

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Anemia

a. Pengertian Anemia

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi pengangkut oksigen dalam darah (hemoglobin) tidak mencukupi kebutuhan fisiologis, anemia dikatakan sebagai suatu kondisi tidak mencukupinya cadangan zat besi sehingga terjadi kekurangan penyaluran zat besi ke jaringan tubuh (Andriani et al., 2024).

Anemia merupakan kondisi di mana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari batas normal, sehingga kemampuan darah dalam mendistribusikan oksigen ke seluruh tubuh menjadi berkurang (Mawardika et al., 2025).

b. Diagnosis Anemia

Penegakkan diagnosis anemia dilakukan dengan pemeriksaan laboratorium kadar hemoglobin/Hb dalam darah dengan menggunakan metode *Cyanmethemoglobin*, hal ini sesuai dengan Permenkes Nomor 37 Tahun 2012 tentang Penyelenggaraan Laboratorium Pusat Kesehatan Masyarakat, rematri dan WUS menderita anemia bila kadar hemoglobin darah menunjukkan nilai kurang dari 12 g/dl (Kemenkes, 2018).

Tabel 2. 1 Klasifikasi Anemia Menurut Kelompok Umur

POPULASI	TIDAK ANEMIA	ANEMIA		
		Ringan	Sedang	Berat
Anak usia 5-59 bulan	>11	10-10,9	10-9,9	<7,0
Anak usia 5-11 tahun	>11.5	11-11,4	8-10,9	<8,0
Anak usia 12-14 tahun	>12	11-11,9	8-10,9	<8,0
Perempuan tidak hamil (umur > 15 tahun)	>12	11-11,9	8-10,9	<8,0
Perempuan hamil	>11	10-10,9	7-9,9	<7,0
Laki-Laki (umur > 15 tahun)	>13	11-12,9	8-10,9	<8,0

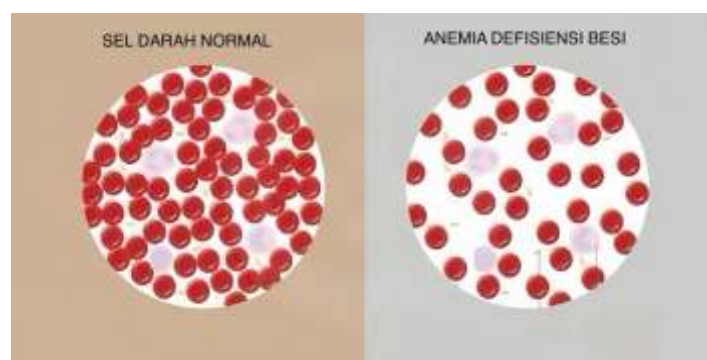
(Yanniarti et al., 2024)

c. Klasifikasi Anemia

Anemia merupakan kondisi medis yang ditandai oleh penurunan jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin dalam darah sehingga kemampuan darah untuk mengangkut oksigen menjadi berkurang. Kondisi ini dapat muncul akibat berbagai faktor, baik defisiensi zat gizi, kelainan genetik, gangguan produksi sel darah, maupun kerusakan sel darah merah, oleh karena itu anemia diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori berdasarkan mekanisme penyebab dan karakteristik pataloginya, empat klasifikasi utama yang sering dibahas adalah anemia defisiensi besi, anemia megaloblastik, anemia hemolitik, dan anemia aplastik.

1) Anemia Defisiensi Besi

Anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia yang paling umum terjadi di seluruh dunia, kondisi ini disebabkan oleh kekurangan zat besi yang berperan penting dalam pembentukan hemoglobin, kekurangan zat besi dapat dipicu oleh asupan gizi yang tidak adekuat, perdarahan kronis, atau peningkatan kebutuhan zat besi pada kondisi tertentu, seperti kehamilan, gejala klinis anemia defisiensi besi meliputi kelelahan, pucat, pusing, serta penurunan konsentrasi, pada kasus yang lebih berat, dapat muncul perubahan struktural pada kuku dan lidah. Intervensi medis biasanya mencakup suplementasi zat besi, perbaikan pola makan, serta penanganan sumber perdarahan jika ada. Menurut studi, kondisi ini masih menjadi masalah kesehatan masyarakat global terutama pada kelompok wanita usia subur dan anak-anak (Cappellini et al., 2020).

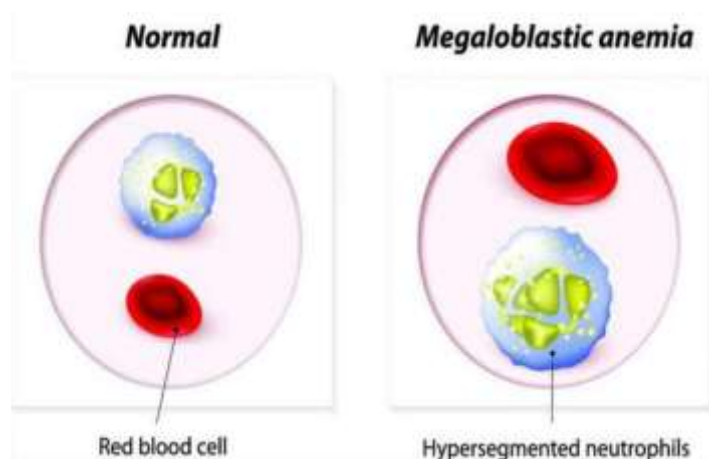


(Cappellini et al., 2020)

Gambar 2. 1 Perbedaan Sel Darah Normal dan Anemia Defisiensi Besi

2) Anemia Megaloblastik

Anemia megaloblastik ditandai dengan adanya sel darah merah berukuran besar (megaloblas) yang disebabkan oleh gangguan sintesis *DNA*, penyebab utama kondisi ini adalah defisiensi vitamin B12 atau asam folat, kekurangan kedua zat ini dapat menghambat pembelahan sel, sehingga menghasilkan sel darah merah yang abnormal dan tidak berfungsi optimal, gejala yang sering muncul meliputi kelelahan, pucat, dan pada beberapa kasus disertai gangguan neurologis, khususnya jika penyebabnya adalah defisiensi vitamin B12, penatalaksanaan dilakukan dengan pemberian suplementasi vitamin B12 atau asam folat sesuai penyebab yang mendasari. Penelitian terkini menekankan bahwa deteksi dini sangat penting untuk mencegah komplikasi neurologis permanen (Cappellini et al., 2020).

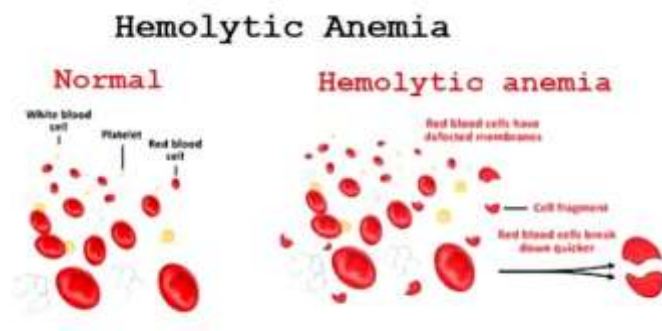


(Cappellini et al., 2020)

Gambar 2. 2 Perbedaan Sel Darah Normal dan Megaloblastik Anemia

3) Anemia Hemolitik

Anemia hemolitik merupakan kondisi yang ditandai oleh penghancuran sel darah merah lebih cepat dibandingkan laju produksinya di sumsum tulang, penyebabnya dapat bersifat hereditas, seperti pada kasus spherocytosis atau sickle cell disease, maupun didapat akibat infeksi, obat-obatan, atau penyakit autoimun, manifestasi klinis meliputi pucat, ikterus, pembesaran limpa, serta peningkatan kadar bilirubin, penatalaksanaan tergantung pada etiologi, mulai dari penggunaan kortikosteroid untuk kasus autoimun, hingga transplantasi sumsum tulang pada kondisi hereditas yang berat. karena sifatnya yang kompleks, anemia hemolitik memerlukan diagnosis menyeluruh dengan pendekatan laboratorium dan klinis (Cappellini et al., 2020).

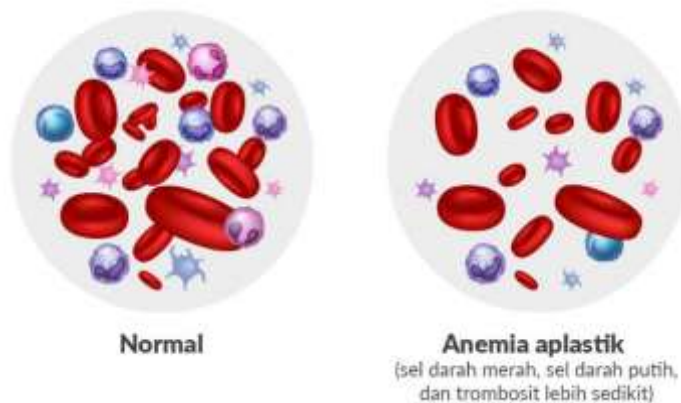


(Cappellini et al., 2020)

Gambar 2. 3 Perbedaan Sel Darah Normal dan Hemolitik Anemia

4) Anemia Aplastik

Anemia aplastik adalah bentuk anemia yang disebabkan oleh kegagalan sumsum tulang dalam memproduksi sel darah merah, sel darah putih, dan trombosit, penyebabnya dapat berupa kelainan kongenital, paparan bahan kimia toksik, radiasi, atau mekanisme autoimun, gejala yang ditimbulkan tidak hanya terkait anemia seperti kelelahan dan pucat, tetapi juga manifestasi akibat penurunan sel darah lain, seperti infeksi berulang dan perdarahan, penanganan dapat meliputi pemberian imunosupresan, transfusi darah, hingga transplantasi sumsum tulang pada kasus yang berat meskipun jarang terjadi, kondisi ini memiliki tingkat mortalitas yang tinggi apabila tidak ditangani dengan tepat (Wijayanti et al., 2025).



(Cappellini et al., 2020)

Gambar 2. 4 Perbedaan Sel Darah Normal dan Anemia Aplastik

d. Gejala Anemia

Gejala anemia pada remaja yang sering dikeluhkan antara lain yaitu:

- 1) Kulit terutama pipi dan bibir pucat
- 2) Lapisan dalam kelopak mata (conjungtiva) pucat
- 3) Bantalan kuku pucat atau tidak berwarna merah muda seperti biasanya
- 4) Gampang marah
- 5) Susah konsentrasi
- 6) Badan terasa lemah sehingga ingin tidur terus-menerus
- 7) Mudah lelah
- 8) Sesak napas
- 9) Detak jantung cepat
- 10) Sakit kepala
- 11) Pusing dan pingsan (Yanniarti et al., 2024)

e. Penyebab Anemia

Proses terjadinya anemia sangat bervariasi, tergantung pada penyebab utamanya, salah satu faktor utama yang menyebabkan anemia di antaranya kekurangan nutrisi dan penyerapan nutrisi yang tidak cukup, selain dari asupan nutrisi, kekurangan zat besi bisa juga terjadi karena kehilangan darah, gangguan penyerapan, dan terjadinya peningkatan kebutuhan, penyebab anemia penyakit kronis paling banyak, yaitu infeksi (akut atau kronis) seperti *HIV*, bakteri, parasit, dan jamur mencapai 18–95% , kemudian kanker

mencapai 30–70%, lalu autoimun seperti radang sendi, lupus, penyakit jaringan ikat, vaskulitis, dan penyakit radang usus mencapai 8–71%, penolakan kronis setelah transplantasi organ mencapai 8–70% dan terakhir penyakit ginjal kronis serta peradangan mencapai 25–30% (Nugraha, 2023).

Selain itu, terdapat beberapa kondisi khusus yang menyebabkan anemia, misalnya pada ibu hamil yang mengalami kebutuhan zat besi yang meningkat serta perubahan volume darah, beberapa anemia lainnya bisa disebabkan karena adanya kelainan pada hemoglobin yang diwariskan dari orang tuanya, seperti talasemia, sel sabit, hemoglobinopati, bahkan karena adanya kelainan enzim sel darah merah (*WHO*, 2023).

f. Dampak Anemia

Anemia akan memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang, dampak jangka pendek seperti menurunnya produktifitas, kebugaran dan daya tahan tubuh sedangkan jangka panjang menyebabkan risiko perdarahan, melahirkan bayi BBLR dan prematur yang selanjutnya meningkatkan risiko terjadinya stunting, AKI dan AKB, anemia pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang tidak hanya berdampak pada status gizi, tetapi juga berkonsekuensi terhadap berbagai aspek perkembangan remaja, masa remaja merupakan fase kritis dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan, maturasi

seksual, dan peningkatan kebutuhan energi serta zat gizi. Oleh karena itu, anemia pada periode ini dapat mengganggu perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial secara signifikan, dampak tersebut tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga dapat memengaruhi kualitas hidup hingga dewasa (Kemenkes, 2023).

1) Dampak Fisik

Dampak fisik dari anemia pada remaja sangat nyata, terutama dalam bentuk kelelahan kronis, penurunan daya tahan tubuh, serta gangguan pertumbuhan dan pubertas, kekurangan hemoglobin dalam darah menyebabkan berkurangnya suplai oksigen ke jaringan tubuh, sehingga metabolisme sel terganggu, remaja dengan anemia ringan sekalipun dapat mengalami penurunan stamina, mudah lelah, dan tidak mampu mengikuti aktivitas fisik secara optimal (Wijayanti et al., 2025).

2) Dampak Kognitif

Anemia berdampak langsung terhadap fungsi kognitif, terutama konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan belajar, rendahnya kadar hemoglobin mengganggu transportasi oksigen ke otak, sehingga aktivitas neuron menjadi suboptimal akibatnya, remaja mengalami kesulitan fokus dalam proses pembelajaran, yang berujung pada penurunan prestasi akademik (Wijayanti et al., 2025).

3) Dampak Psikososial

Dampak psikososial anemia sering kali luput dari perhatian, padahal sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup remaja, elelahan kronis, pucat, dan lesu dapat membuat remaja kehilangan rasa percaya diri, enggan berinteraksi sosial, dan menarik diri dari lingkungan sekitarnya, dalam beberapa kasus kondisi ini dapat berkembang menjadi gejala depresi ringan atau gangguan kecemasan, selain itu, anemia juga dapat menurunkan partisipasi remaja dalam kegiatan sosial dan ekstrakurikuler, yang seharusnya menjadi ruang pengembangan karakter dan keterampilan social, ketidakterlibatan ini menghambat proses sosialisasi yang esensial bagi pembentukan identitas remaja secara sehat (Wijayanti et al., 2025).

g. Pengobatan Anemia

Pengobatan anemia melibatkan identifikasi penyebab yang mendasarinya dan penanganan masalah yang mendasarinya, terapi yang umum digunakan termasuk suplemen zat besi, vitamin B12, atau asam folat, tergantung pada jenis anemia yang dialami, dalam beberapa kasus terapi transfusi darah atau perawatan medis lainnya mungkin diperlukan (Saras, 2023).

h. Pencegahan Anemia

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh

untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin, upaya yang dapat dilakukan adalah :

1) Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi

Meningkatkan asupan makanan sumber zat besi dengan pola makan bergizi seimbang, yang terdiri dari aneka ragam makanan, terutama sumber pangan hewani yang kaya zat besi (besi heme) dalam jumlah yang cukup sesuai dengan AKG, selain itu juga perlu meningkatkan sumber pangan nabati yang kaya zat besi (besi non-heme), walaupun penyerapannya lebih rendah dibanding dengan hewani, makanan yang kaya sumber zat besi dari hewani contohnya hati, ikan, daging dan unggas, sedangkan dari nabati yaitu sayuran berwarna hijau tua dan kacang-kacangan untuk meningkatkan penyerapan zat besi dari sumber nabati perlu mengonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C, seperti jeruk, jambu, penyerapan zat besi dapat dihambat oleh zat lain, seperti tanin, fosfor, serat, kalsium, dan fitat (Kemenkes, 2018).

2) Fortifikasi bahan makanan dengan zat besi

Fortifikasi bahan makanan yaitu menambahkan satu atau lebih zat gizi kedalam pangan untuk meningkatkan nilai gizi pada pangan tersebut, penambahan zat gizi dilakukan pada industri pangan, untuk itu disarankan membaca label kemasan untuk mengetahui apakah bahan makanan tersebut sudah difortifikasi dengan zat besi, makanan yang sudah difortifikasi di Indonesia

antara lain tepung terigu, beras, minyak goreng, mentega, dan beberapa snack, zat besi dan vitamin mineral lain juga dapat ditambahkan dalam makanan yang disajikan di rumah tangga dengan bubuk tabur gizi atau dikenal juga dengan *Multiple Micronutrient Powder* (Kemenkes, 2018).

3) Suplementasi zat besi

Pada keadaan dimana zat besi dari makanan tidak mencukupi kebutuhan terhadap zat besi, perlu didapat dari suplementasi zat besi, pemberian suplementasi zat besi secara rutin selama jangka waktu tertentu bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara cepat, dan perlu dilanjutkan untuk meningkatkan simpanan zat besi di dalam tubuh (Kemenkes, 2018).

2. Remaja

a. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional, rentang usia remaja dapat bervariasi menurut keadaan budaya dan sejarah, masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun, studi genetik molekuler terbaru menyatakan permulaan dan perkembangan pubertas terjadi antara usia sekitar 9 dan 16 tahun bagi sebagian besar individu (Mawardika. et al., 2025)

b. Tingkatan Remaja

1) Pra Remaja (11 14 tahun)

Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun; untuk laki-laki usia 12 atau 13 tahun - 13 atau 14 tahun, dikatakan juga fase ini adalah fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif, fase yang sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua (Diananda, 2019).

2) Remaja Awal (15- 17 tahun)

Pada fase ini perubahan-perubahan terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya, ia mencari identitas diri karena masa ini, statusnya tidak jelas pola-pola hubungan sosial mulai berubah, menyerupai orang dewasa muda, remaja sering merasa berhak untuk membuat keputusan sendiri, pada masa perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak dan idealistis dan semakin banyak waktu diluangkan diluar keluarga (Diananda, 2019).

3) Remaja Lanjut (17- 21 tahun)

Pada fase ini dirinya ingin menjadi pusat perhatian, ia ingin menonjolkan dirinya, caranya lain dengan remaja awal, ia idealis mempunyai cita-cita tinggi, bersemangat dan mempunyai energi yang besar, ia berusaha memantapkan identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan emosional (Diananda, 2019)

3. Konsep Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan (knowledge) atau ilmu adalah bagian yang esensial-aksiden manusia karena pengetahuan adalah buah dari "berpikir", erpikir (atau natiqiyyah) adalah sebagai differentia (atau fashi) yang memisahkan manusia dari sesama genus-nya, yaitu hewan, sebenarnya kehebatan manusia dan "barangkali" keunggulannya dari spesies-spesies lainnya dikarenakan pengetahuan yang dimilikinya, kemajuan manusia dewasa ini tidak lain karena pengetahuan yang dimilikinya (Rahman et al., 2020).

b. Tingkatan Pengetahuan

1) Pengetahuan Eikasia (Khayalan)

Tingkatan yang paling rendah disebut pengetahuan Eikasia, ialah pengetahuan yang objeknya berupa bayangan atau gambaran, pengetahuan ini isinya adalah hal-hal yang berhubungan dengan kesenangan atau kesukaan serta kenikmatan manusia yang berpengalaman (Muhtar, 2020).

2) Pengetahuan Pistis (Substansial)

Satu tingkat diatas eikasia adalah tingkatan pistis atau pengetahuan substansial, pengetahuan ini adalah pengetahuan mengenal hal-hal yang tampak dalam dunia kenyataan atau hal-hal yang dapat diindrai secara langsung (Muhtar, 2020).

3) Pengetahuan Dianoya (Matematika)

Plato menerangkan tingkat pengetahuan ini adalah tingkatan ke tiga yang ada didalamnya sesuatu yang tidak hanya terletak pada fakta atau objek yang tampak, tetapi juga terletak pada bagian cara berfikirnya, dengan demikian dapat dituturkan bahwa bentuk pengetahuan tingkat dianoya ini adalah pengetahuan yang banyak berhubungan dengan masalah matematika atau kuantitas, entah luas, isi, jumlah, atau berat yang semata-mata merupakan kesimpulan dari hipotesis yang diolah oleh akal pikir, oleh karena itu pengetahuan ini juga disebut pengetahuan pikir (Muhtar, 2020).

4) Pengetahuan Noesis (Filsafat)

Pengetahuan Noesis adalah pengetahuan tingkatan tertinggi, atau pengetahuan yang objeknya arche yaitu prinsip utama yang mencakup epistemologi dan metafisik, prinsip utama ini disebut "ide" (Muhtar, 2020).

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya :

- 1) Pendidikan
- 2) Media massa
- 3) Pekerjaan
- 4) Lingkungan
- 5) Pengalaman (Sari & Nurbaya, 2023).

d. Pengukuran Pengetahuan

Teori pengukuran dalam pendidikan adalah sebuah cabang ilmu yang berfokus pada prinsip-prinsip dan metode yang digunakan untuk mengukur kemampuan, pengetahuan, keterampilan, sikap, dan karakteristik lainnya dari peserta didik, salah satu aspek yang sangat penting dalam teori pengukuran pendidikan adalah konsep validitas, validitas mengacu pada sejauh mana alat pengukuran benar-benar mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur, selain validitas konsep reliabilitas juga merupakan elemen penting dalam teori pengukuran pendidikan, reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil pengukuran. Sebuah instrumen yang reliabel akan memberikan hasil yang konsisten jika digunakan berkali-kali untuk mengukur hal yang sama, dalam praktiknya, ada berbagai metode yang digunakan dalam pengukuran pendidikan, salah satu metode yang paling umum adalah pengukuran berbasis tes, metode observasi, wawancara, penilaian portofolio, metode pengukuran yang lebih baru, seperti tes berbasis komputer dan asesmen berbasis proyek, semakin populer karena mereka dapat memberikan cara yang lebih fleksibel dan dinamis untuk mengukur keterampilan peserta didik (C. Dewi et al., 2025).

4. Tablet Tambah Darah

a. Pengertian

Tablet tambah darah adalah suplemen yang mengandung zat besi, asam folat, dan vitamin B12 yang berfungsi untuk membantu

meningkatkan produksi sel darah merah. Tablet ini direkomendasikan untuk mencegah dan mengatasi anemia karena defisiensi zat besi, terutama pada wanita yang lebih rentan mengalami kekurangan darah, misalnya karena menstruasi atau saat kehamilan (R. K. Dewi & Pistanty, 2023).

b. Manfaat Tablet Tambah Darah

Manfaat tablet Fe adalah:

1. Sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan
2. Sebagai alat angkut elektron pada metabolisme energi
3. Sebagai enzim pembentuk kekebalan tubuh dan sebagai pelarut obat-obatan
4. Tablet Fe digunakan saat kehamilan yaitu digunakan untuk meningkatkan jumlah sel darah merah membentuk sel darah merah pada janin dan plasenta (R. K. Dewi & Pistanty, 2023)

c. Efek Samping Pemberian Zat Besi

Suplemen zat besi dapat menyebabkan mual, muntah, kram lambung, nyeri ulu hati, dan konstipasi, kadang-kadang diare, namun derajat mual yang ditimbulkan oleh setiap preparat tergantung pada jumlah elemen zat besi yang disera, takaran zat besi diatas 60 mg dapat menimbulkan efek samping yang tidak dapat diterima pada ibu hamil sehingga terjadi ketidakpatuhan, dalam pemakaian obat jadi tablet zat besi dengan dosis rendah lebih cenderung ditoleransi (dan

diminum) daripada dosisi tinggi, bagi banyak wanita dosis rendah sudah memadai (R. K. Dewi & Pistanty, 2023).

d. Dosis Tablet Tambah Darah

Dosis Tablet Tambah Darah (TTD) adalah tablet besi folat yang setiap tablet mengandung 200 mg Fero Sulfat atau 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat (Hilinti et al., 2024). Pada usia remaja, intervensi tablet tambah darah dilakukan melalui sekolah dengan dosis satu tablet per minggu sepanjang tahun. (Samah, 2025).

Ibu hamil diwajibkan untuk mengonsumsi 90 tablet yang diminum sejak pertama kali pemeriksaan, dan remaja 1 kali per minggu konsumsi tablet tambah darah sebaiknya tidak berbarengan dengan teh, kopi, kalsium dan vitamin D karena dapat menghambat penyerapannya (Anis, 2024).

5. Konsep *WhatsApp*

a. Pengertian *WhatsApp*

Menurut situs resmi *WhatsApp* (*WhatsApp*, 2019) *WhatsApp* merupakan pelesetan dari frasa “ *What's Up* ”, yang artinya “Apa Kabar” *WhatsApp* adalah aplikasi perpesanan dan panggilan yang cepat, sederhana, aman dan reliable, yang tersedia untuk seluruh smartphone di dunia, lebih dari 1 miliar orang di 180 negara menggunakan *WhatsApp* untuk tetap terhubung dengan

teman dan keluarga, kapan saja dan di mana saja, di dalam *WhatsApp* kita dapat mengirimkan pesan informasi sebanyak apapun tanpa dikenakan biaya, cukup pastikan handphone tersambung dengan koneksi internet. Selain itu terdapat fitur grup chat, dimana pengguna *WhatsApp* dapat membagikan pesan, foto dan video hingga 256 orang sekaligus (Rojabi & Publisher, 2025).

b. Sejarah *WhatsApp*

WhatsApp Messenger, yang sering kita sebut *WhatsApp*, bukanlah aplikasi baru, didirikan oleh dua mantan karyawan Yahoo!, Brian Acton dan Jan Koum, *WhatsApp* pertama kali diluncurkan pada tahun 2009, awalnya, aplikasi ini hanyalah sebuah alat untuk menampilkan "status" seseorang, seperti "lagi rapat" atau "sedang berlibur" namun seiring waktu para pengguna mulai memanfaatkan fitur ini untuk berkomunikasi satu sama lain, mengirim pesan, dan berbagi kabar, melihat potensi besar ini, para pendiri memutuskan untuk mengubah fokus aplikasi menjadi layanan perpesanan instan, inilah yang menjadi titik balik dan membuatnya tumbuh pesat (Rojabi & Publisher, 2025).

c. *WhatsApp* Grup

WhatsApp Grup merupakan platform atau suatu media berbasis internet yang dapat dimanfaatkan dalam bertukar informasi, dalam pembelajaran jarak jauh *WhatsApp* memungkinkan pendidik dan peserta didik berkumpul dalam satu grup dan kegiatan

pembelajaran dapat dilakukan seperti bertukar pesan dalam bentuk tulisan, suara maupun gambar (Sopan et al., 2023) .

d. Fitur-Fitur Media *WhatsApp*

WhatsApp mempunyai berbagai fitur, berikut beberapa fitur *WhatsApp* yang sering digunakan oleh pengguna *WhatsApp*:

- 1) Mengirim pesan tertulis, fitur ini semacam sms, namun kalimatnya bisa lebih panjang, karakternya jauh lebih banyak daripada sms
- 2) Mengirim pesan suara, *WhatsApp* juga dapat digunakan untuk mengirim pesan suara, bila pesan cukup panjang, mengirim pesan suara akan lebih efektif dan cepat daripada menuliskan kalimat
- 3) Mengirim gambar, foto-foto dan video dari galeri maupun kamera secara langsung, foto maupun video bisa juga diteruskan (forward) langsung dari foto atau video yang kita terima, tidak harus membuka galeri sehingga antara pengguna WA bisa mudah berbagi
- 4) Mengirim berkas-berkas ataupun file yang dari dokumen
- 5) Mengirim kartu kontak
- 6) Berbagi lokasi di mana kita berada dan juga lokasi yang secara live bisa diikuti

- 7) Membuat panggilan suara sehingga bisa bercakap-cakap dan juga panggilan video yang membuat mereka bisa bertemu jarak jauh dan berbincang-bincang
- 8) Membuat grup yang membuat anggotanya bisa berkomunikasi bersama-sama dan berbagi foto, gambar, video maupun dokumen dalam grup itu, dengan grup ini anggota bisa berdiskusi bersama-sama baik melalui pesan tertulis, pesan suara maupun panggilan suara dan panggilan video (Trisnawati, 2022).

6. Konsep Instagram

a. Pengertian Instagram

Instagram merupakan aplikasi media sosial berbasis foto dan video yang memungkinkan pengguna untuk mengambil, mengedit, dan membagikan foto maupun video kepada pengguna lain. Instagram juga digunakan sebagai sarana komunikasi, berbagi informasi, hiburan, dan interaksi sosial melalui berbagai fitur yang tersedia (Prakosa, 2025).

b. Sejarah Istagram

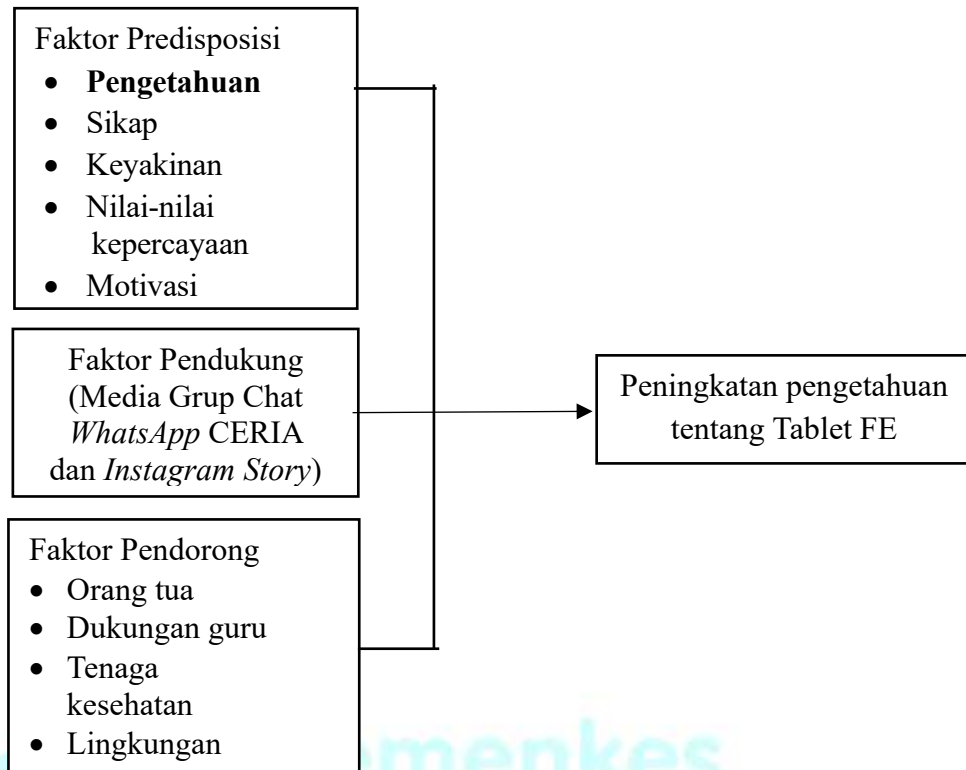
Instagram pertama kali dikembangkan oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger melalui perusahaan Burbn Inc dan resmi diluncurkan pada tahun 2010, awalnya Instagram hanya tersedia pada sistem operasi iOS, kemudian berkembang ke Android dan menjadi salah

satu media sosial paling populer di dunia, nama Instagram berasal dari gabungan kata “instant” dan “telegram” yang menggambarkan proses berbagi foto secara cepat. Seiring berkembangnya teknologi dan meningkatnya penggunaan media sosial, Instagram mengalami perkembangan yang sangat pesat dan mulai banyak digunakan oleh masyarakat di berbagai negara, saat ini Instagram tidak hanya digunakan sebagai media berbagi foto dan video, tetapi juga dimanfaatkan sebagai media komunikasi, promosi, pendidikan, hiburan, dan penyebaran informasi digital (Abdillah, 2022).

c. Instaram Story

Instagram Story merupakan fitur Instagram yang memungkinkan pengguna membagikan foto, video, teks, maupun aktivitas sehari-hari yang hanya tampil selama 24 jam sebelum otomatis menghilang, fitur ini memudahkan pengguna dalam berbagi informasi secara cepat dan interaktif melalui tambahan stiker, musik, lokasi, polling, maupun tautan tertentu, dalam penelitian mengenai pemanfaatan fitur Instagram disebutkan bahwa fitur *Stories* menjadi salah satu fitur yang paling sering digunakan dalam komunikasi digital karena sifatnya yang praktis dan menarik perhatian pengguna (Prajarini, 2020).

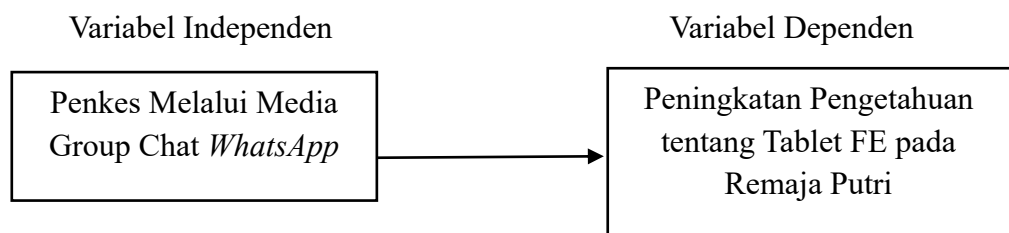
B. Kerangka Teori



Bagan 2. 1 Kerangka Teori

Modifikasi Teori Lawrence Green (1980), Notoatmodjo (2012).

C. Kerangka Konsep Penelitian



Bagan 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian

D. Hipotesis

1. Hipotesis Alternatif (Ha)

Terdapat pengaruh pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui media grup chat *WhatsApp* CERIA terhadap peningkatan pengetahuan tablet fe remaja putri di SMKN Kota Bengkulu tahun 2026.

