

Pengaruh Paparan Sosial Media terhadap Perilaku Kesehatan Reproduksi Remaja Putri

Eka Faizaturrahmi^{1,*}, Nurannisa Fitria Aprianti²

^{1,2}Program Studi S1 Pendidikan Bidan dan Profesi Bidan STIKES Hamzar Memben Lombok Timur, Indonesia

¹ekafaizaturrahmi@yahoo.co.id*; ²nurannisafitriaaprianti@gmail.com

* eka faizaturrahmi

Tanggal Submisi: 29 Mei 2026, Tanggal Penerimaan: 30 Mei 2026

Abstrak

Perkembangan media sosial telah memberikan dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk perilaku kesehatan reproduksi. Remaja putri merupakan kelompok yang rentan terhadap informasi yang beredar di media sosial, baik informasi yang bersifat edukatif maupun informasi yang kurang akurat. Paparan media sosial yang tinggi dapat memengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja terkait kesehatan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh paparan media sosial terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja putri. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada remaja putri usia 15–18 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat paparan media sosial tinggi (68,3%) dan perilaku kesehatan reproduksi yang baik (71,7%). Analisis Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media sosial dan perilaku kesehatan reproduksi remaja putri ($\chi^2 = 15,85$; $p = 0,001$). Responden dengan paparan media sosial tinggi cenderung memiliki perilaku kesehatan reproduksi yang lebih baik dibandingkan responden dengan paparan rendah. Semakin tinggi paparan terhadap konten edukasi kesehatan reproduksi, semakin baik perilaku kesehatan reproduksi yang ditunjukkan responden. Oleh karena itu, media sosial dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi kesehatan reproduksi yang efektif apabila disertai dengan pengawasan dan penyaringan informasi yang tepat.

Kata kunci: Media sosial; perilaku; kesehatan reproduksi; remaja putri

Abstract

The development of social media has significantly influenced various aspects of adolescents' lives, including reproductive health behaviors. Adolescent girls are particularly vulnerable to the information circulating on social media, whether educational or inaccurate in nature. High levels of social media exposure may affect adolescents' knowledge, attitudes, and behaviors related to reproductive health. This study aimed to analyze the influence of social media exposure on reproductive health behaviors among adolescent girls. A quantitative approach with a cross-sectional design was employed. Data were collected through questionnaires distributed to adolescent girls aged 15–18 years. The results showed that the majority of respondents had a high level of social media exposure (68.3%) and demonstrated good reproductive health behaviors (71.7%). Chi-Square analysis revealed a significant association between social media exposure and reproductive health behaviors among adolescent girls ($\chi^2 = 15.85$; $p = 0.001$). Respondents with high social media exposure were more likely to exhibit better reproductive health behaviors compared to those with lower exposure. Furthermore, greater exposure to reproductive health educational content was associated with more positive

reproductive health behaviors among respondents. Therefore, social media can serve as an effective medium for reproductive health education.

Keywords: *Social media; behaviors; reproductive health; adolescent girl*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang mengalami berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan sebagai bagian dari proses pertumbuhan dan perkembangan menuju masa dewasa. Masa remaja ditandai dengan terjadinya pubertas yang menyebabkan perubahan pada sistem reproduksi sehingga meningkatkan kebutuhan akan informasi dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman terkait kesehatan reproduksi dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai permasalahan kesehatan seperti kehamilan tidak direncanakan, infeksi menular seksual, pernikahan usia dini, serta perilaku seksual berisiko. Menurut (*World Health Organization, 2024*) sekitar 21 juta kehamilan terjadi setiap tahun pada remaja perempuan usia 15–19 tahun di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan hampir setengahnya merupakan kehamilan yang tidak direncanakan. Selain itu, komplikasi kehamilan dan persalinan masih menjadi salah satu penyebab utama kematian pada remaja perempuan di kelompok usia tersebut. Data ini menunjukkan bahwa kesehatan reproduksi remaja merupakan isu kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius.

Kesehatan reproduksi merupakan keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem reproduksi serta fungsi dan prosesnya (Best et al., 2021). Upaya peningkatan kesehatan reproduksi pada remaja menjadi salah satu prioritas dalam pembangunan kesehatan karena kelompok usia ini merupakan generasi produktif yang akan menentukan kualitas sumber daya manusia di masa mendatang (*UNICEF, 2023*). Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi dalam satu dekade terakhir telah mengubah pola pencarian informasi kesehatan pada remaja. Media sosial saat ini menjadi salah satu sarana utama yang digunakan untuk memperoleh informasi kesehatan karena menawarkan akses yang cepat, mudah, murah, dan interaktif (George et al., 2022). Berdasarkan laporan Digital 2025 Indonesia, pengguna internet di Indonesia mencapai lebih dari 220 juta jiwa dengan kelompok usia remaja sebagai salah satu pengguna paling aktif. TikTok, Instagram, YouTube, dan WhatsApp menjadi platform media sosial yang paling sering digunakan oleh remaja Indonesia (*Social & Meltwater, 2025*).

TikTok merupakan platform yang mengalami peningkatan pengguna paling signifikan dalam beberapa tahun terakhir (Chen et al., 2024). Karakteristik konten yang berbentuk video singkat, mudah dipahami, dan menarik secara visual menyebabkan TikTok menjadi sumber informasi yang populer di kalangan remaja (Keles et al., 2021). Berbagai informasi mengenai menstruasi, kesehatan reproduksi, kontrasepsi, kesehatan mental, dan gaya hidup sehat banyak dibagikan melalui platform tersebut (*Montag et al., 2023*).

Paparan media sosial dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan reproduksi remaja (Kreski et al., 2023). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa media sosial mampu meningkatkan literasi kesehatan melalui penyebaran informasi yang mudah dipahami dan dapat diakses kapan saja (Nesi et al., 2024). Informasi kesehatan yang disampaikan secara digital dapat membantu remaja meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik (Moreno et al., 2021).

Selain memberikan manfaat, media sosial juga memiliki potensi risiko (Naslund et al., 2022). Tingginya jumlah informasi yang beredar menyebabkan remaja berisiko menerima informasi yang tidak valid atau tidak sesuai dengan bukti ilmiah. Misinformasi mengenai

kesehatan reproduksi dapat memengaruhi persepsi, sikap, dan perilaku remaja dalam menjaga kesehatan reproduksinya (O'Reilly et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh (Choukas-Bradley et al., 2022) bahwa paparan konten digital yang tidak sesuai usia dapat memengaruhi perilaku kesehatan dan pembentukan identitas remaja.

Beberapa penelitian terdahulu telah meneliti hubungan antara penggunaan media sosial dan kesehatan remaja. (House et al., 2023) menemukan bahwa media sosial dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi apabila digunakan sebagai media edukasi yang tepat. Penelitian (Odgers & Jensen, 2022) juga melaporkan bahwa dampak media sosial terhadap kesehatan remaja sangat dipengaruhi oleh jenis konten yang dikonsumsi serta kemampuan individu dalam melakukan literasi digital.

Di Indonesia, penelitian mengenai hubungan antara paparan media sosial dan perilaku kesehatan reproduksi remaja masih menunjukkan hasil yang beragam. Sebagian penelitian melaporkan adanya hubungan positif antara penggunaan media sosial dan peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi, sementara penelitian lain menemukan bahwa tingginya intensitas penggunaan media sosial tidak selalu diikuti dengan perilaku kesehatan reproduksi yang baik (Putri et al., 2024)

Kabupaten Lombok Timur merupakan salah satu wilayah dengan jumlah populasi remaja yang cukup besar. Meningkatnya penggunaan telepon pintar dan akses internet di kalangan remaja usia sekolah memungkinkan mereka memperoleh informasi dengan lebih mudah melalui platform media sosial. SMAN 1 Suela sebagai salah satu sekolah menengah atas di Kabupaten Lombok Timur merupakan lingkungan yang mencerminkan tingginya keterlibatan remaja putri dalam penggunaan media sosial dan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Namun, masih terbatas penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh paparan media sosial terhadap perilaku kesehatan reproduksi pada remaja putri di SMAN 1 Suela. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami peran paparan media sosial dalam membentuk perilaku kesehatan reproduksi remaja putri di SMAN 1 Suela, Kabupaten Lombok Timur.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh paparan media sosial terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja putri di Kabupaten Lombok Timur. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan pemerintah daerah dalam mengembangkan program edukasi kesehatan reproduksi berbasis media digital yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan remaja.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Pendekatan cross-sectional dipilih karena pengukuran variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang bersamaan untuk mengetahui hubungan antara paparan media sosial dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja putri.

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Suela Kabupaten Lombok Timur pada bulan Januari–Maret 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri tingkat kelas X, XI, dan XII yang aktif menggunakan media sosial yang berjumlah 500 siswa dari total 983 siswa. Sampel penelitian berjumlah 120 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yaitu remaja putri berusia 15–18 tahun, aktif

menggunakan media sosial minimal dua jam per hari, bersedia menjadi responden, dan mengisi kuesioner secara lengkap.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah paparan media sosial yang diukur berdasarkan frekuensi penggunaan media sosial, durasi penggunaan harian, jenis media sosial yang digunakan, dan frekuensi mengakses konten kesehatan reproduksi. Variabel dependen adalah perilaku kesehatan reproduksi yang meliputi pengetahuan kesehatan reproduksi, perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi, perilaku pencarian informasi kesehatan reproduksi, dan perilaku pencegahan risiko kesehatan reproduksi.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terstruktur yang telah dimodifikasi dari penelitian sebelumnya. Kuesioner terdiri atas tiga bagian yaitu karakteristik responden, paparan media sosial, dan perilaku kesehatan reproduksi. Sistem penilaian menggunakan skala Likert dengan kategori baik dan kurang baik berdasarkan nilai median.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan program Statistical Package for Social Sciences (SPSS). Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden, sedangkan analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase(%)
15	24	20,0
16	38	31,7
17	42	35,0
18	16	13,3
Total	120	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 17 tahun sebanyak 42 orang (35,0%), sedangkan jumlah paling sedikit berada pada kelompok usia 18 tahun sebanyak 16 orang (13,3%).

Tabel 2. Distribusi Kelas Responden

Kelas	Frekuensi	Persentase(%)
X	38	31,7
XI	42	35,0
XII	40	33,3
Total	120	100

Tabel 3. Distribusi Penggunaan Sosial Media

Platform	Frekuensi	Persentase(%)
Tiktok	102	85,0
Instagram	86	71,7
Youtube	78	65,0
Facebook	29	24,2
X/Twitter	21	17,5

Tabel 4. Tingkat Paparan Sosial Media

Paparan Sosial Media	Frekuensi	Persentase(%)
Tinggi	82	68,3
Rendah	38	31,7
Total	120	100

Sebagian besar responden memiliki tingkat paparan media sosial yang tinggi yaitu sebanyak 82 orang (68,3%).

Tabel 5. Perilaku Kesehatan Reproduksi

Perilaku Kesehatan Reproduksi	Frequency	Percentage (%)
Good	86	71,7
Poor	34	28,3
Total	120	100

Sebagian besar responden menunjukkan perilaku kesehatan reproduksi yang baik yaitu sebanyak 86 orang (71,7%).

Tabel 6. Analisis Hubungan Paparan Sosial Media dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi

Paparan Sosial Media	Perilaku Kesehatan Reproduksi		Total n(%)
	Baik n (%)	Kurang Baik n (%)	
Tinggi	64 (82,9)	14 (17,1)	82 (100)
Rendah	18 (47,4)	20 (25,6)	38 (100)
Total	86 (71,8)	34 (28,3)	120 (100)

Statistical Test	P value
Pearson Chi-Square (χ^2)	15,85
Df	1
p-value	0,001

Hasil uji *Pearson Chi-Square* menunjukkan nilai $\chi^2 = 15,85$ dengan derajat kebebasan ($df = 1$) dan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media sosial dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja putri di SMAN 1 Suela Kabupaten Lombok Timur. Responden yang memiliki tingkat paparan media sosial tinggi cenderung menunjukkan perilaku kesehatan reproduksi yang lebih baik dibandingkan responden yang memiliki tingkat paparan media sosial rendah.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat paparan media sosial yang tinggi. Tingginya penggunaan media sosial pada remaja menunjukkan bahwa platform digital telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari. TikTok menjadi media sosial yang paling banyak digunakan oleh responden karena menyediakan konten yang menarik, interaktif, dan mudah diakses.

Penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku kesehatan reproduksi yang baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa paparan informasi kesehatan reproduksi yang diperoleh melalui media sosial berpotensi meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara paparan media sosial dengan perilaku kesehatan reproduksi. Remaja yang memiliki tingkat paparan media sosial tinggi cenderung menunjukkan perilaku kesehatan reproduksi yang lebih baik dibandingkan remaja dengan paparan media sosial rendah.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Moreno et al., 2021) yang menyatakan bahwa media sosial dapat menjadi sarana edukasi kesehatan yang efektif bagi remaja. Informasi yang diperoleh melalui media sosial mampu meningkatkan literasi kesehatan dan mendorong perubahan perilaku yang lebih positif.

Penelitian (Fund, 2023) juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial sebagai media promosi kesehatan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi pada kelompok usia remaja. Selain itu, (House et al., 2023) melaporkan bahwa paparan konten edukasi kesehatan reproduksi berhubungan dengan peningkatan perilaku pencegahan risiko kesehatan reproduksi.

TikTok sebagai platform yang paling banyak digunakan oleh responden memiliki potensi besar sebagai media edukasi kesehatan reproduksi. Berbagai konten edukatif yang disampaikan melalui video pendek terbukti lebih mudah dipahami oleh remaja dibandingkan metode edukasi konvensional. Namun demikian, tingginya penggunaan media sosial juga dapat meningkatkan risiko paparan informasi yang tidak akurat apabila pengguna tidak memiliki kemampuan literasi digital yang baik.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Desain *cross-sectional* tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara langsung antara paparan media sosial dan perilaku kesehatan reproduksi. Selain itu, data diperoleh melalui kuesioner self-report sehingga kemungkinan terdapat bias informasi dari responden.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh paparan media sosial terhadap perilaku kesehatan reproduksi remaja putri di SMAN 1 Suela Kabupaten Lombok Timur, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat paparan media sosial yang tinggi dengan TikTok sebagai platform yang paling sering digunakan. Sebagian besar

responden juga menunjukkan perilaku kesehatan reproduksi yang baik yang meliputi pengetahuan kesehatan reproduksi, perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi, perilaku pencarian informasi kesehatan reproduksi, serta perilaku pencegahan risiko kesehatan reproduksi.

Hasil analisis menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara paparan media sosial dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja putri ($p = 0,001$). Remaja putri yang memiliki tingkat paparan media sosial tinggi cenderung memiliki perilaku kesehatan reproduksi yang lebih baik dibandingkan dengan remaja yang memiliki tingkat paparan media sosial rendah.

Media sosial dapat menjadi sarana edukasi kesehatan reproduksi yang efektif apabila informasi yang diperoleh berasal dari sumber yang kredibel dan berbasis bukti ilmiah. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama antara tenaga kesehatan, institusi pendidikan, orang tua, dan pemerintah dalam meningkatkan kualitas informasi kesehatan reproduksi yang tersedia di media sosial sehingga dapat mendukung pembentukan perilaku kesehatan yang positif pada remaja.

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau mixed method untuk memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai pengaruh media sosial terhadap kesehatan reproduksi remaja serta mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2021). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic review. *Health Promotion International, 36*(2), 451–460.
- Chen, Y., Li, X., & Wang, J. (2024). Digital health literacy among adolescents in the social media era. *International Journal of Adolescent Medicine and Health, 36*(1), 1–9.
- Choukas-Bradley, S., Nesi, J., Widman, L., & Higgins, M. K. (2022). Camera-ready: Young women's appearance-related social media consciousness. *Psychology of Popular Media, 11*(3), 287–298.
- Fund, U. N. P. (2023). *State of World Population Report 2023*. United Nations Population Fund.
- George, M. J., Jensen, M. R., Russell, M. A., Gassman-Pines, A., Copeland, W. E., Hoyle, R. H., & Odgers, C. L. (2022). Young adolescents' digital technology use and mental health symptoms. *Child Development, 93*(3), 856–873.
- House, L. D., Bates, J., Markham, C. M., & Lesesne, C. A. (2023). Social media and adolescent sexual health education. *Journal of Adolescent Health, 72*(3), 325–332.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2021). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth, 26*(1), 79–93.
- Kreski, N. T., Platt, J., Rutherford, C., & Keyes, K. M. (2023). Social media use and adolescent wellbeing. *Journal of Youth and Adolescence, 52*(8), 1465–1479.

- Montag, C., Yang, H., & Elhai, J. D. (2023). On the psychology of TikTok use. *Addictive Behaviors Reports*, *17*, 100462.
- Moreno, M. A., D'Angelo, J., Whitehill, J., & Kerr, B. (2021). Social media and adolescent health: Benefits and risks. *Current Opinion in Pediatrics*, *33*(4), 467–472.
- Naslund, J. A., Bondre, A., Torous, J., & Aschbrenner, K. A. (2022). Social media and mental health. *Current Psychiatry Reports*, *24*(4), 189–197.
- Nesi, J., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2024). Transformation of adolescent peer relations in the social media context. *Developmental Review*, *71*, 101102.
- Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2022). Annual research review: Adolescent mental health in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *63*(3), 336–348.
- O'Reilly, M., Dogra, N., Hughes, J., Reilly, P., George, R., & Whiteman, N. (2022). Potential of social media in promoting adolescent health. *Health Expectations*, *25*(2), 459–468.
- Organization, W. H. (2024). *Adolescent Sexual and Reproductive Health*. World Health Organization.
- Putri, D. A., Rahmawati, N., & Hidayati, S. (2024). Hubungan penggunaan media sosial dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *19*(1), 25–34.
- Social, W. A., & Meltwater. (2025). *Digital 205 Indonesia Report*. We Are Social and Meltwater.
- UNICEF. (2023). *Adolescent Development and Participation*. UNICEF.