



JOURNAL OF Public Health Concerns  
ISSN 2777-0826 (Print)  
ISSN 2776-592X (Online)  
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 22, 2025

Revised: January, 10, 2026

Available online: January, 12, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

## Psiko-edukasi kesehatan reproduksi pada remaja melalui pemberdayaan *influencer* media sosial

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin,  
Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: [husnulkhotimah@itkesmusidrap.ac.id](mailto:husnulkhotimah@itkesmusidrap.ac.id)

### Abstract

**Background:** This reproductive health psychoeducation program, designed to enhance positive emotions and self-confidence among adolescents using social media influencers, is designed as a promotive-preventive effort to address the developmental challenges of adolescents who are vulnerable to misinformation about reproductive health. The program's background is based on the low reproductive health literacy among adolescents and the high influence of social media on the behavior and mindset of the younger generation.

**Purpose:** To increase adolescents' understanding of reproductive health, build awareness of the importance of self-care, and foster positive emotions and self-confidence through the empowerment of influencers and digital media.

**Method:** This activity was carried out in June 2025 at SMAN 2 Sidenreng Rappang with a population of 120 people while the sample size was 46 people. The material delivery technique was through lectures interspersed with ice breaking. The method of implementing this reproductive health psycho-education program used a social media-based educational approach with collaboration with influencers close to the youth segment. The first stage was conducting a needs analysis, followed by selecting influencers, then producing psycho-educational content, followed by implementation and digital interaction, then conducting program evaluation and analyzing digital engagement (number of views, likes, comments, and participation). This method is designed to be participatory, interactive, and relevant to the digital world of youth, so that psycho-educational messages can be optimally received.

**Results:** The majority of participants demonstrated a better understanding of basic reproductive health concepts, the risks of risky sexual behavior, and the importance of maintaining reproductive health. Positive emotions increased, including feelings of calmer, more motivated, and more optimistic about the physical and social changes they experienced. Adolescents demonstrated greater courage in expressing their opinions, rejecting calls to engage in risky behavior, and making healthy decisions. Participant engagement on social media increased, as evidenced by the high number of views, likes, comments, and participation in online discussions.

**Conclusion:** A social media-based reproductive health psychoeducation program involving influencers has proven to be an innovative and effective approach to improving health literacy, building positive emotions, and fostering self-confidence in adolescents. This activity increased adolescents' understanding, positive attitudes, and courage in making healthy decisions. It also contributes to the development of technology-based educational strategies that are relevant in the digital era and can be replicated across regions.

**Suggestion:** For the program's sustainability, it is recommended that psycho-educational content be continuously developed in more varied and creative formats to attract adolescents in the long term. It is hoped that this program will not be merely a temporary intervention, but can become a model for sustainable reproductive health education with broad impact, supporting the development of a healthy, confident, and psychologically well-being generation.

**Keywords:** Adolescents; Positive emotions; Reproductive health psycho-education; Social media influencers; Self-confidence

**Pendahuluan:** Program psiko-edukasi kesehatan reproduksi untuk meningkatkan emosi positif dan kepercayaan diri remaja menggunakan peran *influencer* media sosial dirancang sebagai upaya promotif-preventif dalam menghadapi tantangan perkembangan remaja yang rentan terhadap informasi keliru mengenai kesehatan reproduksi. Latar belakang program ini didasari oleh rendahnya literasi kesehatan reproduksi pada remaja serta tingginya pengaruh media sosial terhadap perilaku dan pola pikir generasi muda.

**Tujuan:** Untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi, membangun kesadaran akan pentingnya menjaga diri, menumbuhkan emosi positif dan rasa percaya diri melalui pemberdayaan *influencer* dan media digital.

**Metode:** Kegiatan ini dilaksanakan pada Juni 2025 yang bertempat di SMAN 2 Sidenreng Rappang dengan populasi sebesar 120 orang sementara jumlah sampel sebanyak 46 orang. Teknik penyampaian materi adalah dengan ceramah dan diselingi dengan ice breaking. Metode pelaksanaan program psiko-edukasi kesehatan reproduksi ini menggunakan pendekatan edukasi berbasis media sosial dengan kolaborasi *influencer* yang dekat dengan segmen remaja. Tahap pertama melakukan analisis kebutuhan selanjutnya melakukan pemilihan *influencer* kemudian produksi konten psiko-edukasi yang dilanjutkan dengan implementasi dan interaksi digital, kemudian melakukan evaluasi program serta analisis keterlibatan digital (jumlah views, likes, komentar, dan partisipasi). Metode ini dirancang agar bersifat partisipatif, interaktif, dan relevan dengan dunia digital remaja, sehingga pesan psiko-edukasi dapat diterima secara optimal.

**Hasil:** Mayoritas peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai konsep dasar kesehatan reproduksi, risiko perilaku seksual berisiko, serta pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi. Adanya peningkatan emosi positif berupa perasaan lebih tenang, termotivasi, serta lebih optimis dalam memandang perubahan fisik dan sosial yang mereka alami. Remaja menunjukkan keberanian yang lebih besar dalam menyampaikan pendapat, menolak ajakan berperilaku berisiko, serta mengambil keputusan sehat. Keterlibatan (engagement) peserta dalam media sosial meningkat, ditunjukkan oleh tingginya jumlah views, likes, komentar, serta partisipasi dalam diskusi online.

**Simpulan:** Program psiko-edukasi kesehatan reproduksi berbasis media sosial dengan melibatkan peran *influencer* terbukti menjadi pendekatan inovatif dan efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan, membangun emosi positif, serta menumbuhkan kepercayaan diri remaja. Kegiatan ini memberikan peningkatan pemahaman, sikap positif, serta keberanian remaja dalam mengambil keputusan sehat dan juga memberikan kontribusi pada pengembangan strategi edukasi berbasis teknologi yang relevan di era digital serta dapat direplikasi di berbagai wilayah.

**Saran:** Untuk keberlanjutan program, disarankan agar konten psiko-edukasi terus dikembangkan dengan format yang lebih variatif dan kreatif, agar menarik minat remaja dalam jangka panjang. Diharapkan program ini tidak hanya menjadi intervensi sesaat, tetapi dapat menjadi model edukasi kesehatan reproduksi yang berkelanjutan, berdampak luas, serta mendukung terbentuknya generasi muda yang sehat, percaya diri, dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

**Kata kunci:** Emosi positif; *Influencer* media sosial; Kepercayaan diri; Psiko-edukasi kesehatan reproduksi; Remaja

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang sangat cepat, sehingga seringkali menimbulkan tantangan dalam membentuk identitas diri, emosi positif, dan rasa percaya diri. Salah satu isu krusial pada periode ini adalah rendahnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi yang berdampak pada kerentanan remaja terhadap perilaku berisiko, seperti hubungan seksual pranikah, penyalahgunaan media digital terkait pornografi, maupun kurangnya kepedulian menjaga kesehatan organ reproduksi (Friska, Harahap, & Purba, 2025). Pengetahuan yang terbatas, ditambah dengan kuatnya arus informasi tidak valid di media sosial, memperburuk situasi dan dapat menghambat terbentuknya kesejahteraan psikologis pada remaja (Sembada, Pratomo, Fauziah, Amani, Nazhofah, & Kurniawati, 2022).

Perkembangan teknologi digital menjadikan media sosial sebagai salah satu sumber informasi utama bagi remaja. Penggunaan *influencer* dengan daya tarik dan kredibilitas tertentu mampu memengaruhi sikap, pola pikir, serta perilaku audiens, termasuk dalam aspek kesehatan. Psiko-edukasi yang dikemas dengan pendekatan digital melalui peran *influencer* dinilai strategis, karena lebih sesuai dengan gaya komunikasi remaja yang interaktif, visual, dan inspiratif (Indraswari, Purnama, Almakhi, Larasati, & Adzmiati, 2021). Melalui strategi ini, diharapkan pesan mengenai kesehatan reproduksi dapat tersampaikan dengan cara yang lebih menarik, mudah dipahami, dan berkesan.

Dengan demikian, program psiko-edukasi kesehatan reproduksi berbasis peran *influencer* media sosial tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja, tetapi juga menumbuhkan emosi positif, meningkatkan rasa percaya diri, serta mendorong mereka untuk membuat keputusan sehat dan bertanggung jawab. Pendekatan inovatif ini diharapkan dapat menjadi salah satu model intervensi yang aplikatif untuk menjawab tantangan edukasi remaja di era digital. Permasalahan utama yang dihadapi remaja saat ini adalah rendahnya literasi kesehatan reproduksi yang berdampak pada kerentanan terhadap perilaku berisiko.

Data menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memperoleh informasi seputar reproduksi dari media sosial yang tidak selalu dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Kondisi ini menimbulkan distorsi pemahaman, sikap permisif terhadap perilaku berisiko, serta minimnya kesadaran menjaga kesehatan diri. Selain itu, stigma sosial dan kurangnya komunikasi terbuka dengan orang tua atau tenaga kesehatan semakin memperparah keterbatasan remaja dalam mengakses informasi yang valid (Talsania, Nazirah, Sari, Radiah, Jumiaty, Zahara, & Dewi, 2024). Permasalahan lain yang menonjol adalah aspek psikologis remaja, di mana banyak yang mengalami emosi negatif, rasa cemas, dan kurang percaya diri dalam menghadapi perubahan fisik maupun sosial (Putri, Martini, Wijaya, Astuti, & Gumilang, 2019). Kurangnya dukungan emosional dan lemahnya pembekalan keterampilan hidup sehat membuat remaja rentan mengambil keputusan yang salah terkait kesehatan reproduksi.

Di saat ini, media sosial sudah menjadi bagian dalam kehidupan remaja, namun pemanfaatannya untuk edukasi kesehatan reproduksi masih terbatas. *Influencer* yang memiliki pengaruh besar terhadap perilaku remaja lebih sering digunakan dalam konteks hiburan dan gaya hidup. Oleh karena itu, permasalahan prioritas yang perlu segera ditangani adalah rendahnya literasi kesehatan reproduksi remaja, lemahnya emosi positif dan kepercayaan diri, serta belum optimalnya pemanfaatan *influencer* media sosial sebagai agen psiko-edukasi yang sesuai dan relevan dengan kebutuhan generasi muda. Untuk menjawab permasalahan prioritas, solusi yang ditawarkan adalah mengembangkan program psiko-edukasi kesehatan reproduksi berbasis media sosial dengan peran aktif *influencer*. Strategi ini dipilih karena *influencer* memiliki kedekatan emosional dengan remaja, gaya komunikasi yang mudah diterima, serta daya jangkauan yang luas dalam menyebarkan pesan edukatif. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (Iptek) dalam bidang kesehatan reproduksi dan psikologi remaja menjadikan pendekatan edukasi berbasis digital semakin relevan dengan kebutuhan generasi muda.

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>

## Psiko-edukasi kesehatan reproduksi pada remaja melalui pemberdayaan influencer media sosial

Remaja saat ini merupakan digital native yang sebagian besar waktunya dihabiskan di media sosial, sehingga strategi penyampaian informasi konvensional menjadi kurang efektif. Inovasi edukasi berbasis teknologi informasi melalui platform digital dianggap mampu menjembatani kesenjangan antara keterbatasan komunikasi langsung dengan kebutuhan informasi yang cepat, mudah diakses, dan menarik. Dalam konteks kesehatan reproduksi, penelitian terkini menegaskan bahwa penggunaan psiko-edukasi berbasis digital efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan, menurunkan perilaku berisiko, dan memperkuat pengambilan keputusan sehat (Newton, 2022). Perkembangan teknologi komunikasi telah menghadirkan fenomena *influencer* media sosial yang memiliki pengaruh signifikan terhadap opini, sikap, dan perilaku remaja. *Influencer* dengan konten edukatif terbukti lebih mampu menjangkau audiensi secara luas dibandingkan metode penyuluhan konvensional. Penggabungan iptek berupa psiko-edukasi, psikologi positif, serta strategi komunikasi digital melalui *influencer* menghadirkan pendekatan baru yang lebih kontekstual, adaptif, dan sesuai dengan gaya hidup remaja. Dengan memanfaatkan kekuatan media sosial, program ini tidak hanya menyebarkan informasi kesehatan reproduksi, tetapi juga membangun keterikatan emosional yang mendorong terbentuknya emosi positif dan kepercayaan diri. Sehingga, gambaran iptek yang digunakan dalam kegiatan ini merupakan kombinasi antara ilmu kesehatan reproduksi, psikologi perkembangan, teknologi informasi, dan strategi komunikasi digital berbasis *influencer* sebagai agen perubahan perilaku remaja.

Program ini difokuskan untuk memberikan penyampaian informasi kesehatan reproduksi yang benar, komprehensif, dan berbasis ilmiah melalui konten digital kreatif seperti video pendek, infografis, dan interaktif. Hal ini untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan mengurangi paparan informasi keliru. Penguatan emosi positif dan kepercayaan diri remaja dengan menghadirkan konten motivasional, kisah inspiratif, serta kampanye digital yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi sebagai bentuk kepedulian diri. *Influencer* diposisikan sebagai role model yang menunjukkan perilaku sehat, percaya diri, serta mampu mengelola emosi dengan baik.

Pembentukan komunitas digital interaktif di mana remaja dapat berdiskusi, berbagi pengalaman, dan memperoleh dukungan sosial dalam lingkungan yang aman dan positif (Tsabitha & Rahman, 2024). Dengan kombinasi pendekatan edukatif, psikologis, dan teknologi digital, solusi ini diharapkan mampu meningkatkan literasi kesehatan reproduksi, memperkuat kesejahteraan psikologis remaja, serta membangun pola perilaku sehat yang berkelanjutan.

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada Juni 2025 yang bertempat di SMAN 2 Sidenreng Rappang dengan populasi sebesar 120 orang sementara jumlah sampel sebanyak 46 orang. Teknik penyampaian materi adalah dengan ceramah dan diselingi dengan ice breaking. Metode pelaksanaan program psiko-edukasi kesehatan reproduksi ini menggunakan pendekatan edukasi berbasis media sosial dengan kolaborasi *influencer* yang dekat dengan segmen remaja. Kegiatan dilaksanakan dengan melakukan analisis kebutuhan dilakukan untuk memetakan tingkat pengetahuan, sikap, dan persepsi remaja terkait kesehatan reproduksi, serta preferensi media sosial yang paling banyak digunakan. Selanjutnya melakukan pemilihan *influencer* dengan mempertimbangkan popularitas, kredibilitas, kedekatan gaya komunikasi dengan remaja, serta kesediaan untuk berperan sebagai agen edukasi. *Influencer* dipersiapkan melalui workshop singkat agar memiliki pemahaman yang benar mengenai materi kesehatan reproduksi dan keterampilan komunikasi edukatif. Materi dalam bentuk konten disajikan dalam bentuk video edukasi, infografis interaktif, live streaming tanya jawab, dan kampanye digital dengan tagar tertentu agar menarik partisipasi remaja. Berikutnya adalah implementasi dan interaksi digital, di mana *influencer* secara konsisten membagikan konten, berinteraksi melalui komentar atau pesan, serta mendorong remaja untuk aktif berdiskusi dalam komunitas online. Selanjutnya evaluasi program dilakukan dengan observasi perubahan pengetahuan, emosi positif, dan kepercayaan diri remaja serta analisis keterlibatan digital (jumlah views, likes, komentar, dan partisipasi). Metode ini dirancang agar bersifat partisipatif, interaktif, dan relevan dengan dunia digital remaja, sehingga pesan psiko-edukasi dapat diterima secara optimal.

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan

## HASIL

Tabel 1. Kegiatan psiko-edukasi kesehatan reproduksi

| Variabel             | Aktifitas                                                                                                                                          | Hasil                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tingkat pengetahuan  | Observasi, wawancara dan diskusi dilakukan secara <i>role and play</i> .                                                                           | Mayoritas peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai konsep dasar kesehatan reproduksi, risiko perilaku seksual berisiko, serta pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi. |
| Aspek psikologis     | Testimoni peserta yang menyatakan merasa lebih dihargai, diterima, dan berdaya setelah mengikuti konten psiko-edukasi yang dikemas secara menarik. | Adanya peningkatan emosi positif berupa perasaan lebih tenang, termotivasi, serta lebih optimis dalam memandang perubahan fisik dan sosial yang mereka alami.                              |
| Kepercayaan diri     | <i>Influencer</i> yang berperan sebagai <i>role model</i> memberikan pengaruh kuat dalam membangun sikap positif dan rasa percaya diri peserta.    | Remaja menunjukkan keberanian yang lebih besar dalam menyampaikan pendapat, menolak ajakan berperilaku berisiko, serta mengambil keputusan sehat.                                          |
| Aspek dampak digital | Penggunaan <i>influencer</i> efektif dalam menarik minat remaja untuk belajar melalui platform digital.                                            | Keterlibatan (engagement) peserta dalam media sosial meningkat, ditunjukkan oleh tingginya jumlah views, likes, komentar, serta partisipasi dalam diskusi online.                          |

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>

## PEMBAHASAN

Peran *influencer* media sosial dalam meningkatkan emosi positif dan kepercayaan diri remaja melalui praktik psiko-edukasi kesehatan reproduksi menjadi semakin penting di era digital. *Influencer*, dengan jumlah pengikut yang besar dan kedekatan emosional dengan audiens, memiliki kemampuan untuk menyampaikan pesan kesehatan reproduksi secara lebih ringan, menarik, dan mudah dipahami. Konten yang dikemas dengan gaya komunikatif, visual yang kreatif, serta narasi yang relatable dapat membantu remaja merasa lebih nyaman membicarakan isu-isu sensitif terkait kesehatan reproduksi (Cahyani & Sari, 2025). Psiko-edukasi yang dilakukan melalui media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga sebagai wadah interaksi yang membangun rasa percaya diri. Ketika *influencer* membagikan pengalaman pribadi atau memberikan ruang diskusi terbuka, remaja merasa didengar dan dihargai. Hal ini menumbuhkan emosi positif, seperti rasa optimis, penerimaan diri, dan keberanian untuk mengambil keputusan yang sehat.

Peran *influencer* media sosial dalam psiko-edukasi kesehatan reproduksi semakin menonjol karena remaja cenderung lebih percaya pada figur yang mereka ikuti dibandingkan sumber formal. *Influencer* mampu menyampaikan pesan kesehatan dengan bahasa yang sederhana, visual yang menarik, dan gaya komunikasi yang sesuai dengan karakteristik generasi digital. Intensitas pemanfaatan konten kesehatan reproduksi di aplikasi Instagram berhubungan dengan peningkatan pengetahuan remaja (Rajasa, Widjanarko, & Husodo, 2020; Assidiq, Alfarhani, Nandhika, & Amirullah, 2023). Selain sebagai penyampai informasi, *influencer* juga berfungsi sebagai role model yang dapat menumbuhkan emosi positif. Ketika *influencer* berbagi pengalaman pribadi atau memberikan motivasi, remaja merasa lebih dekat secara emosional dan terdorong untuk meniru perilaku sehat. Interaksi dengan *influencer* di media sosial dapat meningkatkan kepercayaan diri generasi Z karena mereka merasa memiliki dukungan sosial yang relevan dengan dunia mereka (Rahmatika, & Rahman, 2019).

Pelaksanaan program psiko-edukasi kesehatan reproduksi melalui peran *influencer* media sosial menghasilkan beberapa capaian yang signifikan. Pertama, dari sisi peningkatan pengetahuan, mayoritas remaja peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai konsep dasar kesehatan reproduksi, risiko perilaku seksual berisiko, serta pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi. Kedua, dari aspek psikologis, remaja melaporkan adanya peningkatan emosi positif berupa perasaan lebih tenang, termotivasi, serta lebih optimis dalam memandang perubahan fisik dan sosial yang mereka alami. Hal ini didukung oleh testimoni peserta yang menyatakan merasa lebih dihargai, diterima, dan berdaya setelah mengikuti konten psiko-edukasi yang dikemas secara menarik (Manisah, Husnah, & Purba, 2023). Ketiga, dari segi kepercayaan diri, remaja menunjukkan keberanian yang lebih besar dalam menyampaikan pendapat, menolak ajakan berperilaku berisiko, serta mengambil keputusan sehat. *Influencer* yang berperan sebagai role model memberikan pengaruh kuat dalam membangun sikap positif dan rasa percaya diri peserta. Keempat, dari aspek dampak digital, keterlibatan (engagement) peserta dalam media sosial meningkat, ditunjukkan oleh tingginya jumlah views, likes, komentar, serta partisipasi dalam diskusi online. Hal ini menegaskan bahwa penggunaan *influencer* efektif dalam menarik minat remaja untuk belajar melalui platform digital (Rahmatika, & Rahman, 2019). Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan literasi kesehatan reproduksi, memperkuat emosi positif, serta menumbuhkan kepercayaan diri remaja dengan memanfaatkan kekuatan media sosial dan peran *influencer* sebagai agen edukasi.

Psiko-edukasi kesehatan reproduksi melalui media sosial juga berperan dalam mengurangi stigma. Isu kesehatan reproduksi sering dianggap tabu, namun dengan pendekatan kreatif dan interaktif, *influencer* dapat membuka ruang diskusi yang aman. Psiko-edukasi kesehatan reproduksi pada remaja SMP mampu menurunkan rasa malu dan dapat meningkatkan keterbukaan dalam membicarakan isu sensitif (Hamid, & Taslim, 2024).

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>

## Psiko-edukasi kesehatan reproduksi pada remaja melalui pemberdayaan influencer media sosial

Lebih jauh, keberadaan *influencer* membantu memperluas jangkauan edukasi hingga ke daerah terpencil. Remaja yang sebelumnya sulit mengakses layanan kesehatan formal dapat memperoleh informasi melalui media sosial. Hal ini mendukung SDG 4 tentang pendidikan berkualitas dan SDG 10 tentang pengurangan kesenjangan.

Selain aspek pengetahuan, keterlibatan *influencer* juga berkontribusi pada pembentukan identitas diri remaja. Media sosial memengaruhi persepsi diri dan identitas remaja, sehingga ketika *influencer* menekankan nilai positif seperti penerimaan diri dan tanggung jawab terhadap kesehatan, hal ini dapat memperkuat kepercayaan diri remaja dalam menghadapi masa transisi menuju dewasa (Pasenrigading, Nur, & Daud, 2025). Secara keseluruhan, *influencer* media sosial bukan hanya berperan sebagai penyampai informasi kesehatan reproduksi, tetapi juga sebagai fasilitator emosi positif, penguat kepercayaan diri, dan agen perubahan sosial. Dengan strategi komunikasi yang tepat, mereka mampu menciptakan ruang aman bagi remaja untuk belajar, berdiskusi, dan membangun identitas diri yang sehat. Peran ini mendukung terbentuknya generasi muda yang resiliensi, percaya diri, dan memiliki literasi kesehatan reproduksi yang baik (Marwan, 2023).

Luaran dari program psiko-edukasi ini difokuskan pada tiga aspek utama meliputi pertama dari sisi pengetahuan, remaja diharapkan memiliki literasi yang lebih baik terkait kesehatan reproduksi, memahami risiko perilaku berisiko, serta mampu membedakan informasi valid dengan tidak valid (*hoaks*) yang beredar di media sosial (Anggraeni & Tama, 2023). Kedua, dari aspek psikologis, program ini menargetkan peningkatan emosi positif seperti rasa optimis, motivasi diri, dan kebahagiaan, serta penguatan kepercayaan diri remaja dalam menghadapi perubahan masa pubertas dan tekanan sosial. Hal ini diharapkan berdampak pada kemampuan mereka mengambil keputusan sehat serta lebih tangguh dalam menghadapi tantangan perkembangan. Ketiga, dari sisi keterampilan sosial, remaja diharapkan mampu berkomunikasi lebih baik, berani menolak ajakan berperilaku negatif, serta membangun jejaring pertemanan yang suportif melalui komunitas digital (Agustina, Harahap, Laoli, Hasibuan, Rahmawati, & Hasibuan, 2023).

Selain itu, program ini juga menargetkan luaran berupa konten edukasi digital yang dapat diakses secara berkelanjutan, komunitas online remaja sehat yang terbentuk melalui interaksi di media sosial, serta model intervensi psiko-edukasi berbasis *influencer* yang dapat direplikasi di berbagai wilayah. Dengan luaran tersebut, kegiatan ini tidak hanya berdampak pada individu peserta, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan strategi edukasi kesehatan reproduksi berbasis teknologi yang inovatif, aplikatif, dan relevan dengan era digital.

Tahap berikutnya dari program ini difokuskan pada penguatan keberlanjutan dan perluasan dampak psiko-edukasi. Pengembangan konten digital lanjutan yang lebih variatif, seperti podcast, webinar interaktif, dan serial video edukasi tematik agar materi kesehatan reproduksi dapat terus diakses secara berkesinambungan oleh remaja (Masturi, Sajalia, & Supini, 2023). Program akan diarahkan pada perluasan jangkauan audiensi, tidak hanya terbatas pada kelompok remaja peserta awal, tetapi juga melibatkan sekolah, komunitas remaja, serta organisasi kepemudaan sehingga pesan edukasi dapat menjangkau lebih luas dan merata. Penguatan kolaborasi lintas sektor, termasuk dengan tenaga kesehatan, psikolog, guru BK, dan lembaga pemerintah terkait, agar program memiliki legitimasi akademis sekaligus dukungan kebijakan yang memperkuat ke tingkat lebih lanjut. Tahap berikutnya mencakup pengembangan platform komunitas digital yang lebih terstruktur, sehingga remaja dapat terus berinteraksi, berdiskusi, dan mendapatkan pendampingan dari tenaga ahli maupun *influencer* secara berkesinambungan (Sulistyoningsih, & Fitriani, 2022)). Perlunya mengevaluasi efektivitas program dalam jangka panjang, khususnya dalam mengukur perubahan perilaku sehat pada remaja dan yang sesuai dengan perkembangannya dalam upaya peningkatan kesejahteraan psikologis, serta keberanian remaja dalam mengambil tindakan atau keputusan terkait kesehatan reproduksi. Dengan hasil yang menunjukkan adanya kontribusi positif pada remaja, program psiko-edukasi diharapkan tidak hanya menjadi kegiatan sesaat, tetapi menjadi program prioritas yang mampu menjadi model intervensi berkelanjutan yang relevan, adaptif, dan replikatif di berbagai daerah.

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>

## SIMPULAN

Program psiko-edukasi kesehatan reproduksi berbasis media sosial dengan melibatkan peran *influencer* terbukti menjadi pendekatan inovatif dan efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan, membangun emosi positif, serta menumbuhkan kepercayaan diri remaja. Melalui konten digital kreatif, interaksi yang interaktif, serta penyampaian pesan yang sesuai dengan gaya komunikasi remaja, kegiatan ini mampu menjawab tantangan rendahnya pengetahuan kesehatan reproduksi sekaligus mengatasi hambatan psikologis yang dihadapi remaja. Kegiatan ini memberikan peningkatan pemahaman, sikap positif, serta keberanian remaja dalam mengambil keputusan sehat dan juga memberikan kontribusi pada pengembangan strategi edukasi berbasis teknologi yang relevan di era digital serta dapat direplikasi di berbagai wilayah.

## SARAN

Untuk keberlanjutan program, disarankan agar: konten psiko-edukasi terus dikembangkan dengan format yang lebih variatif dan kreatif, agar menarik minat remaja dalam jangka panjang. Kolaborasi lintas sektor dengan sekolah, tenaga kesehatan, lembaga masyarakat, dan pemerintah diperkuat untuk memperluas jangkauan serta meningkatkan legitimasi program. *Influencer* yang dilibatkan sebaiknya dipilih secara selektif dengan mempertimbangkan kredibilitas, kedekatan dengan audiens remaja, serta komitmen terhadap edukasi kesehatan. Evaluasi berkelanjutan dilakukan untuk mengukur dampak jangka panjang, baik dari sisi pengetahuan, perilaku, maupun kesejahteraan psikologis remaja. Perlu dibangun platform komunitas digital yang berkesinambungan sebagai ruang aman bagi remaja untuk belajar, berdiskusi, dan mendapatkan pendampingan. Diharapkan program ini tidak hanya menjadi intervensi sesaat, tetapi dapat menjadi model edukasi kesehatan reproduksi yang berkelanjutan, berdampak luas, serta mendukung terbentuknya generasi muda yang sehat, percaya diri, dan memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, D., Harahap, J. W., Laoli, A. N., Hasibuan, I. S. M., Rahmawati, N., & Hasibuan, S. R. (2023). Pemanfaatan Media Sosial sebagai Media Promosi Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 6(12), 1784-
- Anggraeni, M., & Tama, M. M. L. (2023). Psikoedukasi kesehatan mental bagi remaja melalui sosial media. *Bantenese: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 493-504.
- Assidiq, W. F. R., Alfarhani, M. D. U., Nandhika, D., & Amirullah, M. F. (2023). Analisis peran media sosial dalam membentuk identitas nasional generasi milenial di Indonesia. *Jurnal Sosial Teknologi*, 3(9), 772-775.
- Cahyani, S., & Sari, N. P. (2025). Efektivitas Media Sosial Sebagai Sarana Promosi Kesehatan Reproduksi Atau Seksualitas Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Media Akademik (JMA)*,
- Friska, M., Harahap, T. A. N., & Purba, S. H. (2025). Utilization of the TikTok Health Application to Increase Public Awareness and Education: Literature Review. *PROMOTOR*, 8(3), 317-321.
- Hamid, A., & Taslim, V. H. (2024). Psikoedukasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Smpn 1 Ternate. *Pedamas (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(01), 118-125.
- Indraswari, C., Purnama, A. C., Almakhi, N. P. Z., Larasati, N. D., & Adzmiati, U. (2021). Manusia, sosial media, dan umbul: psikoedukasi strategi marketing. *Jurnal Spirits*, 12(1), 27-36.
- Manisah, M., Husnah, R., & Purba, N. H. (2023). Pengaruh Media Instagram Sebagai Sumber Informasi Kesehatan Terhadap Perilaku Remaja Dalam Menjaga Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(5), 759-766.

Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>

Psiko-edukasi kesehatan reproduksi pada remaja melalui pemberdayaan influencer media sosial

- Marwan, M. R. (2023). Analisis dampak new media dalam pembentukan identitas diri remaja. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 11-20.
- Masturi, H., Sajalia, H., & Supini, R. (2023). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Sebagai Media Promosi Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMPN 1 Sakra. *Pro Healt Journal (PHJ)*, 20(2),
- Newton, G. (2022). *Everyday Belongings Exploring Australian Donor-Conceived Adults' Social, Linguistic and Digital Practices Across Private and Public Domains* (Doctoral dissertation, University of New South Wales (Australia)).
- Pasenrigading, A. R., Nur, H., & Daud, M. (2025). Pengaruh Media Sosial Terhadap Persepsi Diri dan Pembentukan Identitas Remaja. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2(9).
- Putri, W. S., Martini, N., Wijaya, M., Astuti, S., & Gumilang, L. (2019). Gambaran pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi di SMA Negeri Jatinangor. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 5(3), 257-278.
- Rahmatika, Q. T., & Rahman, L. O. (2019). M Media Sosial Sebagai Strategi Promosi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 39-46.
- Rajasa, F. I., Widjanarko, B., & Husodo, B. T. (2020). Hubungan Intensitas Pemanfaatan Konten Kesehatan Reproduksi Pada Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Di Pulau Jawa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(5), 694-699.

**Husnul Khotimah Rustam\*, Meriem Meisyaroh Syamson, Nasrayanti Nurdin, Ramli Herikzah, Murtini**

Institut Teknologi Kesehatan dan Sains Muhammadiyah Sidrap

Korespondensi penulis: Husnul Khotimah Rustam. \*Email: husnulhotimah@itkesmusidrap.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v5i11.2130>