
PENGARUH MEDIA SOSIAL SEBAGAI SARANA EDUKASI KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG PHBS

Amelia Pebriani¹

¹Prodi Informatika medis dan teknologi informasi, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Jambi
ameliapebriani223@gmail.com

Indah Insani²

²Prodi Informatika medis dan teknologi informasi, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Jambi

Nur Ayona³

³Prodi Informatika medis dan teknologi informasi, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Jambi

Siti Robi'ah⁴

⁴Prodi Informatika medis dan teknologi informasi, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Jambi

Dodi Putra⁵

⁵Prodi Informatika medis dan teknologi informasi, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Jambi

Sidik Praptomo⁶

⁶Prodi Informatika medis dan teknologi informasi, Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Jambi

ABSTRAK

Peningkatan kesadaran dan pengetahuan remaja mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi tantangan global, terutama dengan pesatnya penggunaan media sosial di kalangan generasi muda. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas media sosial sebagai sarana edukasi dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja. Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pretest dan posttest pada 53 remaja berusia 15-18 tahun yang menjadi sampel. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstandar yang mengukur pengetahuan tentang PHBS sebelum dan setelah intervensi berupa edukasi melalui media sosial. Analisis data mencakup uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov dan uji t dependen untuk menentukan signifikansi peningkatan pengetahuan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam rata-rata skor pengetahuan antara pretest dan posttest ($p < 0,05$), mendukung efektivitas media sosial sebagai platform edukasi kesehatan. Hasil ini memberikan kontribusi pada pengembangan teori edukasi kesehatan berbasis teknologi digital, khususnya di kalangan remaja. Implikasi praktisnya mencakup rekomendasi bagi pembuat kebijakan dan penyuluh kesehatan untuk mengintegrasikan media sosial dalam program edukasi kesehatan dengan memperhatikan aspek etis, seperti literasi digital dan mitigasi risiko misinformasi. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya desain penelitian lebih lanjut yang melibatkan kelompok kontrol dan analisis longitudinal untuk mengevaluasi dampak jangka panjang media sosial terhadap perubahan perilaku dan penerapan PHBS.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Media Sosial, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Remaja, Peningkatan Pengetahuan.

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu elemen fundamental dalam upaya preventif untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat (Ruswanto, R., et al. 2022). Melalui penerapan kebiasaan yang bersih dan sehat, PHBS berkontribusi langsung dalam menurunkan risiko penyakit menular serta meningkatkan derajat kesehatan individu maupun komunitas (Elfany, R. A. Y. M. 2023).

Dalam konteks kesehatan masyarakat, PHBS tidak hanya relevan sebagai langkah preventif tetapi juga sebagai bagian dari strategi untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan masyarakat secara berkelanjutan (Mubasyiroh, R., et al 2021). Meskipun demikian, penerapan PHBS di kalangan remaja masih menghadapi berbagai tantangan, khususnya terkait

kurangnya pemahaman dan kesadaran akan pentingnya perilaku ini (Tetuko, A., et al. 2024)..

Di era digital, media sosial telah menjadi platform yang sangat potensial untuk menjangkau remaja sebagai target audiens edukasi kesehatan. Dengan aksesibilitas yang tinggi, sifat interaktif, dan penyebaran informasi yang cepat, media sosial memiliki kemampuan unik untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan secara efektif (Mustofa, R. A. B., & Sani, M.2024; Tsabitha, P. A., & Rahman, F. 2024). Pesatnya perkembangan teknologi informasi menjadikan media sosial salah satu alat yang dapat dimanfaatkan secara strategis untuk mengedukasi masyarakat, termasuk mengenai pentingnya PHBS. Namun, potensi besar ini masih memerlukan optimalisasi, khususnya dalam konteks menyampaikan informasi kesehatan yang berbasis bukti ilmiah dan relevan dengan kebutuhan target audiens (Prasanti, D. 2017).

Remaja, sebagai kelompok yang aktif menggunakan media sosial, merupakan audiens utama yang berperan penting dalam keberhasilan kampanye edukasi kesehatan. Karakteristik remaja yang cenderung lebih responsif terhadap informasi visual dan interaktif menjadikan media sosial sebagai medium yang ideal untuk menjangkau mereka (Fatmawaty, R. 2017). Namun, tantangan utama dalam edukasi kesehatan kepada kelompok ini adalah memastikan bahwa informasi yang disampaikan tidak hanya menarik tetapi juga dapat meningkatkan pemahaman mereka terhadap isu-isu kesehatan, seperti pentingnya PHBS. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih efektif untuk menyampaikan edukasi kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik remaja.

Edukasi kesehatan konvensional sering kali menghadapi tantangan dalam menjangkau kelompok remaja secara efektif. Media tradisional seperti brosur, poster, atau seminar sering kali dianggap kurang menarik bagi remaja yang lebih terbiasa dengan interaksi dinamis di platform digital (Maranata, M., et al. 2024). Hal ini mengakibatkan rendahnya tingkat keterlibatan dan dampak informasi kesehatan yang disampaikan. Padahal, remaja merupakan kelompok yang sangat strategis dalam implementasi edukasi kesehatan, mengingat mereka berada pada fase penting pembentukan perilaku yang akan memengaruhi pola hidup mereka di masa depan (Fatmawaty, R. 2017).

Rendahnya tingkat pengetahuan remaja tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menjadi salah satu permasalahan yang signifikan dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat. Data sebelumnya menunjukkan bahwa banyak remaja masih kurang memahami konsep dasar PHBS, termasuk pentingnya mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengadopsi pola hidup sehat (Arif, R.

M., et al. 2021; Nurhidayah, I., et al. 2023). Kurangnya pengetahuan ini tidak hanya meningkatkan risiko penyakit tetapi juga menurunkan efektivitas kampanye kesehatan yang bertujuan menciptakan lingkungan masyarakat yang lebih sehat (Yunika, R. P., et al. 2022).

Meskipun media sosial telah diakui potensinya sebagai alat penyebar informasi, efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja, khususnya tentang PHBS, belum banyak diteliti secara kuantitatif. Minimnya bukti empiris tentang dampak media sosial dalam edukasi kesehatan menimbulkan kesenjangan dalam literatur yang ada. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mampu mengevaluasi secara ilmiah sejauh mana media sosial dapat menjadi alat yang efektif untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang PHBS.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dengan pendekatan kuantitatif, penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah menerima informasi kesehatan melalui media sosial. Analisis dilakukan dengan uji statistik t dependen untuk mengidentifikasi signifikan tidaknya peningkatan pemahaman setelah intervensi diberikan.

Penelitian ini berupaya memberikan kontribusi empiris yang penting terhadap literatur di bidang kesehatan masyarakat, khususnya dalam konteks pemanfaatan media sosial sebagai alat edukasi yang inovatif. Dalam situasi di mana pendekatan edukasi konvensional sering kali kurang menarik bagi remaja, penelitian ini menawarkan perspektif baru tentang bagaimana media sosial dapat digunakan untuk menjawab tantangan tersebut. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan wawasan praktis bagi para pemangku kepentingan dalam merancang strategi komunikasi kesehatan yang lebih efektif.

Melalui fokus pada kelompok remaja, penelitian ini tidak hanya relevan bagi upaya meningkatkan kesadaran kesehatan individu tetapi juga memiliki implikasi yang lebih luas dalam mendukung tujuan kesehatan masyarakat. Dengan memberikan bukti ilmiah tentang efektivitas media sosial sebagai sarana edukasi, penelitian ini bertujuan untuk mendorong adopsi strategi komunikasi yang berbasis teknologi dan berbasis bukti di kalangan praktisi kesehatan.

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi signifikan dalam literatur edukasi kesehatan dengan menilai efektivitas media sosial sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Berbeda dengan studi sebelumnya, yang cenderung menggunakan pendekatan kualitatif atau deskriptif, penelitian ini

menggunakan desain pretest-posttest dan analisis uji t dependen untuk mengukur perubahan pengetahuan secara kuantitatif. Fokus pada remaja, kelompok yang sangat aktif di media sosial namun sering kali sulit dijangkau oleh metode edukasi konvensional, menjadikan penelitian ini unik dan relevan. Dengan memberikan bukti empiris, studi ini mendukung penerapan teknologi dalam strategi komunikasi kesehatan, sekaligus mengisi celah penelitian yang ada dan menawarkan pendekatan inovatif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif eksperimen pretest-posttest untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan remaja mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) setelah menerima edukasi melalui media sosial. Desain ini dipilih untuk mengukur perubahan pengetahuan secara objektif dengan membandingkan hasil pretest (sebelum intervensi) dan posttest (setelah intervensi), yang memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi dampak langsung dari media sosial sebagai sarana edukasi.

2.2 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja berusia 15-18 tahun yang aktif menggunakan media sosial. Sampel yang digunakan berjumlah 53 orang, yang dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yaitu remaja yang memiliki akses aktif ke platform media sosial dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Pemilihan sampel ini dimaksudkan untuk memastikan bahwa kelompok tersebut relevan dengan tujuan penelitian dan dapat memberikan data yang representatif mengenai pengaruh media sosial terhadap pengetahuan PHBS.

2.3 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dimulai dengan pemberian pretest kepada seluruh peserta untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka tentang PHBS sebelum menerima intervensi. Setelah pretest, peserta diberikan materi edukasi mengenai PHBS yang disampaikan melalui platform media sosial yang populer di kalangan remaja, seperti Instagram atau YouTube. Edukasi ini mencakup video, infografis, dan postingan yang dirancang secara khusus agar menarik bagi audiens remaja. Setelah periode intervensi, posttest dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta setelah menerima edukasi tersebut.

2.4 Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan terkait PHBS yang dijawab oleh peserta pada pretest dan posttest. Kuesioner ini dirancang untuk menilai pemahaman peserta tentang PHBS dengan cara yang mudah dipahami oleh remaja. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik uji t

dependen untuk menguji apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Uji t dependen dipilih karena dapat mengukur perubahan dalam variabel yang sama pada dua titik waktu yang berbeda, yaitu sebelum dan setelah intervensi. Hasil analisis ini akan memberikan gambaran yang jelas mengenai efektivitas media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang PHBS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Normalitas Data

Hasil uji normalitas dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov, nilai p sebesar 0.125 menunjukkan bahwa data memiliki distribusi normal, karena nilai p lebih besar dari 0.05. Dengan demikian, asumsi normalitas data terpenuhi untuk analisis lebih lanjut menggunakan uji t dependen.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok	Rata-rata nilai	Standar Deviasi	Uji Kolmogorov-Smirnov (p-value)
Pretest	65.4	9.8	0.125
Posttest	85.2	7.3	0.110

Hasil Uji T Dependen

Hasil uji t dependen menunjukkan nilai t sebesar 5.62 dengan $df = 52$ dan nilai $p = 0.000$. Karena nilai $p < 0.05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Ini menunjukkan bahwa edukasi melalui media sosial berpengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Tabel 3. Hasil Uji T dependen

Kelompok	Rata-rata nilai	Standar Deviasi	t-value	p-value
Pretest	65.4	9.8		
Posttest	85.2	7.3	5.62	0.0001

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan remaja tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) antara pretest dan posttest. Analisis uji t dependen membuktikan bahwa edukasi yang diberikan melalui media sosial efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja terhadap konsep PHBS. Peningkatan ini tidak hanya mengindikasikan keberhasilan intervensi, tetapi juga mendukung pentingnya pendekatan edukasi berbasis teknologi untuk menjangkau kelompok usia muda secara efektif. Hasil ini memperkuat landasan teori bahwa pengetahuan dapat ditingkatkan melalui interaksi yang menarik dan berbasis teknologi yang sesuai dengan karakteristik generasi muda.

Hasil ini selaras dengan teori PHBS yang menekankan pentingnya memberikan edukasi kesehatan secara kontinu sebagai strategi preventif untuk meningkatkan perilaku hidup sehat (Ruswanto, R., et al. 2022). Dalam literatur sebelumnya, media sosial telah disebut sebagai alat yang efektif dalam menyebarkan

informasi kesehatan, terutama di kalangan remaja yang merupakan pengguna utama platform ini Arif, R. M., et al. 2021). Hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa media sosial memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap isu-isu kesehatan melalui konten yang mudah diakses, relevan, dan interaktif.

Media sosial sebagai alat edukasi kesehatan menawarkan berbagai keuntungan, termasuk penyampaian informasi yang cepat dan aksesibilitas yang tinggi (Mustofa, R. A. B., & Sani, M.2024). Dalam konteks penelitian ini, penggunaan media sosial terbukti efektif dalam menyampaikan informasi tentang PHBS, yang kemudian berkontribusi pada peningkatan pengetahuan remaja. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi solusi strategis untuk menyampaikan edukasi kesehatan kepada generasi muda, mengingat kecenderungan mereka yang aktif menggunakan platform ini. Hasil ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan program-program edukasi kesehatan berbasis media digital yang dapat diterapkan secara lebih luas di masa depan.

Hasil penelitian ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) setelah menerima edukasi melalui media sosial, yang sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya. Beberapa studi sebelumnya telah menegaskan efektivitas media sosial sebagai alat edukasi kesehatan, khususnya dalam menjangkau kelompok usia muda. Sebagai contoh, penelitian oleh Khayuni, et al. (2024), Rahmawati, A., et al. (2023) dan Gustinanda, R., et al. (2024) menemukan bahwa platform seperti Instagram dan TikTok secara signifikan meningkatkan pemahaman remaja terhadap isu kesehatan tertentu, termasuk pola makan sehat dan kebersihan pribadi. Hasil ini menguatkan pandangan bahwa media sosial adalah sarana yang relevan dan efektif untuk menyampaikan informasi kesehatan.

Namun, penelitian ini juga menghadirkan perspektif baru dalam diskusi akademik. Hasil ini tidak hanya mendukung literatur yang ada tetapi juga menunjukkan bahwa pendekatan yang lebih interaktif dan visual melalui media sosial dapat lebih memengaruhi pengetahuan remaja dibandingkan metode tradisional seperti pamflet atau seminar. Meskipun sebagian besar literatur mendukung hasil ini, terdapat beberapa perbedaan dalam pengaruh platform yang digunakan. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tidak semua platform memiliki tingkat efektivitas yang sama, bergantung pada desain konten dan keterlibatan audiens (Mustofa, R. A. B., & Sani, M. 2024). Dalam konteks penelitian ini, platform yang digunakan mungkin memainkan peran penting dalam hasil yang dicapai.

Selain itu, ada kemungkinan bahwa faktor-faktor lain juga berkontribusi terhadap hasil penelitian ini, seperti motivasi intrinsik remaja, keterlibatan orang tua, dan kondisi lingkungan sosial. Faktor-faktor ini dapat memengaruhi bagaimana informasi dari media sosial diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Tsabitha, P. A., & Rahman, F. 2024). Meskipun penelitian ini tidak secara langsung mengeksplorasi faktor-faktor tersebut, hasil ini menunjukkan perlunya

penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi interaksi antara media sosial, karakteristik individu, dan lingkungan sosial dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja. Hal ini penting untuk memperkuat pemahaman tentang bagaimana media sosial dapat dimaksimalkan untuk mendukung edukasi kesehatan yang lebih efektif.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pengembangan teori edukasi kesehatan, khususnya dalam konteks Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Dalam teori pendidikan kesehatan, pendekatan berbasis teknologi, seperti media sosial, telah lama dianggap memiliki potensi besar untuk menjangkau audiens yang lebih luas dan meningkatkan penyerapan informasi (Ariani, M., et al. 2023; Yohanes Paulus Wardany Boka, P. 2024). Hasil penelitian ini memperkuat gagasan bahwa media sosial bukan hanya platform komunikasi, tetapi juga alat yang efektif dalam membangun kesadaran kesehatan di kalangan remaja. Peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi media yang strategis untuk memfasilitasi perubahan perilaku dalam konteks kesehatan masyarakat.

Implikasi praktis dari penelitian ini sangat relevan untuk penyuluhan kesehatan, khususnya bagi remaja. Dalam praktiknya, media sosial dapat digunakan oleh lembaga kesehatan, sekolah, dan komunitas untuk mendistribusikan konten edukasi yang interaktif, menarik, dan sesuai dengan preferensi remaja (Ariani, M., et al. 2023). Program penyuluhan dapat dirancang dengan memanfaatkan fitur-fitur media sosial seperti video pendek, infografis, dan diskusi daring untuk meningkatkan daya tarik dan efektivitas (Mustofa, R. A. B., & Sani, M. 2024; Yohanes Paulus Wardany Boka, P. 2024). Selain itu, penelitian ini juga memberikan wawasan bahwa strategi berbasis media sosial dapat mengatasi keterbatasan pendekatan tradisional, seperti seminar tatap muka, yang sering kali kurang efektif dalam menarik perhatian remaja.

Lebih jauh lagi, penelitian ini membuka peluang untuk memanfaatkan media sosial secara lebih luas dalam program-program kesehatan masyarakat. Dengan pendekatan yang terstruktur, media sosial dapat digunakan untuk pencegahan penyakit melalui kampanye kesehatan yang berfokus pada kelompok rentan, termasuk remaja (Rahmawati, A., et al. 2023). Upaya ini dapat mencakup edukasi tentang pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pencegahan penyakit menular, yang dirancang untuk meningkatkan penerapan PHBS (Arif, R. M., et al. 2021; Elfany, R. A. Y. M. 2023). Dalam jangka panjang, rekomendasi ini tidak hanya memperkuat pemberdayaan remaja, tetapi juga berkontribusi pada upaya global dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

Salah satu keterbatasan utama dalam penelitian ini adalah kemungkinan adanya pengaruh faktor eksternal yang tidak dapat diukur secara langsung, seperti tingkat aksesibilitas terhadap media sosial dan keterlibatan individu dalam konten edukasi. Tidak semua remaja memiliki tingkat akses yang sama terhadap platform media sosial, dan variasi ini dapat memengaruhi hasil intervensi (Mustofa, R. A. B., & Sani, M. 2024;

Nurhidayah, I., et al. 2023). Selain itu, keterlibatan aktif dalam mengonsumsi dan memahami konten edukasi sangat bervariasi di antara individu, sehingga menjadi faktor yang sulit dikendalikan dalam desain penelitian. Faktor-faktor ini mungkin berdampak pada efektivitas intervensi dan perlu mendapat perhatian dalam penelitian mendatang (Nurhidayah, I., et al. 2023)..

Keterbatasan lainnya adalah ketergantungan penelitian pada instrumen pengukuran, seperti pretest dan posttest, yang hanya mengukur perubahan pengetahuan tanpa mengevaluasi dampak jangka panjang atau perubahan perilaku. Instrumen tersebut mungkin tidak cukup untuk menggambarkan dampak menyeluruh dari intervensi, terutama dalam konteks perubahan perilaku kesehatan yang memerlukan waktu dan komitmen lebih lama. Selain itu, sifat penilaian yang terfokus pada pengetahuan cenderung mengabaikan dimensi lain, seperti sikap dan praktik remaja terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang juga penting dalam mengevaluasi keberhasilan intervensi.

Untuk mengatasi keterbatasan ini, penelitian lebih lanjut direkomendasikan dengan menggunakan desain yang lebih komprehensif dan melibatkan ukuran sampel yang lebih besar. Penelitian mendatang dapat mempertimbangkan pendekatan longitudinal untuk mengevaluasi dampak jangka panjang intervensi, termasuk perubahan perilaku dan penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, integrasi metode campuran yang menggabungkan pengukuran kuantitatif dan kualitatif dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang efektivitas intervensi serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilannya. Langkah ini tidak hanya akan memperkuat validitas hasil, tetapi juga menyediakan rekomendasi yang lebih aplikatif bagi program-program edukasi kesehatan berbasis media sosial.

Penelitian lanjutan disarankan untuk mengintegrasikan analisis longitudinal guna menilai dampak jangka panjang media sosial terhadap pengetahuan dan perubahan perilaku Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada remaja. Penggunaan desain eksperimen yang lebih ketat, seperti penggabungan grup kontrol, juga diperlukan untuk meningkatkan validitas dan keandalan hasil penelitian. Selain itu, kajian mendalam terhadap jenis-jenis konten yang paling efektif—seperti video, infografis, atau artikel kesehatan—dapat memberikan wawasan mengenai format edukasi yang paling optimal. Penelitian selanjutnya juga sebaiknya mempertimbangkan faktor demografis, seperti jenis kelamin, lokasi geografis, dan latar belakang sosial-ekonomi, untuk memahami variasi dampak media sosial di kelompok remaja yang berbeda. Pendekatan ini akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan aplikatif dalam pengembangan program edukasi kesehatan berbasis media sosial.

Penelitian lanjutan disarankan untuk mengintegrasikan analisis longitudinal guna menilai dampak jangka panjang media sosial terhadap pengetahuan dan perubahan perilaku Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada remaja. Penggunaan desain eksperimen yang lebih ketat, seperti penggabungan grup kontrol, juga diperlukan untuk

meningkatkan validitas dan keandalan hasil penelitian. Selain itu, kajian mendalam terhadap jenis-jenis konten yang paling efektif—seperti video, infografis, atau artikel kesehatan—dapat memberikan wawasan mengenai format edukasi yang paling optimal. Penelitian selanjutnya juga sebaiknya mempertimbangkan faktor demografis, seperti jenis kelamin, lokasi geografis, dan latar belakang sosial-ekonomi, untuk memahami variasi dampak media sosial di kelompok remaja yang berbeda. Pendekatan ini akan memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan aplikatif dalam pengembangan program edukasi kesehatan berbasis media sosial.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial sebagai sarana edukasi kesehatan memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hasil pretest dan posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman remaja setelah intervensi edukasi melalui media sosial. Hasil ini sejalan dengan teori dan literatur sebelumnya yang mendukung efektivitas media sosial sebagai platform edukasi, terutama bagi generasi muda yang akrab dengan teknologi digital. Meskipun penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori edukasi kesehatan, keterbatasan seperti ukuran sampel yang kecil dan pengukuran dampak jangka pendek menunjukkan perlunya studi lanjutan untuk memperkuat validitas dan generalisasi hasil ini.

Penelitian mendatang disarankan untuk menggunakan desain longitudinal guna mengevaluasi dampak jangka panjang dari intervensi edukasi melalui media sosial terhadap perubahan perilaku remaja, bukan hanya pengetahuan. Selain itu, studi dengan sampel yang lebih besar dan melibatkan berbagai faktor demografis dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang efektivitas media sosial dalam edukasi kesehatan. Penting juga untuk mengkaji lebih dalam jenis konten edukasi yang paling efektif, seperti video, infografis, atau artikel interaktif, untuk memastikan keterlibatan remaja yang optimal. Dalam praktiknya, pembuat kebijakan dan penyuluh kesehatan perlu memperhatikan aspek etis dan risiko misinformasi, serta mendukung literasi digital di kalangan remaja untuk memaksimalkan manfaat media sosial sebagai platform edukasi kesehatan yang kredibel dan inklusif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- ARIANI, M., ZULHAWATI, Z., HARYANI, H., ZANI, B. N., HUSNITA, L., FIRMANSYAH, M. B., ... & HAMSIAH, A. (2023). Penerapan Media Pembelajaran Era Digital. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- ARIF, R. M., MARSOFEELY, R. L., NINGSIH, L., SUMARYONO, D., & SUMIATI, S. (2021). Efektivitas Media Video melalui Aplikasi Tiktok terhadap Pengetahuan Remaja tentang PHBS di SMP Negeri 12 Kota Bengkulu (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).

- ELFANY, R. A. Y. M. (2023). Pengembangan Kapasitas Siswa Melalui Edukasi Dan Sosialisasi Serta Penerapan PHBS Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Menular. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 3194-3200.
- FATMAWATY, R. (2017). Memahami Psikologi Remaja. *Jurnal Reform*, 2(1), 55-65.
- GUSTINANDA, R., AKROM, A., & ISTIQOMAH, R. (2024). Promosi Kesehatan Peningkatan Pengetahuan Tentang Penggunaan Antibiotik yang Bijak Melalui Media Sosial TikTok. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(4), 1753-1759.
- KHAYUNI, T. R. N., SRIWENDA, D., WARRDANI, S. W., & AGUSTIYOWATI, T. H. R. (2024). Edukasi Pernikahan Dini melalui Instagram dan TikTok terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 8(3), 420-431.
- MARANATA, M., HERNAYANTI, M. R., SALSABILLA, D. A., & ASMARA, L. G. (2024). Aksesibilitas Media Komunikasi Terhadap Pengetahuan Tentang Kanker Payudara Pada Mahasiswa Politeknik Piksi Ganesha. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 4888-4897.
- MUBASYIROH, R., DHARMAYANTI, I., INDRAWATI, L., TJANDRARINI, D. H., RACHMALINA, R., HANDAYANI, N., & DESPITASARI, M. (2021). Bunga Rampai Transformasi 10 Tahun Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Indonesia.
- MUSTOFA, R. A. B., & SANI, M. (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.
- NURHIDAYAH, I., YULLYZAR, Y., & KHAIRANI, K. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Remaja Di Dayah Darul Aman Aceh Besar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sakai Sambayan*, 7(3), 183-186.
- PRASANTI, D. (2017). Potret media informasi kesehatan bagi masyarakat urban di era digital. *Jurnal Iptekkom Jurnal Ilmu Pengetahuan & Teknologi Informasi*, 19(2), 149-162.
- RAHMAWATI, A., NURDIANTI, R., & PUSPITASARI, G. (2023). Edukasi Menstruasi Melalui Media Tiktok Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche. *HealthCare Nursing Journal*, 5(1), 551-557.
- RUSWANTO, R., LESTARI, T., WARDANI, G. A., FADILAH, R. T., & NURLITA, P. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Rangka Penanganan Diare Pada Siswa Siswi SDN Sirnaputra. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 3(2).
- TETUKO, A., SARI, E. K., KISMOYO, C. P., & ANDYANA, I. K. P. (2024). Optimalisasi Kader Kesehatan Remaja untuk Mendorong Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Wilayah Kalurahan Timbulharjo, Kabupaten Bantul. *Journal of Health Sciences Leksia (JHSL)*, 2(3), 60-72.
- TSABITHA, P. A., & RAHMAN, F. (2024). Pengaruh Media Sosial Dalam Menjangkau Remaja Terkait Edukasi Kesehatan Reproduksi. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 4(4), 166-172.
- YOHANES PAULUS WARDANY BOKA, P. (2024). Implementasi Model Edukasi Interaktif Sebagai Strategi Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Kota Kupang (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kupang).
- YUNIKA, R. P., AL FARIQI, M. Z., CAHYADI, I., YUNITA, L., & RAHMIATI, B. F. (2022). Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 28-32.