

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Remaja

1. Pengertian remaja

Remaja merupakan masa kehidupan individu dimana terjadi perkembangan psikologis untuk menemukan jati diri. Pada masa peralihan tersebut, remaja akan dapat mengembangkan bakat dan kemampuan yang ia miliki yang akan ditunjukkan pada orang lain agar terlihat berbeda dari yang lain (Subekti *et al.*, 2020). Selain perubahan yang terjadi dalam diri remaja, terdapat pula perubahan dalam lingkungan seperti sikap orang tua atau anggota keluarga lain, guru, teman sebaya, maupun masyarakat pada umumnya. Kondisi ini merupakan reaksi terhadap pertumbuhan remaja. Remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai bagi orang-orang seusiannya. Adanya perubahan baik di dalam maupun di luar dirinya itu membuat perubahan remaja semakin meningkat, menurut Arani, (2021), perubahan remaja dapat di rinci menjadi tiga, yaitu :

a. Perubahan biologis

Perubahan ini mengakibatkan remaja harus menyesuaikan diri terhadap lingkungan di sekitarnya. Perubahan fisik ini juga berpengaruh terhadap *self image* remaja dan juga menyebabkan perasan tentang diri pun berubah. Hubungan dengan keluarga ditampilkan remaja dengan menunjukkan kebutuhan akan *privacy* yang cukup tinggi.

b. Perubahan sosial

Perubahan dalam status sosial membuat remaja mendapatkan peran-peran baru dan terkait pada kegiatan-kegiatan baru. Semua masyarakat membedakan antara individu sebagai anak dan individu yang siap memasuki masa dewasa.

c. Perubahan psikologis

Perubahan psikologis adalah bagian dari proses perkembangan yang kompleks, yang melibatkan perubahan dalam cara berpikir, merasakan, dan berinteraksi dengan orang lain.

B. Pengetahuan

1. Pengertian pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari proses pengindraan manusia, yaitu pemahaman seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya, seperti mata, hidung, telinga, dan lain-lain. Proses pengindraan yang menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh seberapa besar perhatian dan persepsi terhadap objek yang diamati. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga) dan indera penglihatan (mata) (Darsini *et al.*, 2019).

Setiap aktivitas yang dilakukan pada umumnya memberikan manfaat. Pengetahuan adalah upaya manusia yang secara khusus berfokus pada objek tertentu, terstruktur, dan sistematis, dengan memanfaatkan seluruh potensi kemanusiaan serta menggunakan metode tertentu. Pengetahuan merupakan hasil penyaringan atau inti dari berbagai informasi, dan berfungsi sebagai pengendali moral dalam menghadapi pluralitas ilmu pengetahuan yang ada. (Wawan dan Dewi, 2020).

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut (Karina & Ginting, 2018), pengetahuan seseorang terhadap suatu objek memiliki intensitas atau tingkatan yang berbeda. Secara garis besar tingkat pengetahuan tersebut dibagi menjadi enam tingkat pengetahuan, yaitu :

a. Tahu (*know*)

Pengetahuan yang dimiliki pada tahap ini sebatas kemampuan untuk mengingat kembali informasi yang telah dipelajari sebelumnya, sehingga tingkat pengetahuan pada fase ini merupakan yang paling dasar. Contoh dari tahap ini adalah seperti menyebutkan definisi suatu konsep atau menjelaskan tanda dan gejala dari suatu penyakit.

b. Memahami (*comprehension*)

Pengetahuan pada tahap ini dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk menjelaskan objek atau hal tertentu dengan tepat. Sebagai contoh, seseorang dapat menjelaskan dengan benar mengenai pentingnya pencatatan dalam rekam medis.

c. Aplikasi (*application*)

Pada tahap ini, seseorang dapat mengaplikasikan atau menerapkan materi yang telah dipelajarinya dalam situasi atau kondisi yang nyata. Contohnya adalah melakukan kegiatan pelayanan pendaftaran.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk memecah materi atau objek menjadi komponen-komponen yang saling terkait. Sebagai contoh, pada tahap ini, seseorang dapat menganalisis kelengkapan dokumen rekam medis menggunakan metode Huffman dan metode Hatta.

e. Sintesis (*synthesis*)

Pengetahuan pada tahap ini mencakup kemampuan seseorang untuk menghubungkan berbagai elemen pengetahuan yang telah ada menjadi suatu pola baru yang lebih komprehensif. Sebagai contoh, seseorang dapat menyusun alur rawat jalan atau rawat inap.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Pengetahuan pada tahap ini melibatkan kemampuan untuk menilai suatu materi atau objek. Evaluasi dapat diartikan sebagai proses merencanakan, mengumpulkan, dan menyediakan informasi yang sangat penting untuk membuat keputusan alternatif (Karina & Ginting, 2018).

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Menurut (Rosina Wiwin *et al.*, 2022), faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah sebagai berikut :

a. Pendidikan

Pendidikan merujuk pada proses bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami suatu hal. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah bagi mereka untuk menerima informasi, yang pada gilirannya akan memperluas pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, hal ini dapat menghambat perkembangan sikap mereka dalam menerima informasi dan nilai-nilai baru yang diperkenalkan.

b. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

c. Informasi/media massa

Informasi adalah sesuatu yang dapat kita ketahui, namun ada juga informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun nonformal sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan.

d. Budaya

Budaya memiliki pengaruh besar terhadap tingkat pengetahuan seseorang, karena informasi yang diterima biasanya terlebih dahulu disaring berdasarkan norma dan nilai budaya yang ada di sekitarnya.

e. Lingkungan

Lingkungan sekitar memiliki dampak yang signifikan dalam membentuk sikap pribadi seseorang. Budaya dari tempat tinggal dan tumbuh besar kita sangat mempengaruhi pembentukan sikap kita. Misalnya, jika di suatu wilayah ada kebiasaan menjaga kebersihan lingkungan, besar kemungkinan masyarakat di sekitar wilayah tersebut juga akan memiliki sikap yang sama dalam menjaga kebersihan.

f. Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan merupakan suatu metode yang digunakan untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara merefleksikan kembali pengetahuan yang telah didapatkan sebelumnya dalam mengatasi masalah yang dihadapi di masa lalu.

g. Usia

Usia memengaruhi kemampuan seseorang dalam menangkap informasi dan pola pikir yang dimilikinya. Seiring bertambahnya usia, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan semakin berkembang, sehingga pengetahuan yang diperoleh pun menjadi lebih baik (Rosina Wiwin dkk., 2022).

4. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Jika seseorang mampu memberikan jawaban mengenai materi tertentu, baik secara lisan maupun tulisan, maka dapat dikatakan bahwa orang tersebut memiliki pengetahuan tentang bidang tersebut. Sekumpulan jawaban yang diberikan tersebut disebut sebagai pengetahuan. (Hendrawan, 2019).

Kategori tingkat pengetahuan seseorang dapat dibagi menjadi tiga tingkatan yang didasarkan pada nilai persentase yaitu sebagai berikut.

- a. Tingkat pengetahuan kategori Baik jika nilainya $\geq 75\%$ - 100%.
- b. Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya 56% - 74%.
- c. Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya $\leq 55\%$.

C. Konsep Dasar Kehamilan

Kehamilan adalah proses alami dan fisiologis. Setiap wanita dengan organ reproduksi yang sehat, yang telah menstruasi dan berhubungan seksual dengan pria yang juga memiliki organ reproduksi sehat, memiliki peluang besar untuk hamil dan dilanjutkan dengan implantasi hingga lahirnya bayi yang lamanya berkisar 40 minggu (Wulaningsih, 2021). Kehamilan merupakan keadaan fisiologis yang menyebabkan perubahan keseimbangan hormonal, terutama perubahan hormonal estrogen dan progesterone pada masa kehamilan mempunyai efek bervariasi pada jaringan, misalnya pelebaran pembuluh darah yang mengakibatkan bertambahnya

aliran darah. Jika kehamilan direncanakan, hal itu akan membawa kebahagiaan dan harapan. Namun, di sisi lain, wanita perlu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi selama kehamilan, baik yang bersifat fisiologis maupun psikologis (Wijayanti, 2021).

D. Kehamilan yang Tidak Diinginkan (KTD)

1. Pengertian kehamilan yang tidak diinginkan

Kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja adalah keadaan di mana seorang wanita hamil tanpa merencanakan atau menginginkannya. Kehamilan yang tidak diinginkan bisa memberikan dampak negatif, baik bagi kesehatan fisik maupun mental ibu, serta bagi bayi yang dilahirkan (Ananda *et al.*, 2022). Dalam beberapa kasus ini, bisa menyebabkan stres, kesulitan dalam merawat anak, dan masalah ekonomi. Kehamilan yang tidak direncanakan juga dapat berisiko tinggi, terutama jika terjadi pada usia yang sangat muda atau pada wanita dengan kondisi kesehatan tertentu. Kehamilan tidak diinginkan pada remaja merupakan salah satu dampak dari perilaku seks bebas, kondisi ketika seorang remaja hamil tanpa merencanakannya atau tidak menginginkan kehamilan tersebut (Happy & Azinar, 2020).

2. Faktor penyebab kehamilan yang tidak diinginkan

Faktor yang menyebabkan terjadinya kehamilan tidak diinginkan pada remaja menurut (Rohmatin & Sunarya, 2021) antara lain :

a. Kurangnya edukasi seksual

Kurangnya edukasi seksual merujuk pada situasi di mana individu, khususnya remaja, tidak mendapatkan pengetahuan yang memadai mengenai aspek-aspek seksual yang penting dan relevan dengan perkembangan fisik dan

emosional mereka. Edukasi seksual mencakup berbagai informasi tentang tubuh, hubungan, kesehatan reproduksi, identitas gender, orientasi seksual, serta cara-cara untuk menjaga kesehatan seksual yang baik dan mencegah risiko seperti kehamilan tidak diinginkan atau penyakit menular seksual (Supit *et al.*, 2023).

b. Akibat pemerkosaan

Akibat perkosaan adalah suatu tindakan pemaksaan hubungan seksual dari laki-laki kepada perempuan. Pemaksaan hubungan seksual tersebut dapat berupa ancaman secara fisik maupun secara psikologis (Rahmatiah, 2022).

c. Kurangnya pengetahuan atau ketidaktahuan mengenai perilaku seksual yang dapat mengakibatkan kehamilan, karena tidak adanya pendampingan orang tua. Hal ini dapat membuat anak salah memahami masalah seks dan mulai berani mencoba melakukan hubungan seksual (Puji Astuti & Pamungkas, 2021).

d. Akses terbatas terhadap kontrasepsi

Akses terbatas terhadap kontrasepsi merujuk pada situasi di mana individu, terutama pasangan usia subur, tidak memiliki kemampuan atau kesempatan untuk memperoleh alat atau metode kontrasepsi yang aman, efektif, dan terjangkau. Akses yang terbatas dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang menghambat ketersediaan dan penggunaan kontrasepsi (Nurma, 2021).

e. Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga adalah lingkungan yang terbentuk dari interaksi antara anggota keluarga, terutama antara orang tua dan anak. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama yang mempengaruhi perkembangan anak, baik dalam pembentukan kepribadian, bakat, nilai-nilai, dan minat belajar (Hartanti, 2023).

f. Usia muda

Kehamilan di kalangan remaja sering kali tidak direncanakan, karena kurangnya pemahaman mengenai kontrasepsi dan ketidaksiapan untuk menjadi orang tua pada usia muda (Sari, 2022).

3. Dampak kehamilan yang tidak diinginkan

kehamilan yang tidak diinginkan Pada remaja, hal ini dapat menimbulkan masalah bagi diri remaja tersebut, keluarga, serta lingkungan sosial di sekitarnya, menurut Arnita *et al.*, (2021). kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja dapat memiliki dampak, yaitu:

- a. Dampak fisik, antara lain status kesehatan fisik rendah, kehamilan yang bermasalah, pendarahan komplikasi dan kelahiran bayi prematur.
- b. Dampak psikologis, antara lain dapat menyebabkan depresi, stres dan kecemasan pada remaja.
- c. Dampak sosial, antara lain putus sekolah, penolakan atau pengusiran oleh keluarga, tingkat ketergantungan keuangan yang tinggi bahkan kemiskinan dan dikucilkan oleh masyarakat.
- d. Dampak bagi anak yang lahir dari ibu yang masih remaja antara lain adalah rendahnya status kesehatan anak, masalah sosial, serta keterlambatan dalam perkembangan anak.

4. Pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan

Alternatif pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja yang dapat dilakukan menurut Ummah (2019) antara lain :

- a. Membuka informasi kesehatan reproduksi bagi remaja, sekolah dapat berperan dalam menyelenggarakan program penyuluhan mengenai seksualitas dan

kesehatan reproduksi dengan mengedukasi remaja secara dini tentang resiko kehamilan dan pentingnya pencegahan bagi remaja.

- b. Peningkatan komunikasi dengan orang tua, mendorong remaja untuk berbicara dengan orang tua mereka tentang isu-isu seputaran seksualitas, kehamilan, dan kontrasepsi dapat membantu menciptakan pemahaman yang lebih baik dan meningkatkan dukungan dalam pengambilan keputusan yang sehat.
- c. Mengurangi besarnya dorongan biologis (menghindari membaca buku, menonton film yang merangsang nafsu birahi, mengenakan pakaian sopan, melakukan kegiatan berkelompok yang positif, misalnya olahraga, musik, dan lain-lain).

E. Konsep Dasar Pendidikan Kesehatan

1. Definisi pendidikan kesehatan

Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan yang melekat pada setiap upaya kesehatan. Pendidikan kesehatan diselenggarakan untuk mengubah perilaku seseorang atau kelompok masyarakat agar hidup sehat melalui komunikasi, informasi dan edukasi (Adolph, 2021). Konsep pendidikan kesehatan adalah proses pembelajaran yang mengubah ketidaktahuan menjadi pengetahuan tentang kesehatan, serta meningkatkan kemampuan dalam mengatasi masalah kesehatan. Tujuan dari pendidikan kesehatan adalah untuk mendorong perilaku yang mendukung pemeliharaan dan peningkatan kesehatan. Pendidikan kesehatan berupaya membantu individu atau kelompok masyarakat untuk mengembangkan kemampuan dalam berperilaku guna mencapai kesehatan yang optimal.

2. Prinsip – prinsip pendidikan kesehatan

Menurut Rifai (2021), dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan ada beberapa prinsip dasar yang harus di perhatikan :

- a. Pendidikan dan pembelajaran berpusat pada pelanggan, dan pendidikan pelanggan adalah hubungan pelanggan yang berfokus pada kebutuhan pelanggan tertentu.
- b. Pendidikan dan pembelajaran bersifat komprehensif. Ini berarti bahwa ketika memberikan pendidikan kesehatan, klien perlu mempertimbangkan kesehatan, daripada hanya berfokus pada konten tertentu.
- c. Belajarlah untuk mengajarkan negosiasi. Ketika profesional kesehatan dan klien bekerja sama untuk menentukan apa yang mereka ketahui dan apa yang penting.
- d. Pendidikan dan pembelajaran interaktif. Proses pendidikan dan pembelajaran adalah proses dinamis dan interaktif yang melibatkan profesional kesehatan dan pasien.
- e. Mempertimbangkan usia dalam pendidikan kesehatan, hubungan antara usia klien dengan proses pendidikan dan pembelajaran harus diperhatikan untuk mengembangkan semua keterampilan dan perilaku manusia melalui pendidikan.

3. Tujuan pendidikan kesehatan

Menurut SHELEMO (2023), tujuan pendidikan kesehatan dapat diperinci menjadi 5 :

- a. Menjadikan kesehatan sebagai hal yang penting dan dihargai di masyarakat.
- b. Menolong individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat.

- c. Mendorong dan mengembangkan secara pekat sarana pelayanan kesehatan yang ada.
- d. Mempelajari apa yang dapat di dilakukan sendiri dan bagaimana caranya tanpa meminta pertolongan kepada sarana pelayanan kesehatan formal.
- e. Agar terciptanya suasana yang kondusif di mana individu, keluarga, kelompok dapat mengubah sikap dan tingkah lakunya.

4. Media Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan dalam prosesnya memerlukan suatu media untuk penyampaian informasi kepada masyarakat. Media merupakan penyalur (channel) untuk menyampaikan informasi- informasi kesehatan. Media pendidikan kesehatan adalah alat atau sarana yang digunakan untuk menyampaikan informasi dan pengetahuan mengenai kesehatan kepada masyarakat, baik dalam bentuk cetak, elektronik, maupun digital. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan perubahan perilaku yang mendukung kesehatan masyarakat. Menurut (Sembada *et al* 2022) media dibagi menjadi empat yaitu media cetak, media elektronik, dan media papan (*billboard*), serta media internet.

a. Media cetak

1) *Booklet*

Booklet adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku yang berisi tulisan dan gambar. *Booklet* merupakan sebuah buku kecil yang terdiri dari 24 lembar. Isi booklet harus jelas, tegas dan mudah di mengerti.

2) *Leaflet*

Leaflet adalah berupa lembaran kertas yang dilipat lipatan, berisi tulisan cetak dan beberapa gambar tertentu tentang suatu topik khusus untuk sasaran dan tujuan tertentu. Ukuran umumnya 20 x 30 cm, dengan jumlah tulisan umumnya 200-400 kata, secara umum berisi garis-garis besar penyuluhan dan isi-isi harus dapat ditangkap dengan sekali baca. *Leaflet* biasanya diberikan setelah penyuluhan selesai dilaksanakan atau dapat pula diberikan sewaktu penyuluhan berlangsung untuk memperkuat ide yang disampaikan.

3) *Flyer*

Flyer adalah menyerupai *leaflet* tetapi tidak dalam bentuk lipatan, berukuran kecil dan mudah dibawa.

4) *Flip chart*

Flip chart adalah media visual yang berupa lembaran-lembaran kertas yang berisi informasi kesehatan dalam bentuk lembar balik. Lembaran-lembaran kertas tersebut disusun dalam urutan tertentu dan diikat di bagian atasnya.

5) Rubrik

Rubrik adalah suatu tulisan-tulisan yang terdapat pada surat kabar atau majalah yang mempunyai bahasan tentang kesehatan atau hal lainnya yang menyangkut tentang kesehatan.

6) Poster

Poster adalah suatu media media publikasi yang berisi tulisan, gambar, atau kombinasi keduanya untuk menyampaikan pesan atau informasi kesehatan yang ditempel pada tembok atau kendaraan umum.

b. Media elektronik

Media elektronik sebagai sarana untuk menyampaikan pesan-pesan dengan berbagai jenis seperti televisi, *film strip*, radio, video, dan *slide*.

1) Televisi

Televisi adalah media massa elektronik yang berfungsi untuk penyampaian pesan atau informasi-informasi kesehatan melalui media televisi dapat dalam bentuk sandiwara, sinetron, forum diskusi atau tanya jawab tentang masalah kesehatan. Namun televisi masih merupakan salah satu media yang masih dalam katagori mahal , sehingga kita melihat cenderung jarang promosi kesehatan yang ditayangkan di televise.

2) *Film strip*

Film strip juga dapat digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi-informasi kesehatan.

3) Radio

Radio adalah penyampian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui radio juga dapat berbentuk bermacam-macam antara lain tanya jawab, ceramah, radio spot, dan sebagainya.

4) Video

Video adalah penyampaian informasi atau pesan-pesan yang dikemas dalam bentuk video. Kelebihan dari video yaitu pesan atau informasi kesehatannya dapat dilihat (*visual*) dan dapat didengar (*audio*).

5) *Slide*

Slide juga dapat digunakan untuk menyampaikan pesan atau informasi-informasi kesehatan.

6) *Whatsapp*

WhatsApp adalah aplikasi perpesanan dan panggilan yang dapat diunduh secara gratis di ponsel. *WhatsApp* memungkinkan pengguna untuk mengirim dan menerima berbagai macam media, seperti teks, foto, video, dokumen, dan lokasi.

c. Media papan (*Billboard*)

Media dalam bentuk papan ini atau billboard adalah salah satu bentuk iklan luar ruang (*outdoor advertising*) yang biasanya berupa papan besar dengan tulisan atau gambar yang digunakan untuk mempromosikan produk, layanan, atau informasi kesehatan tertentu kepada publik. *Billboard* sering dipasang di tempat-tempat strategis seperti jalan raya, gedung tinggi, atau lokasi yang banyak dilalui orang, sehingga dapat menjangkau audiens yang luas. Biasanya, *billboard* menggunakan visual yang mencolok dan pesan yang singkat agar dapat menarik perhatian dengan cepat.

d. Media internet

Media internet adalah *platform* atau saluran komunikasi yang memanfaatkan teknologi internet untuk menyebarkan informasi kesehatan, berita, hiburan, dan konten lainnya kepada masyarakat (Sembada *et al.*, 2022). Media internet mencakup berbagai bentuk seperti situs web, blog, media sosial (seperti *facebook*, *twitter*, *instagram*, *WhatsApp*), *video streaming* (seperti *youtube*, *tiktok*), Jejaring sosial banyak digunakan untuk mencari penghasilan/uang, mencari teman, bertukar informasi serta menjadi tempat promosi. Metode promosi menggunakan jejaring sosial sangat efektif dan dengan biaya yang sangat murah, media ini dapat digunakan secara cepat seiring dengan perkembangan jaman (Prasetyo *et al.*, 2024).

F. Konsep Dasar *WhatsApp*

1. Pengertian *WhatsApp*

WhatsApp merupakan aplikasi berbasis internet yang potensial untuk dimanfaatkan sebagai media komunikasi. aplikasi *WhatsApp* digunakan sebagai media komunikasi pada layanan jasa informasi, aplikasi *WhatsApp* perpesanan dan panggilan yang sederhana, aman, dan dapat diandalkan (Ardiani & Pujiriyanto, 2022). *WhatsApp* memiliki beberapa fitur utama, di antaranya:

e. Pesan Suara

Pesan suara adalah fitur yang memungkinkan pengguna untuk berkomunikasi dengan kontak atau grup secara langsung. Fitur ini berguna untuk menyampaikan informasi penting dan mendesak, serta mempercepat respons tanpa perlu mengetik teks.

a. Pesan teks

pesan teks adalah pesan yang dapat di kirim hanya sebagai balasan atas pesan sebelumnya dari kontak, pesan yang dikirimkan antar pengguna *WhatsApp* melalui perangkat apa pun.

b. Panggilan suara

Panggilan suara adalah kemampuan untuk menghubungi dan berbicara dengan orang lain secara langsung melalui telepon. Panggilan suara juga dikenal sebagai panggilan telepon atau percakapan telepon. Panggilan suara dapat dilakukan di berbagai aplikasi seperti, *WhatsApp* dan telepon biasa.

c. Panggilan video

Panggilan video adalah dapat menjadi solusi yang baik untuk tatap muka, terutama ketika kita berada diluar. Panggilan video dapat membantu meniru

pengalaman tatap muka secara lebih baik, sehingga komunikasi jarak jauh terasa lebih dekat.

d. Berbagi file

Berbagi file adalah merujuk pada proses mentransfer atau memberikan akses kepada orang lain untuk mengakses, mengunduh, atau mengedit file yang dimiliki seseorang. Hal ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti menggunakan *whatsapp*, email, dan lain-lain.

e. Berbagi media

Berbagi media adalah tindakan memposting atau memposting ulang konten di saluran media sosial atau platform digital lainnya.

f. Status dan cerita

Status dan cerita yaitu cara populer untuk membagikan pembaruan singkat kepada kontak dan teman dekat .

g. Grup *chat*

Grup *chat* atau obrolan grup adalah fitur yang memungkinkan pengguna untuk bertukar pesan dengan lebih dari satu orang secara bersamaan.

h. *Enkripsi end-to-end*

Enkripsi end-to-end adalah metode komunikasi yang menjaga kerahasiaan data saat ditransfer dari satu perangkat ke perangkat lain

2. Perkembangan *WhatsApp*

Popularitas *WhatsApp* akhir-akhir ini mulai melonjak sampai tahun 2023 ini *WhatsApp* sudah memiliki 1,5 miliar pengguna aktif bulanan. pengguna aplikasi dengan menggunakan aplikasi *WhatsApp* dapat menghabiskan waktu sebanyak 85 miliar jam atau 3,5 miliar jam per hari selama tiga bulan terakhir. Angka ini setara

dengan 9,5 juta tahun dan 11.425 jam untuk setiap manusia yang ada di bumi. Fakta menarik lainnya adalah terjadi pergeseran kebiasaan pengguna yang didominasi oleh generasi milenial (Yanuar A & Fitriani R, 2022). Saking populernya salah satu provider di Indonesia, yaitu Telkomsel menyediakan layanan paket data khusus ber-*Whatsapp* kemanapun pergi. Pada era milenial ini, internet merupakan hal wajib yang dimiliki setiap orang terutama remaja, beda halnya dengan sms yang tidak menggunakan jaringan internet. Hal ini menyebabkan *WhatsApp* menjadi lebih efektif dan efisien terhadap tempat dan waktu dan kapan dilihat kapan saja, serta menjadi tempat bertukar informasi paling digemari semua orang (Rahartri, 2019).

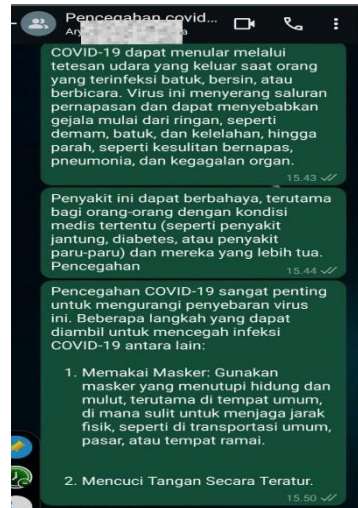
G. Reminder (*WhatsApp Reminder*)

1. Pengertian *WhatsApp Reminder*

Menurut (Surya Swarnata *et al.*, 2022). *WhatsApp Reminder* adalah fitur atau layanan yang memungkinkan pengguna untuk mengatur pengingat atau notifikasi melalui aplikasi *WhatsApp Reminder*. Pengingat ini dapat berupa pesan otomatis yang dikirimkan ke pengguna pada waktu tertentu untuk mengingatkan mereka tentang suatu tugas, atau kegiatan penting dan juga bisa mengirim pesan text, suara, gambar, lokasi, bahkan video ke teman-teman menggunakan jenis ponsel apapun (Nhestricia *et al.*, 2023). Menurut Hatta & Zia Ulhaq, (2022) *WhatsApp Reminder* juga sangat bagus untuk membagi informasi dan pengetahuan bagi remaja dan masyarakat yang mempunyai *WhatsApp*.

2. Contoh WhatsApp Reminder Group

Berikut saya lampirkan sempel penelitian dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan melalui *WhatsApp Reminder Group* terhadap tingkat pengetahuan pencegahan COVID-19 yang disusun oleh (Surya Swarnata *et al.*, 2022).



3. Contoh WhatsApp Reminder berkala

Peneliti ingin melakukan penelitian dengan mengirimkan *WhatsApp Reminder* berkala, dan peneliti mengirimkan *WhatsApp Reminder* berkala melalui *personal chat* tidak menggunakan group, berikut saya lampirkan contoh dari *WhatsApp Reminder* berkala melalui *personal chat*.



H. Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui *WhatsApp Reminder* Berkala terhadap Pengetahuan tentang Pencegahan Kehamilan yang Tidak Diinginkan pada Remaja

Pendidikan kesehatan merupakan usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan perilaku mereka untuk mencapai tingkat kesehatannya secara optimal. Konsep pendidikan kesehatan merupakan proses belajar dari tidak tahu menjadi tahu tentang kesehatan, dari tidak mampu menjadi mampu dalam mengatasi masalah kesehatannya Notoatmodjo (2019). Pengetahuan adalah bagaimana pendapat atau penilaian orang atau responden terhadap hal yang terkait dengan kesehatan, sehat-sakit dan faktor yang terkait dengan faktor risiko kesehatan (Notoatmodjo, 2019). Menurut Priyoto (2019), pendidikan kesehatan merupakan faktor predisposing dari sikap individu terhadap kesehatannya. Dari penelitian yang dilakukan oleh Primadewi di Kabupaten Kediri pada tahun 2018 menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara media social (pornografi) dengan perilaku kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Surya Swarnata di Kota Semarang pada tahun 2022 menjelaskan, sebanyak 27,5% remaja menggunakan smartphonenya untuk melakukan *chat* dan mengakses situs yang mengandung muatan seksual.