

**PENGARUH PENGGUNAAN GRUP *WHATSAPP*  
DALAM KONSELING KESEHATAN TERHADAP  
GAYA HIDUP REMAJA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS II DENPASAR UTARA  
DI BANJAR BINOH KELOD  
DESA UBUNG KAJA**



**SKRIPSI**

**Oleh:  
DEWA AYU ARI ASTITI**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2021**

**PENGARUH PENGGUNAAN GRUP *WHATSAPP*  
DALAM KONSELING KESEHATAN TERHADAP  
GAYA HIDUP REMAJA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS II DENPASAR UTARA  
DI BANJAR BINOH KELOD  
DESA UBUNG KAJA**

**SKRIPSI**

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

**Oleh :**

**DEWA AYU ARI ASTITI**

**NIM.C2119147**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH PENGGUNAAN GRUP *WHATSAPP*  
DALAM KONSELING KESEHATAN TERHADAP  
GAYA HIDUP REMAJA DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS II DENPASAR UTARA  
DI BANJAR BINOH KELOD  
DESA UBUNG KAJA**

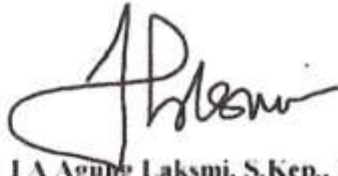
**Diajukan Oleh:**

**DEWA AYU ARI ASTITI  
NIM.C2119147**

**Mangupura, 19 Januari 2021**

**Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing**

Pembimbing I



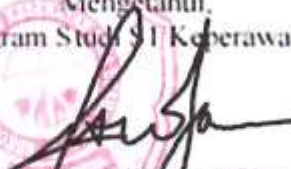
**Ns. I A Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0801019002**

Pembimbing II



**Ni Komang Purwaningsih, S.S., M.Hum  
NIDN. 0814108901**

Mengetahui,  
Program Studi S1 Keperawatan



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0821058603**

## HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN  
DIDEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SI  
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BINA USADA BALI  
Tanggal : 29 Januari 2021**

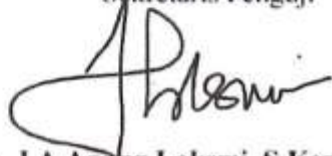
Yang terdiri dari

Ketua Penguji



Ns. Ni Komang Matalia Gandari, S.Kep.M.H.  
NIDN. 0813098803

Sekretaris Penguji



Ns. I A Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep.  
NIDN. 0801019002

Anggota Penguji



Ni Komang Purwaningsih, S.S, M.Hum  
NIDN. 0814108901

Mengetahui,  
Program Studi SI Keperawatan


Ns. I Patu Artha Wjiaya, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0821058603

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dewa Ayu Ari Astiti  
NIM : C2119147  
Jurusan : S1 Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Grup Whatsapp dalam Konseling Kesehatan terhadap Gaya Hidup Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Utara di Banjar Binoh Kelod Desa Ubung Kaja.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 29 Januari 2021



(Dewa Ayu Ari Astiti)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN  
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, Januari 2021

Dewa Ayu Ari Astiti

**Pengaruh Penggunaan Grup *WhatsApp* dalam Konseling Kesehatan terhadap Gaya Hidup Remaja di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Utara di Banjar Binoh Kelod Desa Ubung Kaja.**

xiii + 90 + 7 tabel + 3 gambar + 16 lampiran

**ABSTRAK**

Gaya hidup yang buruk pada remaja menjadi sumber masalah munculnya berbagai penyakit degenerative pada usia muda. Konseling kesehatan menjadi solusi penting dalam memberikan pemahaman kepada remaja. Salah satu metoda konseling yang bisa dikembangkan saat ini adalah dengan media grup *WhatsApp*. Untuk itu perlu kita melihat bagaimana pengaruh metode konseling kesehatan melalui grup *WhatsApp* terhadap gaya hidup remaja.

Penelitian ini merupakan penelitian *pre experiment* dengan rancangan *pre test and post test grup design*. Penelitian ini menggunakan 20 anak remaja di banjar binoh kelod sebagai sampel dan pengumpulan data menggunakan *Simple Lifestyle Indicator Questionnaire*. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji *Wilcoxon*

Hasil penelitian menunjukkan nilai *p-value* 0,02 yang artinya ada pengaruh yang signifikan metode konseling kesehatan melalui Grup *WhatsApp* terhadap gaya hidup remaja di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Utara di Banjar Binoh Kelod Desa Ubung Kaja. Dari hasil ini peneliti menyarankan kepada petugas kesehatan untuk menggunakan inovasi konseling dengan metoda grup *WhatsApp* untuk meningkatkan kualitas gaya hidup remaja.

**Kata Kunci : gaya hidup, grup *whatsApp*, remaja**

Daftar Pustaka : 29 (2010-2018)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI  
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

**Undergraduate Thesis, January 2021**

**The Effect of Using WhatsApp Groups on Health Counseling of Adolescents' Lifestyle in the Working Area of Public Health Centre II North Denpasar in Banjar Binoh Kelod, Ubung Kaja Village.**

**xiii + 90 + 7 tables + 3 pictures + 16 appendixes**

**ABSTRACT**

A bad lifestyle in adolescents is a source of problems for the emergence of various degenerative diseases at a young age. Health counseling is an important solution in providing understanding to adolescents. One of the counseling methods that can be developed at this time is the WhatsApp group media . For that we need to see how the influence of the method of health counseling through the Whatsapp group on the lifestyle of adolescents.

This research was a pre-experimental study with a pre-test and post-test group design. This study used 20 adolescents in Banjar Binoh Kelod as samples and data collection using the Simple Lifestyle Indicator Questionnaire. The data obtained were analyzed using Wilcoxon test.

The results showed  $p$ -value 0.02, which means that there was a significant effect of the method of health counseling through WhatsApp Group on adolescents lifestyle in the working area of Public Health Centre II North Denpasar. From these results, the researcher suggests that health workers use innovative counseling with WhatsApp group method in order to improve the quality of adolescents' lifestyle.

**Keywords: Lifestyle, WhatsApp Group, Adolescents**

**Bibliography: 29 (2010-2018)**

**KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa *Ida Sang*

*Hyang Widhi Wasa*, karena atas berkat *Asung Kertha Wara Nugraha* Beliau-lah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Penggunaan Grup *WhatsApp* dalam Konseling Kesehatan terhadap Gaya Hidup Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Utara.” Adapun penyusunan skripsi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi di lingkungan masyarakat khususnya pada remaja mengenai gaya hidup yang baik dan sehat.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata - mata atas usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Ns. Ida Ayu Agung Laksmi, S.Kep., M.Kep. selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Ni Komang Purwaningsih, S.S., M.Hum selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini
5. Kedua orang tua, yang telah memberikan banyak dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.

6. Rekan-rekan mahasiswa S1 Keperawatan Program Alih Jenjang Angkatan Tahun 2019 yang telah memberikan semangat serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam proses penyusunan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi penelitian ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan usulan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 29 Januari 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB IPENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Keaslian Penelitian .....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	11
A. Konsep Remaja .....	11
B. Gaya Hidup .....	16
C. Konseling .....	20
D. Grup Whatsap .....	25
E. Pengaruh Metode Konseling Kesehatan Melalui Group <i>Whatsap</i> Terhadap Pengetahuan Remaja Terkait Masalah Gaya Hidup .....	29
F. Kerangka Teori .....	31
BAB III KERANGKA KONSEP .....	32
A. Kerangka Konsep.....	32

B. Hipotesis .....	33
C. Definisi Operasional.....	33
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Populasi dan Sampel.....	36
C. Kriteria Eksklusi .....	37
D. Tempat Penelitian.....	38
E. Waktu Penelitian.....	38
F. Etika Penelitian .....	39
G. Alat Pengumpulan Data .....	41
H. Prosedur Pengumpulan Data .....	42
I. Pengolahan Data .....	44
J. Rencana Analisis Data.....	45
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>47</b>
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
B. Analisa Univariat.....	48
C. Analisis Bivariat .....	50
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
A. Interpretasi Penelitian.....	52
B. Keterbatasan Penelitian .....	58
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian .....	58
<b>BAB VII PENUTUP .....</b>	<b>60</b>
A. Simpulan .....	60
B. Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Perbedaan Motivasi, Penyuluhan dan Konseling.....	22
Tabel 3.1	Definisi Oprasional Pengaruh Penggunaan Grup <i>Whatsapp</i> Dalam Konseling Kesehatan Terhadap Gaya Hidup Remaja .....	34
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Pengaruh Penggunaan Grup Whatsapp dalam Konseling Kesehatan Terhadap Gaya Hidup Remaja Berdasarkan Karakteristik Usia.....	48
Table 5.2	Distribusi Frekuensi Pengaruh Penggunaan Grup <i>Whatsapp</i> dalam Konseling Kesehatan Terhadap Gaya Hidup Remaja Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin .....	48
Tabel 5.3	Analisis Univariat gaya hidup remaja sebelum diberikan intervensi metode konseling kesehatan melalui Grup <i>WhatsApp</i> di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Utara.....	49
Tabel 5.4	Analisis Univariat gaya hidup remaja setelah diberikan intervensi metode konseling kesehatan melalui Grup <i>WhatsApp</i> di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Utara.....	50
Tabel 5.5	Hasil Analisis Uji <i>Wilcoxon</i> pengaruh metode konseling kesehatan melalui Grup <i>WhatsApp</i> terhadap gaya hidup remaja di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Utara.....	51

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori “ Pengaruh Penggunaan Grup <i>Whatsapp</i> Dalam Konseling Kesehatan terhadap Gaya Hidup Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Utara” .....	31
Gambar 3.1	Kerangka Konsep” Pengaruh Penggunaan Grup <i>Whatsapp</i> dalam Konseling Kesehatan terhadap Gaya Hidup Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Utara” .....	32
Gambar 4.1	Rancangan Penelitian Pengaruh Penggunaan Grup <i>Whatsapp</i> Dalam Konseling Kesehatan Terhadap Gaya Hidup Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Utara .....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan .....	66
Lampiran 2. Surat Balasan Studi Pendahuluan Lampiran 3. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	67
Lampiran 3. Jadwal Penelitian .....	68
Lampiran 4. Lembar Pengantar Kuesioner .....	69
Lampiran 5. Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	70
Lampiran 6. Kuesioner Penelitian.....	71
Lampiran 7. Permohonan Uji Validitas Reliabilitas Instrumen Penelitian .....	75
Lampiran 8. Surat Balasan Permohonan Uji Validitas Reliabilitas Instrumen Penelitian.....	76
Lampiran 9. Hasil Uji Validitas Reliabilitas.....	77
Lampiran 10. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik .....	78
Lampiran 11. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	79
Lampiran 12. Surat Balasan Ijin Penelitian .....	80
Lampiran 13. Hasil Analisa Data .....	81
Lampiran 14. Lembar Bimbingan Skripsi .....	84

## DAFTAR PUSTAKA

- Alberta, L. T., & Widyastuti, D. U. (2019). The Influence of Knowledge, Attitude and Action on Family Health Tasks in Controlling Hypertension through the Germas Approach. *Medico-Legal Update*, 19(1), 244–248.
- Bintaria, D. S. (2011). Pengaruh Penyuluhan Dengan Metode Ceramah Dan Poster Terhadap Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan Murid di SD Kelurahan Pincuran Kerambil Kecamatan Sibolga Sambah Kota Sibolga Tahun 2011. Cash & Pruzinsky. (2012). *Body images: Development, deviance, and change*. New York: The Guilford Press.
- Cokroadhisuryani, H. (2018). Analisis Pelaksanaan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Di Wilayah Kerja Puskesmas NGAGLIK I.
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Febriani, C. A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan deteksi dini kanker leher rahim di kecamatan gisting kabupaten tanggamus lampung. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 228–237.
- Fitri, D. E., Sari, S. M., & Krianto, T. (2018). Perbandingan Diabetes Self Management Education Metode Ceramah Menggunakan Booklet dengan Metode Group Whatsapp terhadap Self Care Behavior Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 4(3), 126–131.
- Godwin, M., Streight, S., Dyachuk, E., Van Den Hooven, E. C., Ploemacher, J., Seguin, R., & Cuthbertson, S. (2018). Testing the simple lifestyle indicator questionnaire: Initial psychometric study. *Canadian Family Physician*, 54(1).
- Hassan, F. A., & Minato, N. (2018). Smartphone-based Healthcare Technology Adoption in Malaysian Public Healthcare Services. *International Journal of Japan Association for Management Systems*, 10(1), 95–104.
- Hurlock. (2014). *Perkembangan Remaja*. Jakarta: EGC.
- Iqbal Mubarak, W., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. (A. Suslia, Ed.). Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil utama riskesdas 2018. *Jakarta: KemenkesRI*.

- Komariah, N. K., & Budimansyah, D. (2015). Pengaruh Gaya Hidup Remaja Terhadap Masyarakat (Studi pada Remaja di Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat). *Sosietas*, 5(2), 1–5.
- Leonita, E., & Jalinus, N. (2018). Peran Media Sosial dalam Upaya Promosi Kesehatan: Tinjauan Literatur. *INVOTEK: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi*, 18(2), 25–34.
- Lesmana, T. C., & Damayanti, S. (2017). TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG Diabetes mellitus DAN DETEKSI DINI DENGAN MINAT DETEKSI DINI PADA MASYARAKAT DI DESA DRONO KECAMATAN NGAWEN KABUPATEN KLATEN. *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 10(1).
- Lubis, M, N. (2015). Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Machfoedz. (2014). Pengantar Pemasaran Modern. Akademi Manajemen. Pemasaran. Yogyakarta: YPKPN,.
- Marmi. (2015). Gizi Remaja. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Mitasari, R., Harahap, H., & Desfita, S. (2019). A The influence of Counselling through Social Media to knowledge and practice of the management of Hypertension. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(1), 29–33.
- Moeloek, N. F. (2017). Indonesia national health policy in the transition of disease burden and health insurance coverage. *Medical Journal of Indonesia*, 26(1), 3–6.
- Notoadmojo. (2014). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojo. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraheni. (2016). Gaya Hidup Remaja. Jakarta: Erlangga.
- Nursalam. (2015a). Metodologi penelitian Ilmu AKeperawatan : Pendekatan Praktis (Ed.3). Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2015b). Metodologi penelitian Ilmu Keperawatan (Ed. 3). Jakarta: Salemba Medika.

- Nurudin. (2019). WhatsApp Messenger Grup. Jakarta: Kencana.
- Organization, W. H. (2016). Report on the public consultation to inform development of the Framework on integrated people-centred health services. World Health Organization.
- Rozenberg, G., Petersiel, N., Korytny, A., Bishop, B., Mousa, A., Fried, C., ... Neuberger, A. (2019). Standard pre-travel consultation versus shorter consultation combined with smartphone support: a randomized controlled trial. *Journal of Travel Medicine*, 26(3), taz025.
- Soetjiningsih. (2014). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: ECG.
- Sommariva, S., Vamos, C., Mantzarlis, A., Dào, L. U.-L., & Martinez Tyson, D. (2018). Spreading the (fake) news: exploring health messages on social media and the implications for health professionals using a case study. *American Journal of Health Education*, 49(4), 246–255.
- Sudoyo. (2014). *Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Internal Publising.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Supratno. (2012). *Perilaku Konsumen dan Strategi Pemasaran*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Swarjawa, K. (2016). *Statistik Kesehatan*. (Aditya Ari, Ed.) (Ed. I). Yogyakarta: ANDI.
- Syed-Abdul, S., Gabarron, E., Lau, A. Y. S., & Househ, M. (2016). An introduction to participatory health through social media. In *Participatory Health Through Social Media* (pp. 1–9). Elsevier.
- Wahyuningsih, S., Azizah, L. N., & Mashuri, M. (2019). Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Promosi Kesehatan pada Siswa MTsN 1 Lumajang Kecamatan Lumajang Kabupaten Lumajang Tahun 2019. *Fakultas Keperawatan-UNEJ*.