

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Perkembangan teknologi dan informasi mengalami kemajuan yang sangat pesat, di tandai dengan kemajuan pada bidang informasi dan teknologi. Negara Indonesia merupakan salah satu Negara yang ikut terlibat dalam kemajuan media informasi dan teknologi (Ameliola & Nugraha, 2013). Berdasarkan data dari hasil riset *We Are Social*, sebuah lembaga riset media sosial dari Inggris bersama Hootsuite yang dirilis pada Januari 2019 menunjukkan bahwa pengguna media sosial di Indonesia sudah mencapai 150 juta orang dari total populasi sebesar 268,2 juta jiwa. Berdasarkan hasil riset tersebut didapatkan bahwa paling banyak di dominasi oleh kalangan remaja pria dan wanita berusia 18-24 tahun. Selain itu jika dilihat dari jumlah kepemilikan *handphone* (HP) untuk mengakses informasi yang mereka inginkan terdapat tiga golongan dengan pengguna tertinggi di usia remaja 19-24 tahun (89,41%), usia 25-30 tahun (86,78%), dan remaja usia 16-18 tahun (84,85%).

Menurut Putri W, (2016) media sosial merupakan situs dimana seseorang dapat membuat *web page* pribadi dan terhubung dengan setiap orang yang tergabung dalam media sosial yang sama untuk berbagi informasi dan melakukan komunikasi. Jika media tradisional menggunakan media cetak dan media broadcast, maka media sosial menggunakan internet. Media sosial mengajak siapa saja yang tertarik untuk bergabung dan berpartisipasi dengan memberikan feedback secara terbuka, memberi komentar, serta memberi informasi dalam waktu yang cepat dan tak terbatas. Didalam media sosial tidak ada batasan ruang dan waktu, mereka dapat berkomunikasi kapanpun dan dimanapun mereka berada. Tidak dapat dipungkiri bahwa media sosial mempunyai pengaruh yang besar dalam kehidupan seseorang Bagi masyarakat indonesia khususnya kalangan remaja, media sosial seakan sudah menjadi candu, tiada hari yang dilalui tanpa membuka media sosial, bahkan hampir 24 jam mereka tidak lepas dari smartphone. Salah satunya media sosial yang paling sering digunakan adalah Instagram. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh NapoleonCat tahun 2019 sebuah perusahaan analis sosial media mengatakan bahwa total pengguna

Instagram di Indonesia mencapai 61.610.000 juta jiwa yang didominasi oleh gender perempuan sejumlah 50,8% dibandingkan dengan pria sejumlah 49,2%.

Menurut data Kominfo tahun 2018 Jenis media sosial yang banyak digunakan oleh kelompok usia 18- 24 tahun saat ini adalah media sosial yang berbasis foto seperti Instagram (68%), Facebook (35%), dan Snapchat (27%). Menurut Noudhy Faldryno saat menjadi salah satu pemateri secara daring dalam kegiatan “Pelatihan Peningkatan Kemampuan Pengelola Laman dan Media Sosial Unit Kerja di lingkungan Universitas Jember”, menjelaskan hasil riset yang dilakukan Facebook dari bulan Maret 2020 lalu kala pandemi Covid-19 mulai menjalar ke seluruh dunia. “Kami mencatat penggunaan internet melonjak selama pandemi Covid-19, 70 persen pengguna menggunakan internet untuk bermedia sosial, 67 persen untuk mencari informasi atau berita, sementara 51 persen untuk menonton film. Sementara lama menggunakan internet pun menjadi rata-rata 3 jam 26 menit perhari” jelas Ryno.

Sosial media mampu meningkatkan interaksi dengan orang lain, menyediakan informasi yang tidak terbatas, serta menyediakan kebutuhan akan dukungan teman sebaya, sosial, dan emosional. Namun demikian, sosial media juga memunculkan adanya berbagai efek negatif yang tidak diinginkan, salah satunya dapat mempengaruhi individu dalam memandang tubuhnya (Fardouly, Willburger & Vartanian, 2017). Kebanyakan ketidakpuasan bentuk tubuh ini dilakukan oleh sejumlah wanita usia dewasa awal yang memiliki keterikatan tinggi pada sosial media dan melakukan interaksi di sosial media dengan teman yang dianggap memiliki penampilan yang menarik secara fisik (Hogue & Mills, 2019). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Kurniawan (2014), remaja putri memiliki persepsi tubuh negatif yang tinggi yaitu sebesar 71.7%.

Tingginya penggunaan media sosial dikalangan usia remaja menyebabkan mudahnya perubahan kognitif, bahkan perilaku dari remaja tersebut. Beragam problematika sosial memungkinkan terjadi dengan intensitas penggunaan media sosial dikalangan generasi milenial Indonesia, salah satunya remaja sering terpapar informasi hoax melalui sosial media. Kementerian Komunikasi dan Informatika menyebutkan adanya 800.000 ribu situs di Indonesia yang terindikasi menyebarkan berita palsu (Nugraha, 2018). Kebebasan menerima informasi dari

media sosial menyebabkan lemahnya daya tahan (*resilience*) bagi sejumlah remaja Indonesia terhadap sejumlah “gempuran” informasi yang beredar dimasyarakat, khususnya dinamika isu yang menjadi perbincangan disekitar teman sebaya mereka. Akses iInformasi yang begitu terbuka dan hadir setiap hari dalam interaksi sosial media pada remaja, perlahan namun pasti dapat mempengaruhi pola pikir pengetahuan mereka dalam menyikapi sejumlah isu yang beredar tersebut. (Rahadi, 2017). Saat ini situs media sosial berfungsi sebagai sumber informasi yang berkembang baik dari situs kesehatan maupun yang lain. Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, satu diantaranya yaitu pendidikan. Pendidikan yang lebih tinggi cenderung akan meningkatkan pengetahuan seseorang, begitupun sebaliknya jika pendidikan yang kurang dapat menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai baru yang diperkenalkan (Buanasita *et al.*, 2015).

Berdasarkan hal-hal tersebut, maka sebagai peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektifitas sosial media terhadap pengetahuan gizi, *body image* pada mahasiswi Politeknik Negeri Jember. Media sosial dapat mempermudah proses belajar mengajar menjadi lebih intensif, dapat menjangkau sasaran dalam jumlah besar dan penggunaannya sudah sangat populer di kalangan remaja Pendidikan gizi dengan media sosial memiliki kemudahan dalam mengaksesnya, dan tidak terbatas pada ruang dan waktu (Suminah, 2018).

## 1.2 Rumusan masalah

“Bagaimana efektifitas media sosial terhadap pengetahuan gizi dan *body image* pada mahasiswi Politeknik Negeri Jember?”

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektifitas dalam penggunaan media sosial terhadap pengetahuan gizi, *body image* terhadap mahasiswi Politeknik Negeri Jember.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis pengetahuan gizi, *body image*, pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum perlakuan
- b. Menganalisis perubahan sebelum dan sesudah terhadap pengetahuan gizi pada kelompok intervensi
- c. Menganalisis perubahan sebelum dan sesudah terhadap *body image* pada kelompok intervensi
- d. Menganalisis perubahan sebelum dan sesudah terhadap pengetahuan gizi pada kelompok kontrol
- f. Menganalisis perubahan sebelum dan sesudah terhadap *body image* pada kelompok kontrol
- g. Menganalisis pengetahuan gizi, *body image*, pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah perlakuan.

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan mengenai status gizi yang normal dan baik dengan menjaga bentuk tubuh yang ideal. Melalui dampak positif media sosial harapannya pengetahuan mengenai gizi menjadi meningkat dan tidak akan ada lagi persepsi *body image* negatif serta dapat menjaga status gizi normal.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi peneliti sebagai tambahan wawasan teoritis perihal dampak positif yang diberikan oleh media sosial sebagai media edukasi terhadap pengetahuan gizi, *body image*.

#### a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak Politeknik Negeri Jember mengenai efektifitas yang diberikan oleh media sosial terhadap pengetahuan gizi, *body image*. Diharapkan kepada pihak kampus dapat menggunakan media sosial sebagai media pembelajaran untuk menambah wawasan informasi pengetahuan yang lebih luas serta mengambil tindakan untuk mengatasi masalah persepsi *body image* negatif pada remaja putri yang akan berakibat terjadinya ketidakpercayaan diri.

#### b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan lebih banyak wawasan pengetahuan mengenai gizi agar lebih menjaga pola makan dengan menyesuaikan pedoman gizi seimbang, serta dapat memberikan gambaran *body image* yang positif dengan rasa bersyukur dan percaya diri.