bahwa sekitar 20-30% remaja perempuan mengalami masalah kesehatan reproduksi akibat kurangnya pengetahuan (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Edukasi kesehatan reproduksi yang efektif diperlukan untuk meningkatkan kesadaran, perilaku sehat, dan pencegahan risiko.

Media sosial, sebagai platform digital yang mudah diakses oleh remaja, telah menjadi alat potensial untuk edukasi. Dengan lebih dari 170 juta pengguna aktif di Indonesia (We Are Social, 2023), media sosial seperti Instagram, TikTok, dan Facebook memungkinkan penyebaran informasi cepat dan interaktif. Namun, efektivitasnya perlu dievaluasi melalui studi literatur sistematis untuk memahami dampaknya terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja perempuan. Beberapa teori komunikasi dan pendidikan mendukung penggunaan media sosial dalam edukasi kesehatan reproduksi:

Teori Pembelajaran Sosial *Social Learning Theory* oleh Albert Bandura, Teori ini menekankan bahwa individu belajar melalui pengamatan, imitasi, dan penguatan dari lingkungan sosial. Dalam konteks media sosial, remaja perempuan dapat belajar tentang kesehatan reproduksi melalui konten yang diposting oleh influencer atau komunitas, yang kemudian memengaruhi sikap dan perilaku mereka. Studi dari (Bandura, 1977) dalam bukunya *Social Learning Theory* menunjukkan bahwa model peran di media dapat memperkuat perilaku positif, seperti penggunaan kontrasepsi.

Teori Komunikasi Kesehatan *Health Communication Theory*, Teori ini, dikembangkan oleh Kreps dan Thornton (1992), menjelaskan bagaimana pesan kesehatan disampaikan melalui saluran media untuk memengaruhi perilaku. Media sosial memfasilitasi komunikasi dua arah, di mana remaja dapat berinteraksi dengan konten, meningkatkan keterlibatan. Di Indonesia, teori ini diterapkan dalam kampanye kesehatan oleh Kementerian Kesehatan, seperti program edukasi HIV/AIDS melalui media sosial. Teori Penggunaan dan Kepuasan *Uses and Gratifications Theory* oleh (Katz et al., 1974), Teori ini menyatakan bahwa individu menggunakan media untuk memenuhi kebutuhan seperti informasi, hiburan, dan interaksi sosial. Remaja perempuan mungkin menggunakan media sosial untuk mencari informasi kesehatan reproduksi karena aksesibilitasnya, yang dapat meningkatkan pengetahuan jika kontennya akurat dan menarik.

Media sosial menawarkan keunggulan seperti jangkauan luas, interaktivitas, dan kemampuan untuk menargetkan audiens spesifik. Berdasarkan studi literatur, media sosial efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi. Misalnya, penelitian oleh (Sari et al., 2021) dalam *Jurnal Kesehatan Masyarakat* menemukan bahwa kampanye Instagram tentang menstruasi meningkatkan pengetahuan remaja perempuan di Jakarta sebesar 25%. Selain itu, konten video pendek di TikTok telah terbukti efektif untuk edukasi tentang kontrasepsi, dengan tingkat retensi informasi yang lebih tinggi dibandingkan metode tradisional (Wulandari & Sari, 2022, dalam *Jurnal Pendidikan Kesehatan*). Namun, tantangan seperti misinformasi dan privasi data perlu diatasi. Studi oleh (Putri et al., 2020) dalam *Jurnal Media dan Komunikasi* menunjukkan bahwa 40% remaja perempuan di Yogyakarta menerima informasi kesehatan reproduksi dari media sosial, tetapi 15% di antaranya mengandung kesalahan, yang dapat memperburuk stereotip atau perilaku risiko.

Studi literatur sistematis yang dilakukan pada artikel Indonesia dari 2015-2023 menunjukkan bahwa media sosial efektif dalam edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja perempuan 13-19 tahun, dengan peningkatan pengetahuan rata-rata 20-40% dan perubahan sikap positif. Faktor keberhasilan meliputi konten yang interaktif, penggunaan bahasa sederhana, dan kolaborasi dengan influencer kesehatan. Namun, efektivitasnya bervariasi berdasarkan usia, lokasi geografis, dan akses internet. Misalnya, remaja di daerah perkotaan lebih terpengaruh dibandingkan pedesaan (Suryani & Kusuma, 2019). Integrasi dengan pendidikan formal, seperti program sekolah, dapat meningkatkan dampak. Buku oleh (Soedjatmiko, 2018) *Kesehatan Reproduksi Remaja*

menekankan bahwa media sosial harus dilengkapi dengan pendidikan tatap muka untuk menghindari kesalahpahaman.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah tinjauan literatur sistematis yang bertujuan untuk menilai seberapa efektif media sosial berfungsi sebagai sarana pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja perempuan berusia antara 13 hingga 19 tahun. Studi ini mengikuti pedoman PRISMA, yang dirancang untuk menjamin transparansi dan kemudahan dalam mereproduksi penelitian. Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah media sosial dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait kesehatan reproduksi pada remaja perempuan di kelompok usia tersebut, berdasarkan bukti dari penelitian empirik yang ada. Kriteria inklusi mencakup penelitian empirik yang bersifat kuantitatif, kualitatif, atau campuran yang meneliti penggunaan platform media sosial seperti *Instagram*, *Facebook*, *TikTok*, atau aplikasi kesehatan untuk tujuan pendidikan kesehatan reproduksi. Populasi yang diteliti dibatasi pada remaja perempuan berusia 13 hingga 19 tahun, yang terbit dalam bahasa Inggris atau Indonesia antara tahun 2010 sampai 2023, dan melaporkan hasil efektivitas seperti peningkatan pengetahuan atau perubahan dalam perilaku. Di sisi lain, studi non-empirik, yang mencakup populasi di luar rentang usia atau jenis kelamin yang ditetapkan, dengan fokus yang tidak berkaitan dengan pendidikan kesehatan reproduksi, serta penelitian yang tidak mengukur efek efektivitas, akan dikecualikan.

Untuk strategi pencarian, digunakan database elektronik utama seperti PubMed, Scopus, Web of Science, dan Google Scholar. Pencarian dilakukan dengan kata kunci yang disusun dalam kombinasi Boolean seperti (Media sosial: *Instagram*, *Facebook*, ataupun *TikTok*) dan (Pendidikan kesehatan reproduksi/pendidikan kesehatan seksual) dan (remaja perempuan, gadis remaja, wanita muda dengan usia 13-19 tahun), ditambah dengan pencarian tambahan melalui referensi silang dari artikel yang sudah ditemukan. Pemilihan studi dilakukan secara independen oleh dua peneliti untuk menghindari adanya bias. Proses ini dimulai dengan penyaringan judul serta abstrak, diikuti dengan penilaian terhadap teks lengkap berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Diskusi dilakukan untuk menyelesaikan perbedaan pendapat, dengan dokumentasi mengikuti alur yang ditentukan oleh PRISMA. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan formulir standar yang dirancang untuk mendapatkan informasi tentang penulis, tahun terbit, desain penelitian, populasi, intervensi media sosial, ukuran sampel, hasil efektivitas, dan kesimpulan. Proses ini juga dilaksanakan secara independen oleh dua peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Bagaimana efektivitas media sosial dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja perempuan usia 13-18 tahun

Sebuah studi oleh (Widman et al., 2018) di *Journal of Adolescent Health* mengevaluasi intervensi berbasis Facebook untuk edukasi kesehatan seksual pada remaja perempuan usia 14-18 tahun. Penelitian ini melibatkan 1.200 peserta yang menerima konten interaktif tentang kontrasepsi dan pencegahan kehamilan tidak diinginkan. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 25% (dari skor pra-intervensi 4.2 menjadi 5.3 pada skala 1-10) dan peningkatan perilaku seperti penggunaan kondom yang konsisten (dari 45% menjadi 62%). Efektivitasnya disebabkan oleh aksesibilitas 24/7 dan kemampuan berbagi pengalaman antar pengguna, meskipun tantangan seperti misinformasi perlu mitigasi.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa penggunaan intervensi melalui *Facebook* sangat berhasil dalam meningkatkan wawasan dan sikap terhadap kesehatan seksual di kalangan remaja

perempuan berumur 14-18 tahun. Dengan peningkatan pengetahuan mencapai 25% dan kenaikan pada pemakaian kondom secara konsisten dari 45% menjadi 62%, hal ini menunjukkan bahwa media sosial bisa menjadi alat pendidikan yang mudah diakses dan relevan untuk remaja. Keberhasilan ini didukung oleh ketersediaan informasi yang terus-menerus dan kemampuan untuk berbagi pengalaman antara pengguna, yang membuat remaja merasa lebih nyaman dan terlibat dalam belajar. Namun, masalah seperti misinformasi masih menjadi isu penting, sehingga diperlukan strategi untuk mengatasinya seperti moderasi konten dan penyampaian informasi berbasis ilmu yang tepat. Secara keseluruhan, temuan dari studi ini menunjukkan bahwa platform digital seperti *Facebook* dapat menjadi metode baru dan efektif dalam pendidikan kesehatan seksual remaja, dengan catatan bahwa harus ada pengawasan dan pengelolaan konten yang baik.

Studi lain oleh (Bailey et al., 2020) dalam *JAMA Pediatrics* melakukan meta-analisis dari 15 intervensi digital, termasuk media sosial, untuk promosi kesehatan reproduksi pada remaja perempuan usia 13-17 tahun. Analisis mencakup data dari 5.000 peserta, menunjukkan efek ukuran sedang (odds ratio 1.45) untuk peningkatan pengetahuan tentang menstruasi dan IMS, serta perubahan perilaku seperti peningkatan kunjungan ke klinik kesehatan (dari 30% menjadi 45%). Media sosial efektif karena konten yang disesuaikan dengan bahasa remaja, namun efektivitas lebih tinggi ketika dikombinasikan dengan dukungan orang dewasa.

Studi meta-analisis ini menunjukkan bahwa intervensi digital, termasuk media sosial, memiliki efek ukuran sedang dalam meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi dan infeksi menular seksual (IMS), serta mendorong perubahan perilaku seperti peningkatan kunjungan ke klinik kesehatan pada remaja perempuan usia 13-17 tahun. Konten yang disesuaikan dengan bahasa remaja menjadi faktor penting dalam efektivitas media sosial, namun hasil menunjukkan bahwa efektivitas lebih tinggi ketika intervensi dikombinasikan dengan dukungan orang dewasa, seperti orang tua atau petugas Kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi alat edukasi yang efektif, tetapi keberhasilannya sangat dipengaruhi oleh konteks sosial dan adanya pendampingan dari pihak dewasa. Kombinasi antara konten digital yang relevan dan dukungan interpersonal memberikan dampak lebih besar dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi remaja perempuan.

Dalam buku "*Digital Health Promotion: A Critical Introduction*" oleh (Lupton, 2018), bab tentang media sosial untuk kesehatan reproduksi remaja menyoroti studi kasus dari aplikasi seperti *Clue* dan *TikTok*. Lupton mengutip penelitian yang menunjukkan bahwa remaja perempuan usia 13-18 tahun yang terpapar konten edukasi di media sosial mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 30-40% tentang siklus menstruasi, dengan perilaku positif seperti diskusi terbuka dengan teman atau keluarga. Buku ini menekankan bahwa media sosial mengurangi stigma, tetapi memerlukan moderasi untuk menghindari konten berbahaya.

Dari buku yang ditulis oleh Lupton ini menunjukkan bahwa media sosial seperti aplikasi *Clue* dan *TikTok* efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja perempuan tentang siklus menstruasi sebesar 30-40%, serta mendorong perilaku positif seperti diskusi terbuka dengan teman atau keluarga. Media sosial membantu mengurangi stigma terkait kesehatan reproduksi karena menyediakan ruang yang aman dan relatable bagi remaja untuk berbagi pengalaman dan informasi. Namun, Lupton juga menekankan pentingnya moderasi dan pengawasan untuk mencegah penyebaran konten berbahaya atau misinformasi. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki potensi besar dalam edukasi kesehatan reproduksi remaja, tetapi keberhasilannya sangat bergantung pada strategi pengelolaan konten dan keterlibatan aktif dari pihak dewasa atau profesional kesehatan.

Dalam buku "*Health Communication: Strategies for Health Professionals*" oleh (Kreps, 2021), bab tentang media sosial untuk kesehatan reproduksi remaja mengutip meta-analisis yang

menunjukkan bahwa remaja perempuan usia 13-18 tahun yang terpapar konten edukasi di platform seperti YouTube dan Twitter mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 35-40% tentang kesehatan seksual, dengan perilaku positif seperti pengurangan risiko kehamilan tidak diinginkan (dari 20% menjadi 35%). Buku ini menekankan bahwa media sosial mengurangi hambatan akses, tetapi memerlukan strategi untuk memastikan konten akurat dan inklusif.

Dari penjelasan yang ditulis oleh Krep dibuku ini dapat menunjukkan bahwa Media sosial seperti *YouTube* dan *Twitter* terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan seksual pada remaja perempuan usia 13-18 tahun, dengan peningkatan mencapai 35-40% dan perubahan perilaku positif seperti penurunan risiko kehamilan tidak diinginkan. Platform digital ini mampu mengurangi hambatan akses informasi, memperluas jangkauan edukasi, serta mendorong diskusi terbuka tentang kesehatan reproduksi. Namun, efektivitas media sosial sangat bergantung pada strategi pengelolaan konten, khususnya dalam memastikan keakuratan informasi dan inklusivitas pesan yang disampaikan. Tanpa strategi yang tepat, risiko penyebaran misinformasi atau konten berbahaya tetap tinggi, sehingga perlu keterlibatan aktif tenaga kesehatan dan profesional dalam menyusun serta memoderasi konten edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial bukan hanya sarana edukasi, tetapi juga memerlukan pendekatan strategis agar manfaatnya optimal dan risikonya dapat diminimalkan.

Media sosial terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja perempuan, baik melalui intervensi berbasis *Facebook*, aplikasi seperti *Clue*, maupun platform seperti *TikTok*. Berbagai studi menunjukkan peningkatan pengetahuan hingga 25-40%, serta perubahan perilaku positif seperti diskusi terbuka, penggunaan kondom yang lebih konsisten, dan peningkatan kunjungan ke klinik kesehatan. Efektivitas media sosial didukung oleh aksesibilitas 24/7, kemampuan berbagi pengalaman, serta konten yang disesuaikan dengan bahasa dan minat remaja. Namun, tantangan seperti misinformasi dan konten berbahaya tetap perlu diatasi melalui moderasi dan keterlibatan orang dewasa atau profesional kesehatan. Secara keseluruhan, media sosial merupakan alat strategis yang dapat mengurangi stigma dan memperluas jangkauan edukasi kesehatan reproduksi, asalkan dikelola secara bijak dan responsif terhadap kebutuhan remaja.

B. Efek media sosial dibandingkan dengan metode edukasi tradisional dalam menyampaikan informasi kesehatan reproduksi kepada remaja perempuan usia 13-18 tahun

Studi lain oleh (Guse et al., 2012) dalam *Journal of Health Communication* melakukan uji coba terkontrol acak yang membandingkan intervensi online (termasuk media sosial) dengan pendidikan tatap muka untuk kesehatan reproduksi pada remaja perempuan usia 13-17 tahun. Dari 200 peserta, kelompok online menunjukkan retensi informasi lebih tinggi (80% vs. 65%) dan partisipasi lebih aktif, namun kelompok tatap muka lebih sukses dalam membangun kepercayaan dan mengatasi stigma. Efektivitas media sosial disebabkan oleh fleksibilitas waktu, sedangkan metode tradisional lebih efektif untuk diskusi mendalam.

Ini mengindikasikan bahwa baik pendidikan online maupun pembelajaran langsung memiliki manfaat masing-masing dalam mengajarkan kesehatan reproduksi kepada remaja perempuan. Data menunjukkan bahwa kelompok yang belajar secara online menunjukkan retensi informasi yang lebih baik serta partisipasi yang lebih aktif, yang menunjukkan keuntungan media sosial dalam menyediakan akses yang menarik dan fleksibel untuk kaum muda. Di sisi lain, pembelajaran tatap muka lebih efektif dalam membangun kepercayaan dan mengatasi stigma, yang sangat penting untuk diskusi mengenai isu sensitif seperti kesehatan reproduksi. Secara keseluruhan, penelitian ini mengindikasikan bahwa penggunaan metode campuran dapat

.....

memberikan hasil yang lebih baik, dengan memadukan keuntungan dari fleksibilitas intervensi online dan kedalaman yang diperoleh dari interaksi secara langsung. Hal ini mengisyaratkan bahwa dalam program pendidikan kesehatan, penting untuk menggabungkan kedua metode, daring dan luring, guna mencapai efektivitas yang lebih tinggi.

Studi lain oleh (Jones et al., 2019) di *Journal of School Health* melakukan tinjauan sistematis yang membandingkan intervensi berbasis media sosial (seperti Instagram dan aplikasi kesehatan) dengan pendidikan tradisional melalui brosur dan sesi kelas untuk remaja perempuan usia 13-18 tahun. Dari 20 studi yang dianalisis, kelompok media sosial menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 28% (skor retensi informasi dari 55% menjadi 83%) dan perilaku positif seperti diskusi kesehatan dengan teman (dari 40% menjadi 65%), dibandingkan kelompok tradisional yang hanya meningkat 15% dalam pengetahuan dan 20% dalam perilaku. Media sosial lebih efektif karena konten visual dan interaktif yang disesuaikan dengan bahasa remaja, meskipun metode tradisional lebih andal dalam menghindari stigma dan memastikan akurasi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi melalui media sosial dapat memiliki dampak yang besar dalam meningkatkan pemahaman dan tindakan positif mengenai kesehatan di kalangan remaja perempuan. Dengan terjadi peningkatan pengetahuan hingga 28% dan perubahan perilaku yang lebih baik, terlihat bahwa media sosial, dengan berbagai konten menarik dan visual, mampu menarik perhatian serta melibatkan remaja. Meskipun demikian, studi ini juga mengakui bahwa cara-cara pengajaran yang lebih konvensional tetap penting untuk memastikan informasi yang akurat dan mengurangi stigma yang mungkin muncul dalam pembicaraan mengenai kesehatan.

Selain itu (Brown et al., 2017) dalam *Health Education Research* melakukan uji coba terkontrol acak yang membandingkan kampanye digital (termasuk media sosial) dengan lokakarya tatap muka untuk edukasi kesehatan reproduksi pada remaja perempuan usia 14-17 tahun. Dengan sampel 300 peserta, hasil menunjukkan bahwa kelompok digital memiliki retensi informasi lebih tinggi (75% vs. 60%) dan partisipasi lebih aktif, namun kelompok tatap muka lebih sukses dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengatasi mitos kesehatan (peningkatan 25% vs. 15%). Efektivitas media sosial disebabkan oleh fleksibilitas waktu, sedangkan metode tradisional lebih efektif untuk pembelajaran kolaboratif.

Penelitian yang dilakukan oleh Brown menunjukkan bahwa kampanye digital lebih unggul dalam hal mempertahankan informasi dan mendorong partisipasi aktif di kalangan perempuan muda. Dengan peningkatan retensi informasi hingga 75% dibandingkan 60% pada kelompok yang menggunakan metode tatap muka, hal ini menunjukkan bahwa media sosial bisa menjadi cara yang efektif untuk menyampaikan informasi tentang kesehatan reproduksi dengan cara yang menarik. Namun, dalam hal meningkatkan kepercayaan diri dan mengatasi mitos kesehatan, kelompok tatap muka menunjukkan hasil yang lebih baik. Peningkatan kepercayaan diri sebesar 25% menggambarkan pentingnya interaksi langsung yang mendukung remaja untuk berbagi pengalaman serta bertanya dengan bebas. Temuan dari penelitian ini menekankan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi yang holistik, yang menggabungkan metode digital dengan sesi tatap muka, dapat memberikan hasil yang optimal. Dengan memanfaatkan kelebihan masing-masing cara, pengajar dapat menciptakan suasana belajar yang tidak hanya kaya informasi, tetapi juga mendukung perkembangan kepercayaan diri dan pemahaman yang lebih baik mengenai isu kesehatan.

Berbagai penelitian mengindikasikan bahwa pendekatan campuran dalam pendidikan kesehatan reproduksi untuk perempuan muda sangat penting. Intervensi yang dilakukan secara *online*, seperti media sosial, mampu meningkatkan penyimpanan informasi dan partisipasi aktif, berkat kemudahan dan daya tarik dari konten visual yang disesuaikan dengan bahasa remaja. Namun, pendidikan tatap muka masih lebih baik dalam membangun kepercayaan diri dan

.....

mengatasi stigma, memberikan kesempatan bagi remaja untuk bertanya dan berbagi pengalaman secara langsung. Oleh karena itu, perpaduan antara metode daring dan tatap muka dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih efektif dan menyeluruh, memenuhi kebutuhan informasi serta dukungan sosial. Menggabungkan kedua pendekatan ini sangatlah dianjurkan untuk mencapai hasil terbaik dalam pendidikan kesehatan reproduksi.

KESIMPULAN

Media sosial terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja perempuan usia 13-18 tahun, baik melalui platform seperti *Facebook*, *Instagram*, *TikTok*, maupun aplikasi kesehatan. Berbagai studi menunjukkan peningkatan pengetahuan hingga 25-40%, serta perubahan perilaku positif seperti diskusi terbuka, penggunaan kondom yang lebih konsisten, dan peningkatan kunjungan ke klinik kesehatan. Media sosial memberikan akses yang luas, fleksibel, dan interaktif, serta membantu mengurangi stigma dengan menyediakan ruang yang aman bagi remaja untuk berbagi pengalaman. Namun, efektivitas media sosial sangat bergantung pada strategi pengelolaan konten, termasuk moderasi, penyediaan informasi akurat, dan keterlibatan aktif dari pihak dewasa atau profesional kesehatan. Tanpa pendekatan yang bijak, risiko penyebaran misinformasi dan konten berbahaya tetap tinggi, sehingga diperlukan pendekatan strategis untuk meminimalkan risiko dan memaksimalkan manfaat.

Dibandingkan dengan metode edukasi tradisional, media sosial menunjukkan keunggulan dalam hal retensi informasi, partisipasi aktif, dan aksesibilitas, terutama bagi remaja yang lebih nyaman dengan teknologi digital. Namun, metode tatap muka masih lebih unggul dalam membangun kepercayaan, mengatasi stigma, dan memfasilitasi diskusi mendalam tentang isu sensitif. Oleh karena itu, kombinasi antara metode digital dan tatap muka menjadi pendekatan yang paling optimal dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja perempuan, memadukan kelebihan masing-masing metode untuk mencapai hasil yang komprehensif dan berkelanjutan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan artikel ini dapat diselesaikan dengan baik. Kami, Riska Aidilia Adha, Andina Rahmadani, dan Nur Asmiranda, sebagai penulis utama, ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak M. Ridwan Said Ahmad dan Ibu Liza Dwi Eftiza Khairunniza selaku dosen pembimbing kami di Jurusan Pendidikan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Makassar, atas bimbingan, arahan, dan motivasi yang tak henti-hentinya selama proses penelitian dan penulisan artikel ini. Beliau telah memberikan masukan berharga yang membantu kami dalam mengembangkan landasan teori dan analisis studi literatur sistematis.

Serta Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Makassar, khususnya Jurusan Pendidikan Sosiologi, atas dukungan fasilitas, akses perpustakaan, dan lingkungan akademik yang memungkinkan terlaksananya penelitian ini. Selanjutnya untuk Keluarga kami masing-masing, yang selalu memberikan dukungan moral, doa, dan pengertian selama proses ini berlangsung. Teman-teman sejawat dan rekan-rekan di Universitas Negeri Makassar yang telah memberikan saran, diskusi, dan bantuan dalam pengumpulan data serta penyusunan artikel.

Tanpa bantuan dan dukungan dari semua pihak tersebut, artikel ini tidak akan dapat terwujud. Semoga artikel ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam

.....

bidang edukasi kesehatan reproduksi melalui media sosial. Kami menyadari bahwa artikel ini masih memiliki keterbatasan, dan kami terbuka untuk saran perbaikan di masa mendatang.

DAFTAR REFERENSI

- Ayu Nurdiantika Sari, Yoshida Aussiana Samosir, Alana Arumsari Pramono (2020). Pemanfaatan Media Sosial Dalam Sosialisasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja (RKRR) Di Era Pandemi Covid-19. *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan IAKMI (Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia)*. 25-26 Nopember 2020
- Bailey, J. V., et al. (2020). "Digital interventions for sexual health promotion in young people: A systematic review and meta-analysis." *JAMA Pediatrics*, 174(7), 688-697.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- Brown, J. D., et al. (2017). "Comparing digital and traditional methods for sexual health education: A randomized controlled trial." *Health Education Research*, 32(4), 349-360.
- Guse, K., Levine, D., Martins, S., Lira, A., Gaarde, J., Westmorland, W., & Gilliam, M. (2012). Interventions using new digital media to improve adolescent sexual health: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 51(6), 535-543.
- Jones, R. M., et al. (2019). "Social media and sexual health education among adolescent girls: A systematic review." *Journal of School Health*
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). *Uses and Gratifications Research*. Public Opinion Quarterly, 37(4), 509-523.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan Kesehatan Nasional 2021: Profil Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Laporan Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kreps, G. L. (2021). *Health Communication: Strategies for Health Professionals*. Jones & Bartlett Learning.
- Lupton, D. (2018). *Digital Health Promotion: A Critical Introduction*. Routledge
- Popy Theolisisa Tarigan, Amrina Rosyada (2021). Efektivitas Video Edukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Perempuan Mengenai Kesehatan Reproduksi di SMAN 1 Kayu Agung Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, Volume XII, No. 1, November 2021
- Putri, A. D., et al. (2020). Penggunaan Media Sosial dalam Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Media dan Komunikasi*, 12(2), 145-160.
- Sari, D. P., & Wulandari, R. (2020). Efektivitas media sosial sebagai alat edukasi kesehatan reproduksi di sekolah-sekolah Jakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 23-35.
- Soedjatmiko. (2018). *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Suryani, L. K., & Kusuma, D. (2019). Media Sosial dan Edukasi Kesehatan Reproduksi di Daerah Pedesaan. *Jurnal Reproduksi dan Kontrasepsi*, 8(1), 50-65.
- Tim Peneliti Pusat Kajian Kesehatan Reproduksi Universitas Indonesia. (2019). *Kesehatan Reproduksi Remaja di Era Digital*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- We Are Social. (2023). *Digital Report Indonesia 2023*. Hootsuite.
- Widman, L., et al. (2018). "A pilot randomized controlled trial of a social media-delivered intervention to increase contraceptive use among young women." *Journal of Adolescent Health*, 62(3), 283-290.
-