JURNAL KEBIDANAN

P-ISSN : 2302-3082
E-ISSN : 2657-1978

Tersedia *online* di https://journalkebidanandharmahusada.com/JKDH/index

Pengalaman Remaja Putri dalam Mengakses Informasi Kesehatan Reproduksi melalui Media Sosial di Era Digital

Adolescent Girls' Experiences in Accessing Reproductive Health Information through Social Media in the Digital Era

Candra Wahyuni[1], Yunita Rochmatul Choir[1], Putri Eka Sejati[1]

[1]Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas STRADA Indonesia, Kediri, Indonesia
Email: [1]candrawahyuni85@gmail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:
Menerima 20 Agustus 2026
Revisi 28 September 2026
Diterima 15 Oktober 2026
Online 30 Oktober 2026

Kata kunci:
Kesehatan Reproduksi
Literasi Digital
Media Sosial
Pengalaman Kualitatif
Remaja Putri

Keywords:
Adolescent Girls
Digital Literacy
Qualitative Phenomenology
Reproductive Health
Social Media

Style APA dalam menyitasi artikel ini:
Wahyuni, C., Choir, Y. R., & Sejati, P. E. (2026). Pengalaman remaja putri dalam mengakses informasi kesehatan reproduksi melalui media sosial di era digital. *JKDH; Jurnal Kebidanan; 15*(2), 582–590.

ABSTRAK

Remaja putri semakin sering mengakses informasi kesehatan reproduksi melalui media sosial, namun keterbatasan literasi digital kritis menimbulkan risiko penerimaan informasi yang tidak akurat. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi secara mendalam pengalaman remaja putri dalam mengakses informasi kesehatan reproduksi melalui media sosial di SMK Negeri 1 Kepanjen. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Sebanyak lima informan utama (siswi kelas X–XII berusia 15–18 tahun) direkrut menggunakan teknik *purposive sampling* hingga tercapai kejenuhan data (*data saturation*), serta ditriangulasi dengan lima guru wali kelas. Pengumpulan data dilaksanakan melalui wawancara mendalam semiterstruktur dan catatan lapangan pada pertengahan Februari hingga Maret 2026 setelah memperoleh surat kelaikan etik dari KEPK Universitas STRADA Indonesia (No. 0123485/EC/KEPK/I/02/2026). Data dianalisis menggunakan analisis tematik interaktif model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan dominan memanfaatkan TikTok, YouTube, dan Instagram karena kemudahan navigasi, visualisasi interaktif multimodal, dorongan algoritma rekomendasi beranda (*For You Page/Explore*), serta jaminan privasi di tengah tabu komunikasi keluarga. Kebutuhan informasi berpusat pada keteraturan siklus menstruasi, manajemen dismenore nonfarmakologis, diferensiasi keputihan fisiologis dan patologis, serta kebersihan organ genitalia. Kredibilitas informasi dievaluasi melalui identitas profesional tenaga kesehatan, meskipun bias popularitas algoritma (jumlah suka dan penayangan) masih memengaruhi sebagian siswi. Akses media sosial mendorong adopsi perilaku kebersihan diri yang positif (penggantian pembalut berkala, pemakaian pakaian dalam berbahan katun berpori, kompres hangat, serta peningkatan nutrisi dan hidrasi seimbang), meskipun paparan konten yang kontradiktif sempat memicu kecemasan kesehatan (*cyberchondria*). Media sosial berfungsi sebagai saluran alternatif yang esensial bagi remaja putri, namun memerlukan penguatan literasi digital kritis dan pendampingan profesional. Pelayanan kebidanan komunitas bersama pihak sekolah perlu memperkuat edukasi kesehatan digital berbasis bukti yang ramah remaja.

ABSTRACT

Adolescent girls increasingly access reproductive health information through social media; however, limited critical digital literacy poses significant risks of receiving inaccurate knowledge. This study aimed to explore in depth adolescent girls' lived experiences in accessing reproductive health information through social media at SMK Negeri 1 Kepanjen. A qualitative phenomenological approach was used, involving five key informants (female students in grades X–XII aged 15–18 years) recruited via purposive sampling until data saturation was achieved, and triangulated with five homeroom teachers. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and field notes between mid-February and March 2026, following ethical clearance from the Health Research Ethics Committee of Universitas STRADA Indonesia (No. 0123485/EC/KEPK/I/02/2026). Data were analyzed thematically using the interactive Miles and Huberman model. The findings revealed that participants predominantly used TikTok, YouTube, and Instagram due to accessible navigation, interactive multimodal visualization, algorithmic recommendations (For You Page/Explore), and personal privacy amid sociocultural communication taboos within families. Prominent information

needs centered on menstrual cycle regularity, non-pharmacological dysmenorrhea management, differentiation of physiological and pathological vaginal discharge, and personal genital hygiene. Information credibility was evaluated through verified healthcare professional credentials, although algorithmic popularity metrics (likes and view counts) biased several participants. Social media access fostered positive personal hygiene behaviors (regular sanitary pad replacement, breathable cotton underwear, warm compresses, and balanced nutrition and hydration), although exposure to contradictory claims triggered temporary health anxiety (cyberchondria). Social media serves as a vital alternative channel for adolescent girls, necessitating enhanced critical digital literacy and professional guidance. Collaborative community midwifery and school-based initiatives are essential to deliver evidence-based, youth-friendly digital health education.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi perkembangan yang sangat dinamis, ditandai dengan perubahan anatomis, fisiologis, dan psikososial yang cepat sehingga membutuhkan pemahaman komprehensif mengenai kesehatan reproduksi. Secara global, Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization [WHO], 2023) melaporkan bahwa jutaan remaja putri berusia 15–19 tahun menghadapi kerentanan kesehatan reproduksi yang kritis, termasuk kehamilan yang tidak diinginkan, komplikasi persalinan dini, dan peningkatan penularan infeksi menular seksual (IMS), yang sebagian besar bersumber dari terbatasnya akses terhadap informasi kesehatan yang akurat dan ramah remaja. Di Indonesia, data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja menunjukkan bahwa lebih dari 97% remaja secara aktif memanfaatkan media digital untuk memperoleh informasi kesehatan, dengan platform visual dan video pendek seperti Instagram, TikTok, dan YouTube sebagai sumber yang paling diminati (Yusuf & Hamdi, 2023). Ketersediaan telepon pintar yang meluas telah secara fundamental mengubah perilaku pencarian informasi kesehatan dari konsultasi tatap muka konvensional menjadi eksplorasi mandiri secara daring (Emry, 2024).

Meskipun akses terhadap teknologi digital berkembang pesat, tren ini belum diimbangi dengan literasi kesehatan digital yang memadai di kalangan remaja putri. Kesenjangan antara tingginya frekuensi penggunaan media sosial dan rendahnya pengetahuan substansial mengenai sistem reproduksi tetap menjadi tantangan krusial (Lidya, 2024). Di dunia maya, remaja sering kali terpapar konten yang belum terverifikasi secara klinis, opini figur publik yang bersifat subjektif, mitos ramuan tradisional yang tidak terbukti, serta informasi komersial yang menyesatkan (Rabindra, 2024; Sabilah, 2024). Keterbatasan bimbingan dalam menilai sumber ilmiah membuat remaja rentan mengadopsi praktik yang keliru, seperti penanganan dismenore yang tidak tepat, penggunaan cairan pembersih kewanitaan antiseptik secara berlebihan, dan pengabaian tanda-tanda awal infeksi saluran reproduksi (Ilda, 2024; Syari, 2024).

Situasi ini diperparah oleh hambatan sosiopsikologis dan tabu budaya yang persisten, yang memandang seksualitas dan kesehatan reproduksi sebagai topik yang tabu dibicarakan di lingkungan keluarga maupun masyarakat (Sekedang, 2025). Akibatnya, remaja putri sering kali merasa malu, cemas, dan takut dihakimi ketika mencoba berkonsultasi langsung dengan orang tua, guru, maupun tenaga kesehatan (Ayuningtyas, 2023; Husna, 2025). Media sosial kemudian dipilih sebagai saluran alternatif karena menawarkan anonimitas, privasi yang tinggi, dan jawaban instan tanpa risiko stigmatisasi sosial (Herlina, 2025). Namun demikian, ketergantungan yang tidak kritis pada sumber digital anonim meningkatkan risiko kecemasan kesehatan (*cyberchondria*) ketika remaja menemui klaim kesehatan yang saling bertentangan dan menakutkan (Alim, 2025; Flora, 2022).

Sebagian besar studi terdahulu mengenai media sosial dan kesehatan reproduksi remaja berfokus pada pendekatan kuantitatif korelasional atau pengukuran tingkat paparan semata (Papayungan, 2023; Yusuf & Hamdi, 2023). Masih sangat terbatas penelitian yang mengeksplorasi secara mendalam pengalaman

hidup (*lived experiences*), mekanisme evaluasi kognitif, pergolakan emosional, serta perubahan perilaku higienitas sehari-hari di kalangan siswi sekolah menengah kejuruan. Oleh karena itu, pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi menjadi sangat esensial untuk menangkap makna subjektif dan konteks pengalaman digital tersebut secara utuh (Alim, 2025).

Sebagai respons terhadap tantangan digital ini, integrasi pendidikan kebidanan berbasis bukti ke dalam media sosial dan institusi pendidikan sangat mendesak guna membangun ekosistem promosi kesehatan yang suportif serta ramah remaja (Masfiah, 2024; Nina, 2025). Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi secara mendalam pengalaman remaja putri dalam mengakses informasi kesehatan reproduksi melalui media sosial di era digital di SMK Negeri 1 Kepanjen, mencakup motif dan pola pencarian, mekanisme evaluasi kredibilitas sumber, topik spesifik yang dibutuhkan, hambatan yang dihadapi, serta bagaimana informasi tersebut memengaruhi perilaku perawatan kesehatan reproduksi mereka sehari-hari.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi (*qualitative phenomenology*) untuk menggali secara mendalam dan memahami struktur esensial pengalaman subjektif remaja putri dalam mencari, memilih, mengevaluasi secara kritis, dan mengaplikasikan informasi kesehatan reproduksi yang diperoleh dari media sosial di era digital (Nursalam, 2018; Sugiyono, 2020).

Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 1 Kepanjen, Kecamatan Kepanjen, Kabupaten Malang, Provinsi Jawa Timur, Indonesia. Pengumpulan data lapangan berlangsung pada tanggal 15 Februari hingga 20 Maret 2026, setelah seluruh prosedur persetujuan etik terpenuhi. Penelitian berfokus pada lima domain utama: (1) motif awal dan pola pencarian informasi di media sosial; (2) mekanisme pemilihan dan evaluasi kredibilitas sumber; (3) topik kesehatan reproduksi spesifik yang dibutuhkan; (4) hambatan dalam memverifikasi kebenaran konten dan risiko kecemasan; serta (5) perubahan perilaku perawatan diri dan higienitas reproduksi sehari-hari.

Partisipan penelitian direkrut menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: (1) siswi aktif kelas X, XI, atau XII di SMK Negeri 1 Kepanjen berusia 15–18 tahun; (2) memiliki telepon pintar pribadi dan aktif menggunakan media sosial (seperti TikTok, Instagram, YouTube, dan Twitter/X) untuk mencari informasi kesehatan reproduksi; serta (3) bersedia berpartisipasi penuh yang dibuktikan dengan penandatanganan lembar persetujuan setelah penjelasan (*informed consent*). Kriteria eksklusi mencakup siswi yang memiliki hambatan komunikasi verbal atau menolak perekaman audio selama wawancara.

Penetapan jumlah informan didasarkan pada prinsip kejenuhan data (*data saturation*). Pengumpulan data dan analisis awal dilakukan secara bertahap dan simultan. Peneliti melakukan transkripsi dan pengodean terbuka segera setelah setiap sesi wawancara selesai. Kejenuhan data tercapai pada informan ke-4 dan ke-5, ditandai ketika tidak lagi ditemukan variasi kode, kategori konseptual, maupun tema baru mengenai pola pencarian, kriteria penentuan kredibilitas, topik yang dicari, dan hambatan informasi yang dialami (*code and meaning saturation*). Sebanyak 5 informan utama (siswi R1, R2, R3, R4, dan R5) berpartisipasi dalam penelitian ini. Untuk memperkuat keabsahan data (*trustworthiness*), peneliti melibatkan 5 informan triangulasi yang terdiri atas guru wali kelas masing-masing informan utama (Ibu L, Ibu D, Ibu V, Ibu F, dan Ibu B) guna mengonfirmasi konsistensi perilaku dan dinamika keseharian siswi di sekolah.

Instrumen utama penelitian adalah peneliti sendiri sebagai instrumen kunci (*human instrument*), didukung oleh pedoman wawancara mendalam semiterstruktur, perekam audio digital, dan catatan lapangan (*field notes*) untuk mencatat konteks wawancara serta isyarat nonverbal informan. Pengumpulan data

dilakukan melalui wawancara mendalam semiterstruktur secara tatap muka di lingkungan sekolah dalam suasana yang nyaman dan privat, dengan durasi 45 hingga 60 menit untuk setiap informan.

Keabsahan data (*trustworthiness*) ditegakkan melalui dua strategi utama, yaitu triangulasi sumber dan pemeriksaan anggota (*member checking*). Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan narasi pengalaman siswi dengan hasil wawancara bersama guru wali kelas. Pemeriksaan anggota dilaksanakan dengan mengembalikan kutipan transkrip dan ringkasan interpretasi kepada para partisipan untuk memastikan bahwa data yang disajikan merefleksikan pengalaman mereka secara akurat.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik model interaktif Miles dan Huberman (Sugiyono, 2020), yang mencakup empat tahap sekuensial yang saling berulang: (1) pengumpulan data; (2) kondensasi/reduksi data melalui transkripsi verbatim, pembacaan berulang, pengodean terbuka, dan kategorisasi tematik; (3) penyajian data dalam bentuk matriks naratif tematik; serta (4) penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas STRADA Indonesia dengan Nomor Surat Kelaikan Etik 0123485/EC/KEPK/I/02/2026 tertanggal 9 Februari 2026. Prinsip etika penelitian diterapkan secara ketat melalui pemberian penjelasan sebelum persetujuan (*informed consent*), jaminan kerahasiaan data pribadi, serta penyamaran identitas partisipan dengan kode anonim (R1–R5 untuk informan utama dan IT1–IT5 untuk informan triangulasi).

3. DISKUSI

Bagian ini menyajikan karakteristik partisipan serta temuan tematik mengenai pengalaman remaja putri dalam mengakses informasi kesehatan reproduksi melalui media sosial di SMK Negeri 1 Kepanjen. Data diperoleh dari 5 informan utama (siswi) dan dikonfirmasi melalui 5 informan triangulasi (guru wali kelas).

3.1 Karakteristik Informan Utama

Tabel 1. Karakteristik Informan Utama (Remaja Putri)

Kode	Usia (th)	Kelas	Platform Dominan	Motif Awal Pencarian Informasi
R1	15	X	TikTok, Instagram	Siklus haid tidak teratur pada awal pubertas
R2	16	X	YouTube	Mengalami keputihan yang tidak biasa
R3	17	XI	Instagram, Twitter (X)	Rasa ingin tahu terhadap pergeseran hormonal pubertas
R4	17	XI	YouTube	Nyeri haid hebat (dismenore)
R5	18	XII	TikTok, YouTube	Ketidakteraturan haid dan kesiapan kesehatan dewasa

Tabel 1 memperlihatkan bahwa seluruh informan utama berada pada rentang usia remaja pertengahan hingga akhir (15–18 tahun) yang tersebar dari kelas X sampai kelas XII. TikTok, YouTube, dan Instagram merupakan platform media sosial yang paling dominan digunakan. Akses informasi secara konsisten dipicu oleh keluhan dan perubahan fisiologis nyata yang dialami siswi seiring masa pubertas.

3.2 Karakteristik Informan Triangulasi

Tabel 2. Karakteristik Informan Triangulasi (Guru Wali Kelas)

Kode	Inisial	Usia (th)	Pendidikan Terakhir	Peran di Sekolah
IT1	Ibu L	42	Sarjana Pendidikan	Guru Wali Kelas X
IT2	Ibu D	39	Sarjana Pendidikan	Guru Wali Kelas X
IT3	Ibu V	44	Sarjana Pendidikan	Guru Wali Kelas XI
IT4	Ibu F	41	Sarjana Pendidikan	Guru Wali Kelas XI
IT5	Ibu B	46	Sarjana Pendidikan	Guru Wali Kelas XII

Tabel 2 menunjukkan bahwa informan triangulasi terdiri atas lima guru wali kelas perempuan berusia 39–46 tahun dengan kualifikasi Sarjana Pendidikan. Seluruh informan triangulasi memiliki pengalaman

mendampingi dinamika perkembangan serta keluhan kesehatan peserta didik di sekolah.

3.3 Matriks Tematik Pengalaman Akses Informasi Kesehatan Reproduksi

Tabel 3. Matriks Tematik Pengalaman Akses Informasi Kesehatan Reproduksi

Tema	Kategori Tematik	Ringkasan Pernyataan Informan dan Triangulasi
Pola dan Preferensi Akses Media Sosial	Fleksibilitas waktu, daya tarik visual interaktif, kerja algoritma rekomendasi beranda (FYP/*Explore*), dan privasi tinggi	R1: *"Saya mencari di TikTok karena videonya singkat, jelas, dan otomatis muncul di beranda FYP setelah saya pernah mencari soal haid."* R3: *"Saya melihat info di Instagram atau YouTube karena bertanya langsung terasa memalukan."* IT2: *"Siswa memilih media sosial karena merasa bebas, cepat dapat jawaban, dan tidak dihakimi."*
Evaluasi Kredibilitas Informasi	Kredensial tenaga kesehatan profesional berlisensi versus bias popularitas algoritma (*likes* dan *views*)	R2: *"Saya percaya dokter spesialis atau bidan yang akunnya terverifikasi resmi dan menyampaikan dasar medisnya."* R4: *"Kalau videonya masuk akal, pengikutnya jutaan dan banyak yang like, saya cenderung langsung percaya."* IT3: *"Siswa sering kali langsung menelan postingan yang viral tanpa mengecek apakah sumbernya tenaga kesehatan resmi atau bukan."*
Kebutuhan Informasi Utama	Fisiologi pubertas, siklus menstruasi tidak teratur, penanganan dismenore nonfarma-kologis, dan keputihan	R5: *"Saya cari cara mengatasi kram perut saat haid dan membedakan keputihan normal atau berbahaya."* R1: *"Saya butuh penjelasan kenapa darah haid kadang sedikit atau telat berbulan-bulan."* IT1: *"Siswa paling sering mengeluh nyeri haid sampai tidak bisa fokus belajar dan bertanya soal siklus menstruasi."*
Hambatan, Miskonsepsi, dan Risiko Kecemasan	Klaim herbal kontradiktif, promosi antiseptik komersial, tabu komunikasi keluarga, dan kecemasan berlebih (*cyberchondria*)	R3: *"Banyak video yang saling bertentangan; ada yang menyuruh minum jamu pelancar haid, tapi ada dokter yang melarang keras. Itu bikin saya bingung dan takut kena penyakit parah."* R2: *"Saya takut bertanya ke orang tua karena khawatir dikira aneh-aneh atau dimarahi."* IT4: *"Di rumah pembicaraan kesehatan reproduksi masih sangat tabu, sehingga anak lari ke internet dan menelan info mentah-mentah."*
Determinan dan Perubahan Perilaku Kesehatan	Pengaruh rekan sebaya, penerapan higienitas terstruktur (pembalut berkala, pakaian dalam katun, kompres hangat), dan perbaikan nutrisi	R4: *"Teman sekelas merekomendasikan video kompres hangat dan peregangan; setelah saya coba, nyeri haid sangat berkurang."* R5: *"Dari video bidan, saya belajar harus ganti pembalut tiap 3–4 jam, pakai celana dalam katun yang menyerap keringat, banyak minum air putih, dan kurangi makanan cepat saji saat haid."* IT5: *"Anak-anak memang meniru apa yang dilihat di medsos; kalau kontennya benar, perilaku kebersihan diri mereka di sekolah membaik."*

Temuan dalam Tabel 3 mencerminkan lima tema esensial yang saling berkaitan: (1) remaja putri memanfaatkan media sosial karena kepraktisan format audiovisual dan kerja algoritma rekomendasi beranda (FYP) yang terus menyuplai konten terkait; (2) penilaian kredibilitas berayun antara pengakuan atas kualifikasi tenaga kesehatan dan jebakan popularitas jumlah *likes*/*views*; (3) topik yang paling dibutuhkan terfokus pada masalah fisiologis mendesak seperti dismenore, siklus menstruasi, dan keputihan; (4) hambatan terbesar bersumber dari kebingungan menghadapi klaim kontradiktif, promosi produk antiseptik tanpa dasar medis, serta tabu komunikasi dengan orang tua yang dapat memicu kecemasan (*cyberchondria*); dan (5)

informasi media sosial mendorong perubahan perilaku konkret, mencakup disiplin mengganti pembalut setiap 3–4 jam, memilih pakaian dalam berbahan katun berpori untuk mencegah kelembapan, melakukan kompres hangat saat kram menstruasi, serta memperbaiki asupan cairan dan gizi seimbang.

3.4 Pengalaman Remaja Putri dalam Mencari Informasi Kesehatan Reproduksi melalui Media Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial telah bertransformasi menjadi rujukan utama bagi remaja putri di SMK Negeri 1 Kepanjen dalam mencari informasi kesehatan reproduksi. Platform seperti TikTok, YouTube, dan Instagram mendominasi preferensi partisipan karena menyajikan konten yang ringkas, berorientasi visual interaktif, dan mudah diakses setiap saat (Tabel 1 dan Tabel 3). Mekanisme algoritma rekomendasi beranda, seperti *For You Page* (FYP) pada TikTok dan *Explore* pada Instagram, secara otomatis terus menyajikan video edukasi kesehatan setelah pengguna melakukan pencarian awal terkait topik menstruasi. Sementara itu, YouTube lebih dipilih oleh siswi yang membutuhkan penjelasan anatomis dan fisiologis yang lebih terperinci dan mendalam.

Pola konsumsi media ini sejalan dengan konsep Web 2.0 yang menekankan interaktivitas, personalisasi konten, dan partisipasi pengguna secara mandiri (Husna, 2025; Papayungan, 2023). Akses mandiri melalui telepon pintar memberikan ruang psikologis yang aman dan bebas dari kecanggungan sosial bagi remaja putri untuk memahami perubahan tubuhnya tanpa kekhawatiran dihakimi (Solehati, 2022). Pernyataan informan triangulasi (IT2) menegaskan bahwa otonomi digital ini menjadi mekanisme koping utama remaja akibat jarangnya ruang diskusi kesehatan reproduksi yang terbuka di lingkungan keluarga maupun di ruang kelas formal (Faridah, 2021). Kondisi ini mengindikasikan bahwa meskipun media sosial merupakan media promosi kesehatan alternatif yang sangat potensial, bimbingan dan kurasi konten kesehatan tetap diperlukan agar remaja tidak salah mengartikan informasi klinis.

3.5 Mekanisme Pemilihan dan Evaluasi Kredibilitas Informasi

Partisipan menunjukkan variasi tingkat literasi digital dalam menilai keaslian dan validitas informasi kesehatan daring. Sebagian siswi (R1, R3, dan R5) menerapkan strategi verifikasi yang cermat dengan memeriksa latar belakang profesional pembuat konten (seperti dokter spesialis obstetri-ginekologi atau bidan bersertifikat), mengamati tanda centang biru akun resmi, serta melakukan pemeriksaan silang (*cross-checking*) antarplatform digital. Informan R3 secara konsisten menelusuri rujukan ilmiah yang dicantumkan pada takarir video sebelum mempercayai informasi tersebut.

Di sisi lain, kerentanan evaluasi ditemukan pada informan R2 dan R4 yang menyamakan kredibilitas informasi dengan metrik popularitas algoritma, seperti tingginya jumlah tayangan, banyaknya tanda suka (*likes*), serta komentar positif warganet (Tabel 3). Temuan triangulasi bersama guru wali kelas (IT3) memperkuat indikasi bahwa peserta didik kerap menerima tren kesehatan viral secara mentah tanpa memverifikasi kompetensi medis pengunggahnya. Pola ini sejalan dengan temuan Syari (2024) dan Ayuningtyas (2023) yang menegaskan bahwa kemasan visual yang estetis dan narasi yang meyakinkan kerap mengaburkan ketiadaan validitas ilmiah di balik suatu konten. Fenomena ini menunjukkan bahwa daya tarik visual superfisial dapat mengecoh persepsi remaja, sehingga pelatihan literasi digital kritis sangat mendesak agar remaja mampu memisahkan fakta medis terverifikasi dari konten komersial berorientasi algoritma.

3.6 Kebutuhan Informasi Kesehatan Reproduksi yang Dominan

Kebutuhan informasi kesehatan reproduksi siswi terfokus pada pengalaman fisiologis pubertas yang dihadapi sehari-hari. Isu yang paling mendesak meliputi siklus menstruasi yang tidak teratur, manajemen nyeri

haid (dismenore) secara nonfarmakologis, perbedaan keputihan fisiologis dan patologis, serta perawatan kebersihan organ genitalia eksternal (Tabel 1). Pada siswi tingkat akhir (R5), kebutuhan meluas hingga kesiapan kesehatan reproduksi jangka panjang dan kesehatan prakonsepsi.

Fokus informasional tersebut mencerminkan tuntutan biologis langsung yang dirasakan remaja putri selama masa pematangan fisik. Ketika kurikulum kesehatan reproduksi di sekolah masih cenderung bersifat teoretis dan normatif, remaja mencari panduan praktis dari media sosial untuk mengatasi keluhan nyata mereka (Masfiah, 2024; Nina, 2025). Sebagai contoh, penerapan kompres hangat pada perut bagian bawah dan latihan peregangan ringan yang dipelajari dari YouTube diadopsi oleh informan R4 dan dirasakan efektif meredakan dismenore (Sekedang, 2025; Yusuf & Hamdi, 2023). Kecenderungan ini memperlihatkan bahwa informasi kesehatan yang diminati remaja bersifat sangat aplikatif. Oleh karena itu, materi edukasi kebidanan perlu dirancang secara kontekstual, komunikatif, dan empatik, serta menghindari istilah medis yang rumit.

3.7 Hambatan, Tantangan, dan Risiko Paparan Misinformasi

Hambatan utama yang dialami remaja putri adalah paparan konten yang saling bertolak belakang dan mitos kesehatan yang dikemas seolah-olah nasihat medis. Informan R1 dan R2 mengungkapkan kebingungan ketika menemukan klaim herbal tidak teruji yang diklaim dapat memperlancar menstruasi, serta promosi produk pembersih kewanitaan antiseptik harian yang berisiko mengganggu flora normal vagina. Informan triangulasi (IT1 dan IT2) mengonfirmasi bahwa beberapa siswi sempat mencoba anjuran yang keliru tersebut sebelum memperoleh penjelasan korektif di sekolah (Tabel 3).

Hambatan tersebut diperkuat oleh kendala komunikasi dalam keluarga akibat persepsi tabu dan rasa malu (*embarrassment*). Informan R2 dan R3 mengaku enggan bertanya kepada orang tua karena takut dimarahi atau dicurigai memiliki perilaku menyimpang (Galbinur, 2022; Kristianti, 2022). Ketiadaan dialog terbuka di rumah mendorong remaja bergantung sepenuhnya pada informasi digital yang belum tentu akurat (Emry, 2024; Lidya, 2024). Selain itu, paparan deskripsi gejala penyakit yang berlebihan di media sosial sering kali menimbulkan kecemasan kesehatan yang tidak berdasar (*cyberchondria*) (Alim, 2025; Flora, 2022). Temuan ini menggarisbawahi bahwa hambatan sosiokultural dan minimnya penyaringan informasi digital menciptakan kerentanan ganda bagi remaja putri, sehingga diperlukan ruang komunikasi yang suportif di lingkungan keluarga dan sekolah.

3.8 Determinan Sosial, Psikologis, dan Digital dari Perilaku Pencarian Informasi

Perilaku pencarian informasi kesehatan reproduksi pada remaja putri dipengaruhi oleh keterpaduan tiga dimensi determinan. Pertama, dimensi sosial: diskusi dan rekomendasi rekan sebaya menjadi pemicu awal pencarian informasi, di mana siswi saling membagikan tautan video edukasi melalui grup percakapan digital setelah berdiskusi mengenai keluhan haid di kelas (Flora, 2022). Kedua, dimensi psikologis: rasa ingin tahu yang kuat mengenai perubahan pubertas dipadukan dengan kebutuhan menjaga privasi dan ketakutan akan stigma sosial mendorong remaja mencari jawaban secara rahasia di internet (Ayuningtyas, 2023; Husna, 2025). Ketiga, dimensi digital: ketersediaan gawai pintar, konektivitas internet, dan algoritma media sosial yang adaptif terus menyuplai konten yang relevan dengan riwayat pencarian pengguna (Emry, 2024; Wahyuni, 2022).

Paparan media sosial berdampak langsung terhadap perubahan perilaku kesehatan informan. Dampak positif tampak melalui adopsi perilaku higienitas reproduksi yang teratur, seperti kebiasaan mengganti pembalut setiap 3–4 jam saat menstruasi, pemilihan pakaian dalam berbahan katun yang berpori dan menyerap keringat untuk mencegah

kelembapan genitalia, penggunaan kompres air hangat untuk mengurangi kram menstruasi, serta peningkatan konsumsi air putih dan pengurangan makanan cepat saji (R1, R4, R5). Sebaliknya, dampak negatif timbul berupa ketakutan dan stres berlebih saat membaca narasi penyakit yang dramatis tanpa dasar medis. Hal ini menegaskan bahwa manfaat media sosial sebagai sarana promosi kesehatan sangat ditentukan oleh kemampuan literasi digital kritis masing-masing remaja (Ilda, 2024; Rabindra, 2024).

3.9 Implikasi bagi Praktik Kebidanan Komunitas dan Promosi Kesehatan Digital

Temuan penelitian ini memberikan implikasi strategis bagi pelayanan kebidanan komunitas. Bidan dituntut memperluas peran dari penyedia layanan klinis konvensional menjadi komunikator kesehatan digital yang aktif dan kreatif. Tenaga kebidanan perlu berpartisipasi dalam memproduksi konten edukasi kesehatan reproduksi berbasis bukti yang dikemas menarik dalam bentuk infografis, video singkat TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts. Sinergi antara bidan komunitas, puskesmas, guru bimbingan konseling/UKS di sekolah, serta orang tua sangat penting untuk menciptakan ekosistem promosi kesehatan digital yang kredibel, aman, dan memberdayakan remaja putri.

4. SIMPULAN

Remaja putri di SMK Negeri 1 Kepanjen menjadikan media sosial (TikTok, YouTube, dan Instagram) sebagai sumber informasi alternatif utama mengenai kesehatan reproduksi karena kemudahan aksesibilitas, format visual yang interaktif, dukungan algoritma rekomendasi beranda (FYP), serta jaminan privasi pribadi di tengah tabu komunikasi keluarga. Kebutuhan informasi berpusat pada masalah fisiologis pubertas nyata, meliputi ketidakteraturan siklus menstruasi, penanganan dismenore nonfarmakologis, diferensiasi keputihan, dan perawatan kebersihan organ genitalia. Penilaian kredibilitas dilakukan dengan memeriksa identitas tenaga kesehatan berlisensi, meski masih kerap dipengaruhi oleh bias popularitas jumlah *likes* dan *views*. Paparan media sosial telah mendorong adopsi perilaku higienitas yang positif (penggantian pembalut secara teratur, pemilihan pakaian dalam berbahan katun berpori, aplikasi kompres hangat, serta peningkatan nutrisi dan hidrasi seimbang), meskipun paparan klaim kontradiktif sempat memicu kecemasan kesehatan (*cyberchondria*).

Remaja putri disarankan meningkatkan literasi digital kritis dengan selalu melakukan verifikasi silang terhadap setiap saran kesehatan daring kepada sumber resmi atau tenaga kesehatan berlisensi sebelum menerapkannya. Tenaga kebidanan komunitas diharapkan secara aktif memproduksi konten edukasi kesehatan reproduksi berbasis bukti yang menarik dan ramah remaja di media sosial populer. Pihak sekolah disarankan mengintegrasikan materi literasi kesehatan digital ke dalam kegiatan UKS dan bimbingan konseling guna memfasilitasi dialog yang terbuka dan bebas stigma. Peneliti selanjutnya disarankan mengkaji efektivitas intervensi edukasi kesehatan digital terstruktur berbasis kebidanan terhadap perubahan perilaku kesehatan reproduksi remaja dalam jangka panjang.

5. REFERENSI

Alim, A. (2025). Studi kualitatif: Pengalaman remaja dalam menghadapi perubahan sosial budaya dan tantangan kesehatan reproduksi di era digital. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Malahayati, 9*(2), 202–209. https://doi.org/10.33024/jkm.v9i2.150

Ayuningtyas, S. (2023). *Pendidikan kespro wanita penderita polycystic ovary syndrome melalui media sosial: Studi akun Instagram @pcosfighterindonesia* [Skripsi sarjana tidak dipublikasikan]. Universitas Islam Indonesia.

Emry, E. (2024). Pengaruh penggunaan media sosial dengan tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja (KRR). *Jurnal Keperawatan Jiwa, 12*(2), 311–320. https://doi.org/10.26714/jkj.12.2.2024.311-320

Faridah, S. M. (2021). Hubungan penggunaan media sosial dengan tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi pada

masa pandemi Covid-19 di SMK BIT Bina Aulia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada, 12*(2), 115–124.

Flora, R. (2022). Pengaruh teknologi digital terhadap peningkatan literasi kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat*, *3*(1), 55–64.

Galbinur, G. (2022). Pentingnya pengetahuan kesehatan reproduksi bagi remaja di era modern. *Jurnal Edukasi Medika, 4*(2), 88–96.

Herlina, P. A. (2025). Systematic review: Efektivitas aplikasi mobile dalam edukasi kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Teknologi Kesehatan Terapan, 6*(1), 12–21.

Husna, N. (2025). Description of reproductive health knowledge in adolescents in Banda Aceh City. *Journal of Public Health Sciences, 5*(2), 105–114.

Ilda, M. (2024). Hubungan penggunaan media sosial dengan pengetahuan remaja tentang dampak perilaku seksual pranikah di MAS As-Tsaqhofah. *Jurnal Kebidanan Komunitas, 8*(1), 34–42.

Kristianti, S. (2022). Pengaruh media interaktif oleh tutor sebaya terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di SMA. *Jurnal Inovasi Pendidikan MH Thamrin, 6*(2), 77–86.

Lidya, M. (2024). Hubungan penggunaan media sosial dengan perilaku seksual pada remaja di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia, 9*(1), 45–54.

Masfiah, S. (2024). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja (PKRR) dalam kurikulum SMA dan pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi siswa. *Jurnal Pengabdian dan Riset Kesehatan*, *3*(2), 112–120.

Nina, T. (2025). Peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri di SMK Al-Wahyu. *Jurnal Pengabdian Kebidanan Indonesia, 4*(1), 18–25.

Nursalam. (2018). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Ed. ke-4). Salemba Medika.

Papayungan, R. (2023). YouTube sebagai media intervensi edukasi kesehatan reproduksi: Dampaknya terhadap pengetahuan remaja. *Indonesian Journal of Science and Public Health, 2*(1), 14–23. https://doi.org/10.52263/ijsph.v2i1.88

Rabindra, R. (2024). Efektivitas promosi kesehatan melalui media sosial dalam mendorong perilaku hidup sehat pada remaja. *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial dan Politik, 1*(3), 212–223. https://doi.org/10.62383/sosial.v1i3.484

Sabilah, M. (2024). Persepsi remaja tentang edukasi seksual melalui media sosial. *Prosiding Seminar Nasional Universitas Negeri Surabaya, 5*(1), 220–229.

Sekedang, M. (2025). Peran media dalam membentuk persepsi dan perilaku seksual remaja. *Jurnal Kolaboratif Sains, 8*(7), 4336–4341. https://doi.org/10.56338/jks.v8i7.7969

Solehati, T. (2022). Hubungan media dengan sikap dan perilaku triad kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Keperawatan Komprehensif, 8*(2), 167–178. https://doi.org/10.33755/jkk.v8i2.345

Sugiyono. (2020). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Syari, M. (2024). Pengaruh aplikasi Pojok Remaja terhadap pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di SMA Muhammadiyah 01 Medan. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, *4*(12), 5371–5380. https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i12.15657

Wahyuni, S. (2022). Peran media sosial sebagai upaya promosi kesehatan. *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah, 11*(2), 86–96. https://doi.org/10.52263/jfk.v11i2.233

World Health Organization. (2023). *Adolescent and young adult health*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions

Yusuf, R. I., & Hamdi, A. (2023). Efek interaksi penggunaan media sosial dan pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap perilaku seksual berisiko remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Madani, 6*(1), 60–71. https://doi.org/10.30818/jpkm.2023.2060304