

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Objek Penelitian

TikTok merupakan salah satu sosial media yang marak digunakan sekarang ini oleh generasi muda dan juga generasi tua. Hal ini dikarenakan TikTok dapat menjadi sebuah ladang hiburan masyarakat yang menggunakan TikTok. Seiring berjalannya waktu TikTok mengembangkan sayapnya sehingga dapat menjadi gudang informasi yang bermanfaat bagi penggunanya. Hal tersebut dikarenakan banyaknya pengguna atau *content creator* yang bergerak membuat video yang berisikan informasi yang mengedukasi para penonton atau *followersnya*. Edukasi yang diberikan bermacam – macam bentuknya seperti, ulasan berita, ilmu memasak, tips berolahraga, sampai dengan informasi mengenai kesehatan. Masing – masing informasi tersebut diberikan oleh kreator yang terampil serta berpengalaman di bidangnya.

Salah satu kreator yang ikut andil dalam pembuatan video mengedukasi adalah dr. Andreas Prasadja dengan akun TikTok @drprasadja, ia merupakan seorang dokter spesialis omnologis atau biasa dikenal dengan seseorang yang ahli dalam mengatasi gangguan tidur. Berawal dari ketertarikannya dengan masalah tidur, ia belajar lebih lanjut dengan mengambil studi terkait masalah tidur hingga akhirnya menjadi seorang dokter yang menyandang gelar somnologis.

Selain mengedukasi para *followersnya* melalui konten TikTok, dr. Andreas Prasadja juga mengedukasi melalui karya yang berupa buku dengan judul “Ayo Bangun! dengan Bugar karena tidur yang Benar” pada buku tersebut membahas berbagai macam mengenai tidur dan juga masalah kesehatan tidur. Selain dari karya yang dimilikinya sebagai dokter pertama yang menyandang gelar somnologis di indonesia pada tahun 2005 dan satu – satunya anggota dari indonesia yang bergabung di komunitas *American Academy of Sleep Medicine*, ia juga memiliki klinik yang bergerak di bidang Snoring & Sleep Disorder di Menteng, Jakarta Selatan

Pada akunnya di TikTok, ia memiliki kurang lebih sebanyak 19.700 pengikut dan telah mengunggah karyanya secara rutin. Karya yang telah diunggahnya di sosial media TikTok berbentuk media dengan audio serta visual atau bisa disebut dengan video. Didalam akunnya tersebut, topik dari video yang sering diangkat yaitu mengenai tidur secara umum. Walaupun hanya membahas mengenai tidur tetapi ada banyak variasi konten yang dapat diberikan oleh akun TikTok @drprasadja seperti, penyebab dari masalah kesehatan tidur tetapi ia tidak hanya menjabarkan masalahnya saja tetapi juga memberi solusi serta penyebab dari hal tersebut dapat terjadi. ia memberikan hasil – hasil rekaman video dirinya yang berisikan mengenai informasi serta edukasi mengenai gangguan – gangguan tidur.

4.1.1. Deskripsi Responden

Peneliti telah melakukan penyebaran pertanyaan dalam bentuk kuisisioner kepada jumlah sampel yang telah diperhitungkan dengan adanya kriteria yang ditentukan oleh peneliti. Adapun kriteria yang ditentukan oleh yaitu, seorang *followers* @drprasadja didalam media sosial TikTok dengan jangka waktu minimal kurang lebih selama 3 bulan lamanya, kriteria selanjutnya adalah para *followers* tersebut pernah merasakan atau mengalami dari masalah kesehatan tidur. Penyebaran kuisisioner yang dilaksanakan pada penelitian ini dilakukan secara daring melalui Google Form dengan tautan link yang diberikan di beberapa platform seperti, TikTok, Instagram, dan Twitter.

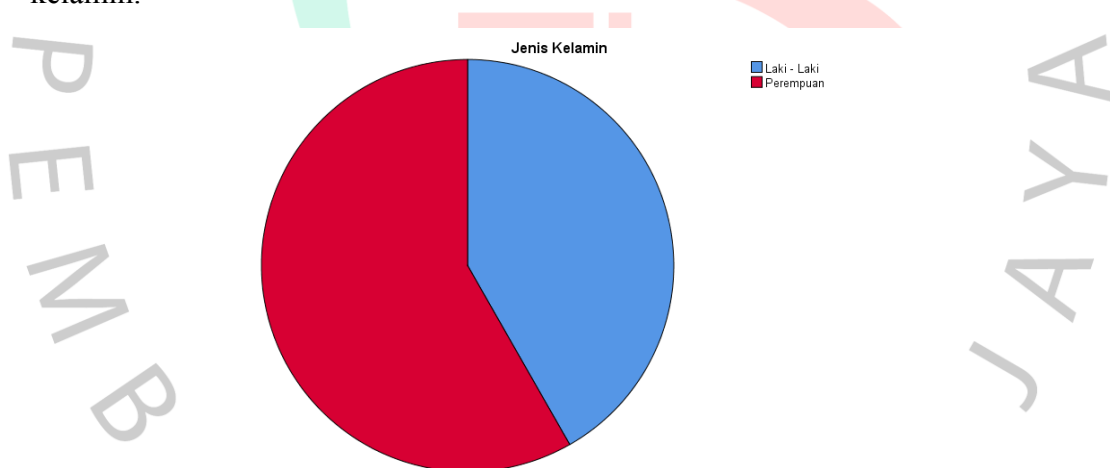
Berdasarkan jumlah sampel yang telah ditentukan melalui penghitungan rumus Slovin maka memiliki hasil sejumlah 400 responden. Dari kuisisioner yang disebar terdapat 435 responden yang terkumpul, dan sudah terpilih 400 jawaban yang akan dipakai untuk penelitian ini karena jawaban yang diberikan sudah sesuai dengan kriteria.

Tabel 4.1. Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

| | | Jenis Kelamin | | | Cumulative |
|-------|-------------|---------------|---------|---------------|------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Percent |
| Valid | Laki - Laki | 167 | 41.8 | 41.8 | 41.8 |
| | Perempuan | 233 | 58.3 | 58.3 | 100.0 |
| Total | | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Sumber : Hasil Output SPSS Versi 26, 2023

Berdasarkan pada tabel 4.1 diatas yang merupakan persentase dari jenis kelamin responden. Pada tabel tersebut tercantum bahwa jumlah responden hampir setara tetapi perempuan sedikit lebih unggul daripada responden yang berjenis kelamin laki – laki. Sehingga dapat dikatakan bahwa dari total 400 orang sebanyak 167 responden atau dengan persentase sebesar 41,8% memiliki jenis kelamin laki – laki dan 233 responden atau dengan 58,3% memiliki jenis kelamin perempuan. Hal ini sejalan dengan penyakit kesehatan tidur yang bisa menyerang seluruh jenis kelamin.



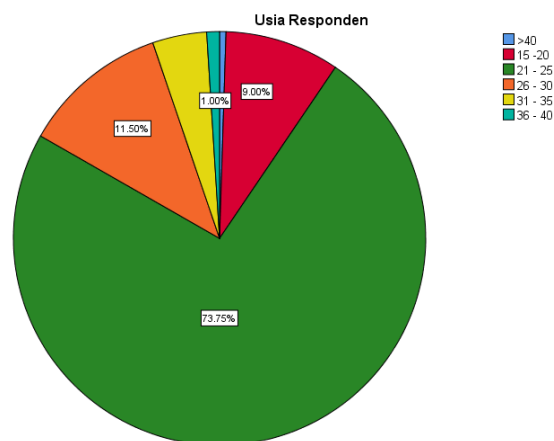
Gambar 4.1. Diagram Pie Chart Persentase Jenis Kelamin Responden (Hasil Output SPSS Versi 26, 2022)

Tabel 4.2. Persentase Responden Berdasarkan Usia Responden

| | | Usia Responden | | | Cumulative Percent |
|-------|---------|----------------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | |
| Valid | >40 | 2 | .5 | .5 | .5 |
| | 15 -20 | 36 | 9.0 | 9.0 | 9.5 |
| | 21 - 25 | 295 | 73.8 | 73.8 | 83.3 |
| | 26 - 30 | 46 | 11.5 | 11.5 | 94.8 |
| | 31 - 35 | 17 | 4.3 | 4.3 | 99.0 |
| | 36 - 40 | 4 | 1.0 | 1.0 | 100.0 |
| Total | | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Sumber : Hasil Output SPSS Versi 26, 2023

Berdasarkan pada tabel diatas yang merupakan persentase dari usia responden. Pada tabel 4.2 tersebut tercantum bahwa adanya variasi jawaban jumlah responden terhadap usianya. Usia responden paling sedikit ada pada usia >40 yaitu sebanyak 2 responden atau dengan persentase sebesar 0,5%, untuk usia responden paling sedikit selanjutnya ada pada usia 36 – 40 yaitu sebanyak 4 responden atau dengan persentase sebesar 1%, dilanjutnya dengan usia 31 – 35 ada sebanyak 17 responden atau dengan persentase yaitu sebesar 4,3% lalu sebesar 36 responden atau dengan persentase 9% berusia pada rentang 15 – 20, dilanjut dengan 46 responden atau dengan persentase sebesar 11,5%, dan yang terakhir usia yang paling tinggi diperoleh oleh usia 21 – 25 yaitu sebesar 295 responden atau dengan persentase 73,8%.



Gambar 4.2. Diagram Pie Chart Persentase Jenis Kelamin Responden (Hasil Output SPSS Versi 26, 2023)

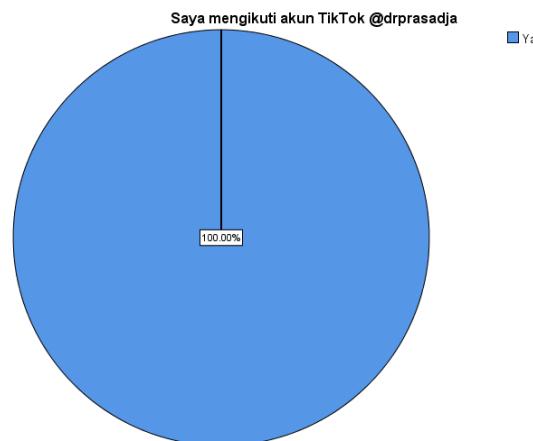
Tabel 4.3. Persentase Responden Berdasarkan Pengikut akun dari @drprasadja
 Saya mengikuti akun TikTok @drprasadja

| Valid | Ya | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|----|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | 400 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Sumber : Hasil Output SPSS Versi 26, 2023

Berdasarkan pada tabel 4.3 yang merupakan persentase responden berdasarkan responden yang telah mengikuti akun Media Sosial TikTok @drprasadja, bahwa dari jumlah keseluruhan responden yaitu sebanyak 400 orang tersebut sudah mengikuti akun nya. Dengan persentase 100% diatas menunjukkan bahwa seluruh responden telah memfollow akun @drprasadja pada akun TikTok. Data yang diperoleh ini sudah sesuai dengan kriteria responden yaitu merupakan pengikut dari media sosial TikTok @drprasadja.

Dalam hal tersebut peneliti menetapkan sebuah kriteria karena *followers* media sosial TikTok yang merupakan sebuah subjek dari penelitian yang dikaji dari penelitian ini. Dengan adanya kriteria responden ini yang merupakan *followers* dari @drprasadja maka peneliti berharap responden yang mengisi kuisisioner – kuisisioner penelitian tersebut merupakan seorang responden yang mengerti konten yang ditampilkan.



Gambar 4. 3 Diagram Pie Chart Responden Berdasarkan Pengikut akun dari @drprasadja
 (Hasil Output SPSS Versi 26, 2023)

Tabel 4.4. Persentase Responden berdasarkan durasi mengikuti akun TikTok @drprasadja
Saya sudah mengikuti akun TikTok @drprasadja selama 3 bulan

| Valid | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------|--|-----------|---------|---------------|--------------------|
| > 3 bulan | | 400 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Berdasarkan pada tabel 4.4 yang merupakan persentase responden berdasarkan durasi mengikuti akun TikTok @drprasadja. Pada pertanyaan ini tercantum 2 pilihan yaitu mengikuti kurang dari 1 bulan dan sudah mengikuti lebih dari 3 bulan. Dari jumlah keseluruhan 400 responden yang mengisi kuisioner penelitian, sebanyak 400 orang atau dengan persentase yaitu 100% tersebut telah mengikuti akun media sosial TikTok @drprasadja selama kurang lebih 3 bulan lamanya. Hal ini juga merupakan salah satu kriteria dari responden penelitian yang merupakan sebuah pengikut dari akun @drprasadja dengan jangka waktu kurang lebih dari 3 bulan.

Dalam hal tersebut kriteria dibuat mengikuti akun kurang lebih dari 3 bulan karena peneliti berharap dengan adanya kriteria tersebut dapat membuat responden lebih memahami ataupun mengerti ilmu dan tujuan yang diberikan oleh dr. Andreas Prasadja didalam konten yang diberikan pada sosial media TikTok dalam bentuk media audio visual, sehingga responden bisa mengetahui adakah pengaruh yang terjadi terhadap dirinya yang berkaitan dengan kesehatan tidur tersebut.

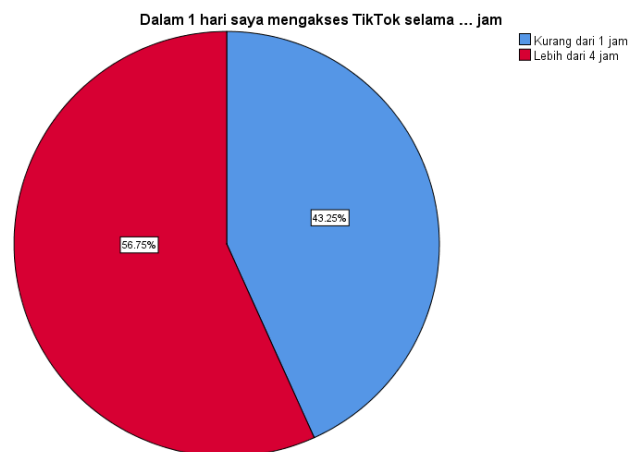


Gambar 4.4. Diagram Pie Chart Responden berdasarkan durasi mengikuti akun TikTok @drprasadja (Hasil Output SPSS Versi 26, 2023)

Tabel 4.5. Persentase Responden berdasarkan durasi menggunakan tiktok

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Kurang dari 1 jam | 173 | 43.3 | 43.3 | 43.3 |
| | Lebih dari 4 jam | 227 | 56.8 | 56.8 | 100.0 |
| Total | | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas atau tabel 4.5 yang merupakan tabel persentase dari seberapa lama responden menggunakan TikTok. Dalam hal ini peneliti ingin mengetahui jika semakin besar penggunaan TikTok digunakan maka kemungkinan mereka mengunjungi serta mendapatkan informasi yang mengedukasi. Seperti pada diatas ada sebanyak 173 responden atau dengan persentase yaitu sebesar 43,3% yang memilih bahwa responden menghabiskan waktu selama 1 jam selama 1 hari dalam menggunakan TikTok, selanjutnya ada sebanyak 227 responden atau dengan persentase sebesar 56,8% menggunakan TikTok lebih dari 4 jam setiap harinya. Dengan adanya hal ini dapat dikatakan bahwa mayoritas dari responden memiliki peluang lebih banyak untuk mendapatkan informasi yang mengedukasi, hal ini juga dapat dikatakan sejalan dengan teori pada penelitian ini yaitu teori kultivasi sebagai *heavy viewers*.



Gambar 4. 5 Diagram Pie Chart Responden Berdasarkan Durasi Menggunakan TikTok (Hasil Output SPSS Versi 26, 2023)

Tabel 4.6. Persentase Responden berdasarkan kebutuhan menggunakan TikTok

Ketika mengakses TikTok, saya lebih suka

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Membuat konten video | 43 | 10.8 | 10.8 | 10.8 |
| | Menonton konten video | 357 | 89.3 | 89.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.6 yang merupakan tabel persentase pemisahan kebutuhan dalam menggunakan TikTok sehingga peneliti mengetahui apa maksud dan fokusnya dalam menggunakan TikTok. Berdasarkan data yang didapatkan diatas yaitu dari 400 responden, sebanyak 43 responden atau dengan persentase sebesar 10,8% menggunakan TikTok untuk membuat konten video, lalu 357 responden atau dengan persentase 89,3% menggunakan TikTok untuk menonton konten video. Hal ini juga dapat digunakan untuk dapat melihat responden apakah seorang penonton saja atau memang seorang konten kreator. Dengan hal ini dapat disimpulkan bahwa dari 400 responden, mayoritas adalah seorang penonton TikTok dan bukan pembuat konten atau konten kreator.



Gambar 4.6. Diagram Pie Chart Responden berdasarkan kebutuhan menggunakan TikTok

Tabel 4. 7 Persentase Responden Berdasarkan Permasalahan Terkait Dengan Kesehatan Tidur

| | | Saya pernah merasakan masalah terkait dengan kesehatan tidur | | | Cumulative |
|-------|----|--|---------|---------------|------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Percent |
| Valid | Ya | 400 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Berdasarkan pada tabel 4.7 yang membahas mengenai permasalahan terkait dengan kesehatan tidur yang pernah dialami oleh responden. Dari 400 responden

yang berpartisipasi dalam penelitian ini seluruh responden yaitu dengan persentase 100% pernah memiliki dan mengalami masalah kesehatan tidur. Hal ini merupakan bagian dari kriteria responden yaitu apakah mereka memiliki masalah terkait kesehatan tidur agar pesan dari akun TikTok @drprasadja tersampaikan dengan baik dan benar



Gambar 4.7. Diagram Pie Chart Responden Berdasarkan Permasalahan Terkait Dengan Kesehatan Tidur

4.2 Hasil dan Analisis Penelitian

Didalam penelitian ini peneliti telah menurunkan serta membuat pertanyaan kedalam sebuah kuisioner dalam bentuk Google Form dan disebarluaskan kepada masyarakat secara online atau daring. Kuisioner didalam form tersebut di sebarikan melalui tautan atau link yang dibagikan kepada calon – calon responden melalui dua cara yaitu melalui jalur pribadi seperti fitur *Direct Message* dari media sosial seperti pada TikTok, Instagram, Twitter, Telegram, dan WhatsApp. Cara kedua dilakukan penyebaran secara luas tidak pribadi pada media sosial dengan menyebarkan cuitan di twitter dan fitur story pada instagram. Pada penelitian ini peneliti ingin melihat bagaimana terpaan yang terjadi pada *followers* akun media sosial TikTok @drprasadja dalam mempengaruhi kesadaran kesehatan tidur *followers* tersebut.

Metode analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah metode analisis data deskriptif sehingga metode dalam penelitian ini harus menjabarkan hasil dari data penelitian yang telah didapatkan seperti mendeskripsikannya satu – persatu.

Selain dari menjabarkan analisis data deksriptif ini berguna untuk melihat apakah adanya pengaruh dari terpaan video edukasi kesehatan yang merupakan Variabel X atau variabel independen terhadap kesadaran kesehatan tidur para followersnya yang merupakan Variabel Y atau variabel dependen dalam penelitian ini. Metode selanjutnya yang digunakan dalam penelitian yaitu menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk dapat melihat hubungan antar satu sama lain meliputi variabel X dan variabel Y.

4.2.1. Deskripsi Hasil Kuisioner Pada Variabel X

A. Deskripsi Hasil Variabel X

Dalam menjalankan penelitian ini terdapat 2 variabel utama yang diantaranya yaitu Variabel X yang berperan sebagai variabel independen yaitu sebuah pengaruh dari terpaan sebuah konten edukasi yang diberikah oleh salah satu konten kreator TikTok yaitu @drprasadja. Variabel X ini diturunkan menjadi 3 dimensi yang melahirkan 13 butir pernyataan didalam kuisioner penelitian ini. Setiap pernyataan yang diberikan pada kuisioner memiliki 4 pilihan jawaban yang berbeda yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

Tabel 4.8. Persentase Pernyataan Variabel X item 1
Saya menonton konten video @drprasadja 2x dalam seminggu

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 105 | 26.3 | 26.3 | 26.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 9 | 2.3 | 2.3 | 28.5 |
| | Setuju | 258 | 64.5 | 64.5 | 93.0 |
| | Tidak Setuju | 28 | 7.0 | 7.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu 4.8 yang merupakan tabel untuk variabel X independen item 1, memiliki bunyi pernyataan “Saya menonton konten video @drprasadja 2x dalam seminggu”, memiliki beberapa jawaban yang berbeda oleh responden. Pada data diatas jawaban sangat setuju memiliki hasil 105 responden atau dengan persentase sebanyak 26,3%, lalu untuk pilihan setuju ada pada angka 258 responden atau dengan persentase sebesar 64,5%, sebanyak 28 responden atau dengan persentase sebesar 7% memilih pilihan tidak setuju, dan

yang terakhir sebanyak 9 responden atau dengan persentase sebesar 2,3% memilih sangat tidak setuju. Pernyataan ini merupakan turunan dari dimensi frekuensi.

Maka dari hal tersebut dapat disimpulkan dari 400 responden yang ikut berpartisipasi maka 363 responden atau dengan persentase sebesar 90,8% menonton konten @drprasadja 2 kali dalam seminggu sedangkan sisanya sebanyak 37 responden atau dengan persentase sebesar 9,3% tidak menonton konten @drprasadja 2 kali didalam seminggu, maka mayoritas responden memiliki frekuensi yang sering dan tinggi dalam menonton serta memperhatikan konten @drprasadja.

Hal ini dapat dikatakan bahwa mayoritas responden adalah heavy viewers karena responden tersebut menghabiskan lebih banyak waktu dalam mengonsumsi konten dari @drprasadja, yang berarti mereka terpapar lebih banyak pesan dan narasi yang terkandung di dalamnya. Berdasarkan teori kultivasi, paparan yang intensif seperti ini dapat berpotensi mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap topik yang sedang diteliti, yang dalam hal ini adalah kesehatan tidur.

Tabel 4.9. Persentase Pernyataan Variabel X item 2
Saya menonton lebih dari 10 konten video yang diunggah @drprasadja

| | | Frequenc y | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|---------------|---------|------------------|-----------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 159 | 39.8 | 39.8 | 39.8 |
| | Sangat Tidak Setuju | 1 | .3 | .3 | 40.0 |
| | Setuju | 199 | 49.8 | 49.8 | 89.8 |
| | Tidak Setuju | 41 | 10.3 | 10.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu tabel 4.9 yang merupakan tabel variabel independen item 2 dengan pernyataan yaitu “ Saya menonton lebih dari 10 konten video yang diunggah @drprasadja”. Pada tabel diatas menunjukkan hasil dari jawaban responden yang bervariasi seperti pada jawaban setuju memiliki data sebanyak 199 responden atau dengan persentase sebesar 49,8%, untuk jawaban sangat setuju ada sebesar 159 responden atau dengan persentase sebesar 39,8%, dilanjut dengan 41 responden atau dengan persentase sebesar 10,3% yang tidak setuju, dan diakhiri dengan 1 responden atau dengan persentase yaitu sebesar 0,3%

memilih sangat tidak setuju terhadap pernyataan ini. Pernyataan ini sendiri merupakan turunan dari dimensi frekuensi.

Dalam hal ini maka dapat disimpulkan bahwa dari total keseluruhan responden, sebanyak 358 responden atau dengan persentase sebesar 89,6% memiliki frekuensi yang sering untuk menonton, mengetahui, serta mempelajari ilmu dari konten @drprasadja dalam media sosial TikTok. Sedangkan sebanyak 42 responden atau dengan persentase sebesar 10,6% tersebut dapat dikatakan memiliki frekuensi yang lebih rendah atau sedikit dibandingkan yang lainnya dalam menonton serta mempelajari ilmu dari konten @drprasadja dalam media sosial TikTok.

Maka dari itu dari mayoritas responden pada pernyataan ini dapat dikatakan sebagai *heavy viewers* karena melaporkan telah menonton lebih dari 10 konten video dalam periode waktu tertentu. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara aktif terlibat dalam konsumsi media dan telah menghabiskan waktu yang signifikan dalam menonton berbagai jenis konten video. Sejalan dengan teori kultivasi, responden yang merupakan *heavy viewers* memiliki paparan media yang intensif dan berulang terhadap berbagai pesan dan narasi yang disajikan dalam konten video tersebut. Dengan demikian, persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap topik yang diteliti, dalam hal ini kesehatan tidur, mungkin dipengaruhi oleh pengaruh kultivasi yang berasal dari konten video yang mereka tonton secara teratur.

Tabel 4.10. Persentase Pernyataan Variabel X item 3
Saya menonton lebih dari 3 konten video edukasi kesehatan tidur saat mengalami gangguan kesehatan tidur

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 161 | 40.3 | 40.3 | 40.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 4 | 1.0 | 1.0 | 41.3 |
| | Setuju | 218 | 54.5 | 54.5 | 95.8 |
| | Tidak Setuju | 17 | 4.3 | 4.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu tabel 4.10 yang merupakan sebuah tabel independen untuk item 3 dengan pernyataan “Saya menonton lebih dari 3 konten video edukasi kesehatan tidur saat mengalami gangguan kesehatan tidur”. Pada tabel diatas terdapat jawaban dari 400 responden yang telah berpartisipasi dalam

mengisi kuisioner, untuk pilihan Setuju ada sebanyak 218 responden yang memilihnya atau dengan persentase sebesar 54,5%, lalu untuk sangat setuju memiliki hasil data sebanyak 161 responden atau dengan persentase sebesar 40,3%, sebanyak 17 responden atau dengan persentase sebesar 4,3% memilih tidak setuju, dan yang terakhir sebanyak 4 responden atau dengan persentase sebesar 1% memilih sangat tidak setuju terhadap pernyataan variabel X item ke 3 ini. Pernyataan diatas merupakan turunan dari dimensi frekuensi

Dalam hal tersebut maka dapat dikatakan bahwa dari total keseluruhan yaitu 400 responden, sebanyak 379 responden atau dengan persentase sebesar 94,8% memiliki frekuensi yang tinggi untuk melihat serta terterpa video edukasi dari akun media sosial TikTok @drprasadja, sedangkan 21 responden lainnya yang berpersentase sebesar 5,1% memiliki frekuensi yang rendah dalam menonton serta terterpa konten dari akun TikTok @drprasadja.

- Maka dari data diatas dapat dikatakan responden kebanyakan adalah seorang *heavy viewers* karena responden mengatakan bahwa menonton lebih dari 3 konten video edukasi kesehatan tidur saat mengalami gangguan kesehatan tidur. Sebagai *heavy viewers*, responden secara aktif mencari sumber informasi dan solusi terkait dengan masalah kesehatan tidur yang diri mereka alami. Dengan mengonsumsi konten video edukasi kesehatan tidur secara intensif, responden tersebut dapat mendapatkan pengetahuan yang lebih mendalam tentang penyebab gangguan tidur dan cara-cara mengatasinya. Dalam teori kultivasi, paparan yang berulang terhadap konten video edukasi kesehatan tidur dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap pentingnya menjaga kesehatan tidur yang baik.

Tabel 4.11. Persentase Pernyataan Variabel X item 4

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 170 | 42.5 | 42.5 | 42.5 |
| | Sangat Tidak Setuju | 1 | .3 | .3 | 42.8 |
| | Setuju | 210 | 52.5 | 52.5 | 95.3 |
| | Tidak Setuju | 19 | 4.8 | 4.8 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.11 yang merupakan sebuah tabel untuk variabel independen atau variabel X item 4 dengan pernyataan berisi “Saya sering menonton konten kesehatan tidur @drprasadja ketika merasa konten video tersebut berkaitan dengan keadaan saya”. Pada tabel 4.11 menunjukkan hasil data bahwa sebanyak 210 responden atau dengan persentase sebesar 52,5% memilih setuju, lalu sebanyak 170 responden atau dengan persentase sebesar 42,5% memiliki pilihan sangat setuju, untuk pilihan tidak setuju memiliki responden sebanyak 19 atau dengan persentase sebesar 4,8%, dan yang terakhir sebanyak 1 orang atau dengan persentase sebesar 0,3% memilih sangat tidak setuju. Pernyataan dari variabel X item 4 merupakan pernyataan turunan dari dimensi frekuensi.

Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa dari total keseluruhan responden, sebanyak 380 responden atau dengan persentase sebesar 95% lebih sering terterpa dengan frekuensi yang tinggi dalam melihat konten video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja dalam aplikasi media sosial TikTok, sedangkan 20 responden lainnya atau dengan persentase 5% memiliki frekuensi yang rendah dalam mengetahui konten video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja dalam media sosial TikTok.

Dari data yang didapatkan diatas maka dapat dikatakan responden dalam pernyataan dikategorikan sebagai heavy viewers. Mengapa demikian karena responden bersaksi bahwa ia telah menonton konten kesehatan tidur dari @drprasadja secara intensif, terutama saat merasa konten video tersebut memiliki kaitan dengan keadaan diri mereka. Sebagai heavy viewers, mereka secara aktif mencari informasi dan sumber yang relevan dengan kondisi kesehatan tidur pribadi mereka. Dengan mengonsumsi konten video kesehatan tidur ini secara intensif, responden berharap mendapatkan wawasan, saran, dan solusi yang spesifik untuk permasalahan tidur yang mereka hadapi. Dalam konteks teori kultivasi, responden yang merupakan heavy viewers ini mungkin memiliki persepsi dan keyakinan yang lebih besar terhadap pentingnya menjaga kesehatan tidur yang baik, berkat paparan berulang terhadap konten video yang relevan dengan keadaan mereka sendiri.

Tabel 4.12. Persentase Pernyataan Variabel X item 5

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 169 | 42.3 | 42.3 | 42.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 3 | .8 | .8 | 43.0 |
| | Setuju | 215 | 53.8 | 53.8 | 96.8 |
| | Tidak Setuju | 13 | 3.3 | 3.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu tabel 4.12 yang merupakan tabel untuk variabel X item 5, berisikan pernyataan yaitu “ Saya melihat informasi tentang kesehatan tidur pada konten video akun TikTok @drprasadja”. Pada tabel diatas atau tabel 4.12 menunjukkan hasil data sebanyak 215 responden atau dengan persentase sebesar 53,8% memilih setuju, sebesar 169 responden atau dengan persentase sebesar 42,3% memilih pilihan sangat setuju, lalu untuk pilihan tidak setuju diperoleh dari 13 responden atau dengan persentase sebesar 3,3% , dan yang terakhir ada 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih sangat tidak setuju. Butir pernyataan diatas merupakan pernyataan turunan dari dimensi durasi.

Berdasarkan tabel diatas dapat dikatakan bahwa dari total 400 responden yang berpartisipasi, sebanyak 384 responden atau dengan persentase sebesar 96,1% memilih untuk memperoleh informasi dengan durasi lebih banyak untuk mendapatkan ilmu didalam konten video edukasi @drprasadja didalam media sosial TikTok. Sedangkan, 16 responden atau dengan persentase sebesar 4,1%.

Maka dari itu dapat dikatakan bahwa mayoritas responden dikategorikan sebagai *heavy viewers* karena mereka melaporkan aktif melihat informasi tentang kesehatan tidur melalui konten video akun TikTok @drprasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara teratur menghabiskan waktu untuk menonton konten video yang disajikan oleh akun tersebut, yang fokus pada informasi kesehatan tidur. Melalui paparan yang berulang terhadap konten video ini, responden dapat memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam tentang pentingnya kesehatan tidur, faktor-faktor yang memengaruhi tidur, serta tips dan saran untuk meningkatkan kualitas tidur. Dalam teori kultivasi, responden yang merupakan *heavy viewers* ini cenderung memiliki persepsi dan keyakinan yang lebih kuat

terhadap pentingnya menjaga kesehatan tidur yang baik, seiring dengan paparan berulang terhadap konten video yang relevan tersebut.

Tabel 4.13. Persentase Pernyataan Variabel X item 6
Saya menonton tayangan konten video TikTok @drprasadja sampai selesai

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 161 | 40.3 | 40.3 | 40.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 4 | 1.0 | 1.0 | 41.3 |
| | Setuju | 221 | 55.3 | 55.3 | 96.5 |
| | Tidak Setuju | 14 | 3.5 | 3.5 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.13 yang merupakan tabel untuk variabel X atau variabel independen untuk pernyataan item 6, berisikan pernyataan yaitu “Saya menonton tayangan konten video TikTok @drprasadja sampai selesai”. Pada tabel diatas hasil data menunjukkan bahwa sebanyak 221 responden atau dengan persentase sebesar 55,3% memilih setuju, lalu sebesar 161 responden atau dengan persentase sebesar 40,3% memilih pilihan sangat setuju, dilanjutkan dengan sebanyak 14 responden atau dengan persentase sebesar 3,5% memilih pilihan tidak setuju, serta ada 4 responden atau dengan persentase sebesar 1% yang menjawab untuk sangat tidak setuju didalam pernyataan ini. Pernyataan ini merupakan turunan dari dimensi durasi.

Dalam hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dari total 400 responden, sebanyak 382 atau dengan persentase sebesar 95,6% memiliki keinginan untuk memperoleh ilmu dengan durasi yang lebih panjang atau lama pada akun media sosial TikTok @drprasadja sedangkan 18 responden lainnya atau dengan persentase sebesar 4,5% tidak memilih untuk memperoleh ilmu dengan durasi yang lebih banyak di akun TikTok @drprasadja.

Dengan kata lain mayoritas responden adalah seorang *heavy viewers* karena mereka melaporkan menonton tayangan konten video dari akun TikTok @drprasadja sampai selesai. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan tingkat keterlibatan yang tinggi dalam mengonsumsi konten video tersebut. Dengan menonton tayangan hingga selesai, responden secara aktif memperoleh informasi dan pengetahuan yang disajikan dalam konten video tersebut. Dalam teori kultivasi,

paparan yang intensif dan komprehensif terhadap konten video ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap topik kesehatan tidur yang dibahas dalam konten tersebut.

Tabel 4.14. Persentase Pernyataan Variabel X item 7
Saya tidak melewatkan 1 scene pun saat menonton konten video @drpasadja

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 133 | 33.3 | 33.3 | 33.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 6 | 1.5 | 1.5 | 34.8 |
| | Setuju | 207 | 51.7 | 51.7 | 86.5 |
| | Tidak Setuju | 54 | 13.5 | 13.5 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.14 yang merupakan tabel untuk variabel X atau variabel independen untuk pernyataan item 7, berisikan pernyataan yaitu “Saya tidak melewatkan 1 scene pun saat menonton konten video @drpasadja”. Pada tabel diatas hasil data menunjukkan bahwa sebanyak 207 responden atau dengan persentase sebesar 51,7% memilih setuju, lalu sebesar 133 responden atau dengan persentase sebesar 33,3% memilih pilihan sangat setuju, dilanjutkan dengan sebanyak 54 responden atau dengan persentase sebesar 13,5% memilih pilihan tidak setuju, serta 6 responden atau dengan persentase 1,5% yang menjawab untuk sangat tidak setuju didalam pernyataan ini. Pernyataan ini merupakan turunan dari dimensi durasi.

Dalam hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dari total 400 responden, sebanyak 340 atau dengan persentase sebesar 85% memiliki keinginan untuk memperoleh ilmu dengan durasi yang lebih panjang atau lama pada akun media sosial TikTok @drpasadja sedangkan 60 responden lainnya atau dengan persentase sebesar 15% tidak memilih untuk memperoleh ilmu dengan durasi yang lebih banyak di akun TikTok @drpasadja.

Maka dengan itu dapat dikatakan bahwa mayoritas responden dalam pernyataan ini adalah seorang *heavy viewers* karena mereka mengatakan tidak melewatkan satu scene pun saat menonton konten video dari akun @drpasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan tingkat perhatian dan keterlibatan yang tinggi dalam mengonsumsi konten video tersebut. Mereka secara aktif terlibat dalam menonton setiap scene dan memperoleh informasi secara komprehensif dari

konten tersebut. Dalam teori kultivasi, paparan yang intensif dan mendalam terhadap konten video ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap topik kesehatan tidur yang disajikan oleh @drprasadja.

Tabel 4.15. Persentase Pernyataan Variabel X item 8
Saya selalu fokus ketika menonton konten video TikTok @drprasadja

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 147 | 36.8 | 36.8 | 36.8 |
| | Sangat Tidak Setuju | 4 | 1.0 | 1.0 | 37.8 |
| | Setuju | 226 | 56.5 | 56.5 | 94.3 |
| | Tidak Setuju | 23 | 5.8 | 5.8 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu tabel 4.15 yang merupakan tabel untuk variabel X item 8, berisikan pernyataan yaitu “ Saya selalu fokus ketika menonton konten video TikTok @drprasadja”. Pada tabel diatas atau tabel 4.15 menunjukkan hasil data sebanyak 226 responden atau dengan persentase sebesar 56,5% memilih setuju, sebesar 147 responden atau dengan persentase sebesar 36,8% memilih pilihan sangat setuju, lalu untuk pilihan tidak setuju diperoleh dari 23 responden atau dengan persentase sebesar 5,8% , dan yang terakhir ada 4 responden atau dengan persentase sebesar 1% memilih sangat tidak setuju. Butir pernyataan diatas merupakan pernyataan turunan dari dimensi atensi.

Berdasarkan tabel diatas dapat dikatakan bahwa dari total 400 responden yang berpartisipasi, sebanyak 373 responden atau dengan persentase sebesar 93,3% memilih untuk memperoleh informasi dengan lebih teliti karena memiliki atensi lebih banyak untuk mendapatkan ilmu didalam konten video edukasi @drprasadja didalam media sosial TikTok. Sedangkan, 27 responden atau dengan persentase sebesar 6,8%. Angka tersebut dapat disimpulkan bahwa responden tidak memilih untuk memperoleh ilmu dengan lebih teliti karena atensi yang lebih kecil untuk melihat video edukasi pada akun media sosial TikTok @drprasadja.

Dengan memiliki atensi lebih maka dapat dikatakan bahwa responden sebagai *heavy viewers* karena mereka melaporkan selalu fokus ketika menonton konten video TikTok dari akun @drprasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan tingkat perhatian yang tinggi dan dedikasi dalam mengonsumsi konten video tersebut. Mereka dengan sengaja mengalokasikan waktu dan energi

mereka untuk sepenuhnya terlibat dalam menonton dan memperoleh informasi dari konten yang disajikan. Dalam kerangka teori kultivasi, tingkat keterlibatan dan fokus responden ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap topik kesehatan tidur yang dibahas oleh @drprasadja dalam konten video TikTok.

Tabel 4.16. Persentase Pernyataan Variabel X item 9
Saya tidak menonton konten video TikTok @drprasadja sambil mengerjakan sesuatu

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 133 | 33.3 | 33.3 | 33.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 3 | .8 | .8 | 34.0 |
| | Setuju | 233 | 58.3 | 58.3 | 92.3 |
| | Tidak Setuju | 31 | 7.8 | 7.8 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu 4.16 yang merupakan tabel untuk variabel X independen item 9 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya tidak menonton konten video TikTok @drprasadja sambil mengerjakan sesuatu”, memiliki beberapa jawaban yang berbeda oleh responden. Pada data diatas jawaban sangat setuju memiliki hasil 133 responden atau dengan persentase sebanyak 33,3%, lalu untuk pilihan setuju ada pada angka 233 responden atau dengan persentase sebesar 58,3%, sebanyak 31 responden atau dengan persentase sebesar 7,8% memilih pilihan tidak setuju, dan pada pernyataan diatas ada sebanyak 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8 yang memilih sangat tidak setuju. Pernyataan ini merupakan turunan dari dimensi yaitu atensi.

Maka dari hal tersebut dapat disimpulkan dari keseluruhan responden yang sebanyak 400. Dari pilihan setuju dan sangat setuju jika digabungkan maka ada 366 responden atau dengan persentase sebesar 91,6% setuju bahwa mereka fokus tidak sambil mengerjakan atau memberikan atensi penuh terhadap konten video edukasi kesehatan tidur pada akun TikTok @drprasadja sedangkan sisanya sebanyak 34 responden atau dengan persentase sebesar 8,6% tidak menonton konten @drprasadja dengan atensi penuh, maka mayoritas responden memiliki atensi penuh saat melihat konten edukasi kesehatan yang diberikan oleh akun @drprasadja.

Responden yang memiliki atensi penuh juga dapat dikatakan sebagai responden *heavy viewers* karena mereka melaporkan tidak menonton konten video TikTok dari akun @drprasadja sambil mengerjakan sesuatu. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan tingkat dedikasi dan keterlibatan yang tinggi dalam mengonsumsi konten video tersebut. Mereka secara sengaja mengalokasikan waktu yang khusus untuk menonton konten video tanpa adanya gangguan dari aktivitas lain. Dalam kerangka teori kultivasi, fokus dan ketidaktergangguan responden saat menonton konten video ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap topik kesehatan tidur yang dibahas oleh @drprasadja dalam konten TikTok.

Tabel 4.17. Persentase Pernyataan Variabel X item 10
Saya suka cara @drprasadja saat menyampaikan konten video TikTok

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 169 | 42.3 | 42.3 | 42.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 3 | .8 | .8 | 43.0 |
| | Setuju | 219 | 54.8 | 54.8 | 97.8 |
| | Tidak Setuju | 9 | 2.3 | 2.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yang merupakan tabel untuk pernyataan variabel X item 10 dengan bunyi pernyataan yaitu “Saya suka cara @drprasadja saat menyampaikan konten video TikTok”. Berdasarkan data pada tabel 4.17 memperlihatkan bahwa ada sebanyak 169 responden atau dengan persentase sebesar 42,3% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan Item 10 ini, lalu sebanyak 219 responden atau dengan persentase sebesar 54,8% memilih setuju dengan pernyataan diatas, dilanjut dengan 9 responden atau dengan persentase sebesar 2,3% yang menjawab tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8%. Pernyataan diatas merupakan pernyataan dari turunan dimensi yaitu atensi.

Maka dari itu dapat disimpulkan 400 responden dan memilih pilihan setuju dan sangat setuju jika digabungkan maka ada 388 responden atau dengan persentase sebesar 97,1% setuju bahwa mereka menyukai gaya bicara dan cara penyampaian pesan dengan memberikan atensi penuh terhadap konten video edukasi kesehatan tidur pada akun TikTok @drprasadja sedangkan sisanya sebanyak 12 responden

atau dengan persentase sebesar 3,1% tidak menyukai gaya bicara atau penyampaian yang diberikan pada konten @drprasadja, maka mayoritas responden menyukai penyampaian @drprasadja karena memiliki atensi penuh saat melihat konten edukasi kesehatan yang diberikan oleh akun @drprasadja.

Dengan responden yang memiliki atensi penuh maka dapat dikatakan sebagai *heavy viewers* karena mereka suka dengan cara @drprasadja menyampaikan konten video di TikTok. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan tingkat minat dan penggemaran yang tinggi terhadap gaya penyampaian yang digunakan oleh @drprasadja dalam kontennya. Mereka menikmati cara komunikasi yang informatif, kreatif, dan mengedukasi yang digunakan oleh akun tersebut. Dalam kerangka teori kultivasi, kecintaan dan penggemaran responden terhadap cara @drprasadja menyampaikan konten video ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap topik kesehatan tidur yang dibahas.

Tabel 4.18. Persentase Pernyataan Variabel X item 11

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 165 | 41.3 | 41.3 | 41.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 2 | .5 | .5 | 41.8 |
| | Setuju | 224 | 56.0 | 56.0 | 97.8 |
| | Tidak Setuju | 9 | 2.3 | 2.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.18 yang merupakan tabel pernyataan variabel X item 11 dengan bunyi pernyataan seperti “Konten video @prasadja memberikan sumber atau bukti dari masalah kesehatan tidur saat melakukan penjelasan informasi”. Pada pernyataan diatas ada sebanyak 165 responden atau dengan persentase sebesar 41,3% yang memilih sangat setuju pada pernyataan ini, lalu ada sebanyak 224 responden atau dengan persentase sebesar 56% yang memilih pilihan setuju pada pernyataan diatas, selanjutnya untuk pilihan tidak setuju ada sebanyak 9 responden atau dengan persentase sebesar 2,3% dan yang terakhir ada sebanyak 2 responden atau dengan persentase sebesar 0.5% yang memilih sangat tidak setuju pada pernyataan yang merupakan dari turunan dimensi yaitu atensi.

Maka itu dapat disimpulkan bahwa dari 400 responden yang ikut andil ada 389 atau dengan persentase sebesar 97,3% memperhatikan atau memberikan atensi lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh akun @drprasadja pada media sosial TikTok, sedangkan 11 responden lainnya atau dengan persentase 2,8% memilih untuk tidak terlalu memberikan atensi lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja pada media sosial TikTiknya. Sehingga dapat dikatakan bahwa lebih dominan responden yang memberikan atensi lebih kepada akun @drprasadja pada media sosial TikTiknya.

Dengan mayoritas responden yang memiliki atensi lebih maka responden tersebut juga dapat disebut sebagai *heavy viewers* karena responden memperhatikan saat @drprasadja menampilkan konten videonya yang memberikan sumber atau bukti yang relevan tentang masalah kesehatan tidur saat menjelaskan informasi di video tersebut. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan minat yang tinggi terhadap konten yang disajikan oleh akun tersebut. Responden menghargai fakta dan sumber yang diberikan oleh @drprasadja dalam penjelasan informasi tentang kesehatan tidur.

Tabel 4.19. Persentase Pernyataan Variabel X item 12

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 142 | 35.5 | 35.5 | 35.5 |
| | Sangat Tidak Setuju | 7 | 1.8 | 1.8 | 37.3 |
| | Setuju | 215 | 53.8 | 53.8 | 91.0 |
| | Tidak Setuju | 36 | 9.0 | 9.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas atau tabel 4.19 yang merupakan tabel pernyataan variabel X item 12 dengan bunyi pernyataan seperti “Saya tidak pernah mengganti pencarian informasi tentang kesehatan tidur selain pada akun TikTok @drprasadja”. Pada pernyataan diatas ada sebanyak 142 responden atau dengan persentase sebesar 35,5% yang memilih sangat setuju pada pernyataan ini, lalu ada sebanyak 215 responden atau dengan persentase sebesar 53,8% yang memilih pilihan setuju pada pernyataan diatas, selanjutnya untuk pilihan tidak setuju ada sebanyak 36 responden atau dengan persentase sebesar 9% dan ada 7 responden

atau dengan persentase sebesar 1,8% yang memilih pilihan sangat tidak setuju pada pernyataan yang merupakan dari turunan dimensi yaitu atensi.

Maka itu dapat disimpulkan bahwa dari keseluruhan responden yang ikut andil ada 356 atau dengan persentase sebesar 89,3% memperhatikan atau memberikan atensi lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh akun @drprasadja pada media sosial TikTok, sedangkan 43 responden lainnya atau dengan persentase 10,8% memilih untuk tidak terlalu memberikan atensi lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja pada media sosial TikTiknya. Sehingga dapat dikatakan bahwa lebih dominan responden yang memberikan atensi lebih kepada akun @drprasadja pada media sosial TikTiknya.

Maka dari itu mayoritas responden dalam penelitian ini dianggap sebagai *heavy viewers* karena mereka tidak pernah mengganti pencarian informasi tentang kesehatan tidur kecuali melalui akun TikTok @drprasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan preferensi yang kuat terhadap konten video yang disajikan oleh akun tersebut. Responden sepenuhnya mengandalkan @drprasadja sebagai sumber utama untuk memperoleh informasi seputar kesehatan tidur. Dalam teori kultivasi, kepercayaan dan ketergantungan responden pada satu sumber tunggal ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap topik kesehatan tidur yang dibahas oleh @drprasadja.

Tabel 4.20. Persentase Pernyataan Variabel X item 13

| Saya lebih memilih konten pada akun TikTok @drprasadja daripada platform yang lain | | | | | |
|---|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Sangat Setuju | 144 | 36.0 | 36.0 | 36.0 |
| | Sangat Tidak Setuju | 5 | 1.3 | 1.3 | 37.3 |
| | Setuju | 225 | 56.3 | 56.3 | 93.5 |
| | Tidak Setuju | 26 | 6.5 | 6.5 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.20 yang merupakan tabel untuk variabel X atau variabel independen untuk pernyataan item 13, berisikan pernyataan yaitu “Saya lebih memilih konten pada akun TikTok @drprasadja daripada platform yang lain”. Pada tabel diatas hasil data menunjukkan bahwa sebanyak 225 responden atau dengan persentase sebesar 56,3% memilih setuju, lalu sebesar 144 responden atau dengan persentase sebesar 36% memilih pilihan sangat setuju, dilanjutkan dengan

sebanyak 26 responden atau dengan persentase sebesar 6,5% memilih pilihan tidak setuju, serta 5 responden atau dengan persentase 1,3% yang menjawab untuk sangat tidak setuju didalam pernyataan ini. Pernyataan ini merupakan turunan dari dimensi atensi.

Dalam hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dari total 400 responden, sebanyak 369 atau dengan persentase sebesar 92,3% setuju lebih memilih akun media sosial TikTok @drprasadja daripada platform media sosial lainnya, sedangkan 31 responden lainnya atau dengan persentase sebesar 7,8% tidak memilih akun TikTok @drprasadja dan lebih memilih platform lainnya.

Dengan data diatas maka dapat dikatakan bahwa kebanyakan dari responden penelitian adalah *heavy viewers* karena mereka lebih memilih konten yang disajikan oleh akun TikTok @drprasadja daripada konten yang tersedia di platform lain. Sebagai *heavy viewers*, mereka menunjukkan preferensi yang kuat terhadap konten video yang dibagikan oleh akun tersebut. Responden secara konsisten dan secara eksklusif mencari konten kesehatan tidur dari @drprasadja di TikTok, menunjukkan tingkat dedikasi yang tinggi terhadap akun tersebut. Dalam kerangka teori kultivasi, kecenderungan responden untuk mengandalkan konten dari satu platform dan akun tunggal ini dapat mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap topik kesehatan tidur yang disajikan oleh @drprasadja.

B. Deskripsi Hasil Variabel Y

Dalam menjalankan penelitian ini terdapat 2 variabel utama yang diantaranya yaitu Variabel Y yang berperan sebagai variabel dependen yaitu sebuah kesadaran kesehatan tidur bagi para followers dari @drprasadja di akun sosial media TikTok. Variabel Y ini diturunkan menjadi 3 dimensi yang melahirkan 13 butir pernyataan didalam kuisisioner penelitian ini. Setiap pernyataan yang diberikan pada kuisisioner memiliki 4 pilihan jawaban yang berbeda yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju.

Tabel 4.21. Persentase Pernyataan Variabel Y item 1
Tidur selama ±8 jam, 1 hari merupakan pola tidur yang sehat

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 216 | 54.0 | 54.0 | 54.0 |
| | Sangat Tidak Setuju | 2 | .5 | .5 | 54.5 |
| | Setuju | 175 | 43.8 | 43.8 | 98.3 |
| | Tidak Setuju | 7 | 1.8 | 1.8 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas atau tabel 4.21 yang merupakan tabel variabel dependen untuk item 1, berisikan pernyataan yang seperti “Tidur selama ±8 jam, 1 hari merupakan pola tidur yang sehat”. Pada tabel diatas menunjukkan bahwa hasil data sebanyak 216 responden atau dengan persentase 54% memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, lalu ada 175 responden atau dengan persentase sebesar 43,8% memilih setuju, dilanjut dengan 7 responden lainnya atau dengan persentase sebesar 1,8% memilih tidak setuju, dan 2 responden atau dengan persentase sebesar 0,5% yang memilih pilihan sangat tidak setuju untuk pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi pengetahuan tentang kesehatan.

Maka dapat dikatakan bahwa dari 400 responden, sebanyak 391 responden atau dengan persentase sebesar 97,8% memiliki pengetahuan tentang kesehatan yang telah diberikan melalui video konten edukasi kesehatan tidur yang diberikan oleh akun @drprasadja dalam aplikasi media sosial TikTok. Sedangkan 9 responden lainnya atau dengan persentase 2,3% tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan tidur yang telah diberikan oleh akun @drprasadja dalam media sosial TikToknya.

Responden yang memiliki pengetahuan lebih tentang kesehatan disini merupakan responden yang telah menjadi *heavy viewers* karena kebiasaan mereka yang secara teratur mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur. Melalui paparan yang berulang terhadap konten tersebut, responden telah memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam mengenai pentingnya tidur yang memadai dan pola tidur yang sehat. Dalam teori kultivasi, paparan yang intensif terhadap konten video ini berperan dalam mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap kesehatan tidur.

Tabel 4.22. Persentase Pernyataan Variabel Y item 2

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 236 | 59.0 | 59.0 | 59.0 |
| | Sangat Tidak Setuju | 3 | .8 | .8 | 59.8 |
| | Setuju | 156 | 39.0 | 39.0 | 98.8 |
| | Tidak Setuju | 5 | 1.3 | 1.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Pada tabel 4.22 yang merupakan tabel dari variabel dependen item ke 2 dengan bunyi pernyataan “Saya harus menjaga pola tidur yang sehat agar dapat mencegah masalah kesehatan tubuh saya”. Pada tabel diatas menunjukkan bahwa ada sebanyak 236 responden atau dengan persentase sebesar 59% yang memilih sangat setuju, sebanyak 156 responden atau dengan persentase sebesar 39% memilih setuju, lalu ada sebanyak 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih sangat tidak setuju, serta dilanjut 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi pengetahuan tentang kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa 6 responden atau dengan persentase sebesar 1,6% tidak mengetahui bahwa dirinya harus menjaga pola tidur yang sehat agar dapat terjauhi dari masalah kesehatan tubuh sedangkan 392 responden atau dengan persentase sebesar 98% memiliki pengetahuan tentang kesehatan sehingga setuju bahwa ia harus menjaga pola tidur yang sehat agar tidak terjerat masalah kesehatan.

Mayoritas responden pada penelitian ini merupakan responden yang memiliki pengetahuan lebih tentang kesehatan karena mereka memiliki pengetahuan yang cukup mengenai kesehatan, seperti pemahaman bahwa menjaga pola tidur yang sehat sangat penting untuk mencegah masalah kesehatan tubuh. Hal ini juga dikatakan karena mayoritas adalah seorang heavy viewers karena secara teratur mereka mengonsumsi konten video terkait kesehatan, yang memberikan informasi dan pengetahuan yang relevan tentang pentingnya tidur yang cukup dan kualitas tidur yang baik. Melalui paparan yang berulang terhadap konten tersebut, responden telah menginternalisasi nilai-nilai dan informasi tersebut dalam pemahaman mereka tentang kesehatan tidur. Didalam teori kultivasi, paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap

responden terhadap pentingnya menjaga pola tidur yang sehat untuk mencegah masalah kesehatan.

Tabel 4.23. Persentase Pernyataan Variabel Y item 3
Dengan tidak bergadang atau tidur larut malam akan menghasilkan tubuh yang segar di pagi hari

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 231 | 57.8 | 57.8 | 57.8 |
| | Sangat Tidak Setuju | 2 | .5 | .5 | 58.3 |
| | Setuju | 155 | 38.8 | 38.8 | 97.0 |
| | Tidak Setuju | 12 | 3.0 | 3.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yang merupakan tabel 4.23 dan merupakan tabel variabel dependen untum item pernyataan ke 3 seperti “Dengan tidak bergadang atau tidur larut malam akan menghasilkan tubuh yang segar di pagi hari”. pada pernyataan tersebut menghasilkan data yaitu sebanyak 231 responden atau dengan persentase sebesar 57,8% sangat setuju, lalu sebesar 155 responden atau dengan persentase sebesar 38,8% memilih setuju dengan pernyataan ini, selanjutnya ada 12 responden atau dengan persentase 3% yang memilih tidak setuju dan yang terakhir ada 2 responden atau dengan persentase 0,5% memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan diatas yang merupakan pernyataan dari turunan dimensi pengetahuan tentang kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa sebanyak 386 responden atau dengan persentase sebesar 96,6% memiliki pengetahuan mengenai kesehatan layaknya pernyataan diatas yaitu tidak bergadang membuat tubuh yang segar saat pagi hari seperti video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja dalam media sosial TikToknya. Sedangkan 14 responden atau dengan persentase sebesar 3,5% tersebut tidak memiliki pengetahuan mengenai kesehatan yang telah diberikan oleh akun @drprasadja pada media sosial TikToknya.

Hal ini dapat dikatakan bahwa adanya efek dari responden sebagai heavy viewers maka responden memiliki pengetahuan yang cukup mengenai kesehatan, seperti pemahaman bahwa tidak bergadang atau tidur larut malam dapat menghasilkan tubuh yang segar di pagi hari. Sebagai heavy viewers, mereka secara teratur mengonsumsi konten video terkait kesehatan, yang memberikan informasi dan pengetahuan tentang pentingnya menjaga pola tidur yang teratur dan cukup.

Melalui paparan yang berulang terhadap konten tersebut, responden telah menginternalisasi nilai-nilai dan informasi tersebut dalam pemahaman mereka tentang hubungan antara tidur yang baik dan kebugaran tubuh. Dalam teori kultivasi, paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap pentingnya menjaga pola tidur yang sehat untuk memperoleh tubuh yang segar di pagi hari.

Tabel 4.24. Persentase Pernyataan Variabel Y item 4
Badan yang lebih segar dipagi hari didukung dari pola tidur saya yang baik dan benar

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 220 | 55.0 | 55.0 | 55.0 |
| | Sangat Tidak Setuju | 3 | .8 | .8 | 55.8 |
| | Setuju | 165 | 41.3 | 41.3 | 97.0 |
| | Tidak Setuju | 12 | 3.0 | 3.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel diatas yang merupakan tabel 4.24 dan merupakan tabel dependen item ke 4 yang memiliki pernyataan seperti, “Badan yang lebih segar dipagi hari didukung dari pola tidur saya yang baik dan benar”. Pada pernyataan tersebut menghasilkan data yaitu ada 220 responden atau dengan persentase sebesar 55% memilih sangat setuju dengan pernyataan ini, dilanjut dengan 165 responden atau dengan persentase sebesar 41,3% yang memilih setuju, lalu ada sebanyak 12 responden atau dengan persentase sebesar 3% yang memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% yang memilih sangat tidak setuju pada pernyataan turunan dari dimensi pengetahuan mengenai kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa sebanyak 385 responden atau dengan persentase sebesar 96,3% memiliki pengetahuan mengenai kesehatan layaknya pernyataan diatas yaitu badan yang lebih segar didukung dari pola tidur yang baik dan juga benar seperti video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja dalam media sosial TikTiknya. Sedangkan 15 responden atau dengan persentase sebesar 3,8% tersebut tidak memiliki pengetahuan mengenai kesehatan yang telah diberikan oleh akun @drprasadja pada media sosial TikTiknya.

Bagi para mayoritas responden pada penelitian ini memiliki pengetahuan lebih mengenai kesehatan tidur yang telah diberikan oleh @drprasadja karena

mereka telah menjadi *heavy viewers*. esponden yang merupakan *heavy viewers* telah memiliki pengetahuan yang memadai mengenai kesehatan, seperti pemahaman bahwa memiliki pola tidur yang baik dan benar dapat mendukung tubuh yang lebih segar di pagi hari. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara rutin mengonsumsi konten video terkait kesehatan, yang memberikan informasi dan saran tentang pentingnya tidur yang berkualitas. Melalui paparan yang berulang terhadap konten tersebut, responden telah memperoleh pengetahuan mendalam tentang prinsip-prinsip tidur yang sehat, termasuk rutinitas tidur yang teratur, lingkungan tidur yang nyaman, dan praktik relaksasi sebelum tidur. Didalam teori kultivasi, paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap responden terhadap pentingnya menjaga pola tidur yang baik dan benar untuk mendukung tubuh yang lebih segar di pagi hari.

Tabel 4.25. Persentase Pernyataan Variabel Y item 5

Saya berencana untuk tidak bergadang

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 178 | 44.5 | 44.5 | 44.5 |
| | Sangat Tidak Setuju | 1 | .3 | .3 | 44.8 |
| | Setuju | 200 | 50.0 | 50.0 | 94.8 |
| | Tidak Setuju | 21 | 5.3 | 5.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Pada tabel diatas yaitu tabel 4.25 yang merupakan tabel dependen item 5 memiliki bunyi pernyataan yaitu “Saya berencana untuk tidak bergadang” memiliki data yaitu sebanyak 178 responden atau dengan persentase sebesar 44,5% memilih sangat setuju dengan pernyataan berencana untuk tidak bergadang, lalu ada sebanyak 200 responden atau dengan persentase sebesar 50% memilih pilihan sangat setuju, sebanyak 21 responden atau dengan persentase sebesar 5,3% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 1 responden atau dengan persentase 0,3% yang memilih sangat tidak setuju untuk pernyataan dari turunan dimensi sikap terhadap kesehatan.

Dengan data – data yang telah didapatkan maka dapat dikatakan ada sebanyak 378 atau dengan persentase sebesar 94,5% memiliki sikap terhadap kesehatan seperti adanya keinginan atau rencana untuk tidak bergadang pada kehidupannya. Sedangkan, 22 responden lainnya atau dengan persentase sebesar

5,6% tidak memiliki sikap terhadap kesehatan tidurnya sehingga responden tidak memiliki rencana untuk tidak bergadang.

Mayoritas dari responden pada pernyataan ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur mereka. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden merupakan responden yang telah terterpa karena menjadi *heavy viewers* pada pernyataan ini. Responden yang merupakan *heavy viewers* telah memiliki sikap yang kuat terhadap kesehatan, dimana mereka berencana untuk tidak bergadang. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara konsisten mengonsumsi konten video terkait kesehatan, yang memberikan informasi dan saran tentang pentingnya tidur yang cukup dan pola tidur yang teratur. Melalui paparan yang berulang terhadap konten tersebut, responden telah membentuk sikap yang penuh kesadaran terhadap kesehatan tidur mereka sendiri. Mereka menyadari bahwa tidur yang cukup merupakan faktor penting bagi kesejahteraan dan kinerja sehari-hari, dan dengan demikian, mereka berencana untuk menghindari kebiasaan bergadang yang dapat mengganggu kualitas tidur mereka. Dalam teori kultivasi, paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi sikap responden terhadap kesehatan tidur dan memotivasi mereka untuk mengambil tindakan yang sesuai guna menjaga kualitas tidur yang baik dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.

Tabel 4.26. Persentase Pernyataan Variabel Y item 6

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 174 | 43.5 | 43.5 | 43.5 |
| | Sangat Tidak Setuju | 6 | 1.5 | 1.5 | 45.0 |
| | Setuju | 210 | 52.5 | 52.5 | 97.5 |
| | Tidak Setuju | 10 | 2.5 | 2.5 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Pada tabel 4.26 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item ke 6 dengan bunyi pernyataan seperti “Saya sadar akan kondisi kesehatan tidur saya”. Berdasarkan data diatas ada sebanyak 174 responden atau dengan persentase sebesar 43,5% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, lalu sebanyak 210 responden atau dengan persentase sebesar 52,5% yang menyatakan bahwa ia setuju, selanjutnya ada 10 responden atau dengan persentase sebesar 2,5% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 6 responden atau dengan persentase

sebesar 1,5% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi sikap terhadap kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ada sebanyak 384 responden atau dengan persentase 96% menyetujui bahwa ia memiliki sikap terhadap kesadaran kesehatan tidurnya masing – masing responden. Sedangkan 16 responden atau dengan persentase 4% tidak memiliki sikap terhadap kesehatannya karena mereka tidak mengetahui atau sadar akan kondisi kesehatan tidurnya.

Mayoritas dari responden pada pernyataan ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur dirinya sendiri karena para responden telah terterpa dari konten video yang diunggah oleh akun TikTok @drprasadja. Hal ini juga dapat dikatakan bahwa mayoritas responden adalah *heavy viewers* karena telah menunjukkan sikap sadar terhadap kesehatan tidur mereka sendiri. Sebagai *heavy viewers*, mereka konsisten mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur, yang memberikan informasi dan saran praktis tentang pentingnya tidur yang berkualitas dan praktik tidur yang baik. Melalui paparan yang berulang terhadap konten tersebut, responden telah menginternalisasi nilai-nilai dan pemahaman tentang pentingnya kesehatan tidur bagi kesejahteraan fisik dan mental mereka. Sikap sadar ini mendorong mereka untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk menjaga dan meningkatkan kondisi kesehatan tidur mereka. Dalam teori kultivasi, paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi sikap responden terhadap kesehatan tidur dan memotivasi mereka untuk mengambil tindakan yang proaktif dalam menjaga kualitas tidur mereka.

Tabel 4.27. Persentase Pernyataan Variabel Y item 7
Saya gemar untuk mencari informasi lebih mengenai kesehatan tidur pada akun TikTok @drprasadja

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 162 | 40.5 | 40.5 | 40.5 |
| | Sangat Tidak Setuju | 6 | 1.5 | 1.5 | 42.0 |
| | Setuju | 204 | 51.0 | 51.0 | 93.0 |
| | Tidak Setuju | 28 | 7.0 | 7.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Pada tabel 4.27 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item ke 7 dengan bunyi pernyataan seperti “Saya gemar untuk mencari informasi lebih

mengenai kesehatan tidur pada akun TikTok @drprasadja". Berdasarkan data diatas ada sebanyak 162 responden atau dengan persentase sebesar 40,5% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, lalu sebanyak 204 responden atau dengan persentase sebesar 51% yang menyatakan bahwa responden setuju, selanjutnya ada 28 responden atau dengan persentase sebesar 7% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 6 responden atau dengan persentase sebesar 1,5% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi sikap terhadap kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ada sebanyak 366 responden atau dengan persentase 91,5% menyetujui bahwa ia memiliki sikap terhadap kesadaran kesehatan tidurnya karena gemar untuk mencari informasi lebih mengenai masalah kesehatan tidur. Sedangkan 34 responden atau dengan persentase 8,5% tidak memiliki sikap terhadap kesehatannya karena mereka tidak memiliki keinginan untuk mencari informasi lebih mengenai kesehatan tidur yang diberikan oleh akun media sosial TikTok @drprasadja.

Mayoritas dari responden pada pernyataan ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur dirinya sendiri dengan mencari informasi lebih maka para responden dapat dikatakan sebagai *heavy viewers*. Sebagai responden yang termasuk dalam kategori *heavy viewers* para responden menunjukkan sikap yang sangat positif terhadap kesehatan tidur dengan mengutamakan pencarian informasi lebih melalui akun TikTok @drprasadja. Mereka menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur yang disajikan oleh akun tersebut. Responden menganggap akun tersebut sebagai sumber yang terpercaya dan relevan untuk memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam tentang praktik tidur yang sehat serta memahami faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur. Dalam teori kultivasi, sikap positif responden ini mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap pentingnya menjaga kesehatan tidur.

Tabel 4.28. Persentase Pernyataan Variabel Y item 8

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 155 | 38.8 | 38.8 | 38.8 |
| | Sangat Tidak Setuju | 4 | 1.0 | 1.0 | 39.8 |
| | Setuju | 221 | 55.3 | 55.3 | 95.0 |
| | Tidak Setuju | 20 | 5.0 | 5.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.28 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item 8 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya memperhatikan informasi mengenai kesehatan tidur di akun TikTok @drprasadja”. Berdasarkan data diatas ada 155 responden atau dengan persentase sebesar 38,8% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, sebesar 221 responden atau dengan persentase sebesar 55,3% memilih setuju, sedangkan ada sebanyak 20 responden atau dengan persentase sebesar 5% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 4 responden atau dengan persentase sebesar 1% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi sikap terhadap kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa dari 400 responden ada sebanyak 366 responden atau dengan persentase sebesar 94,1% yang menyetujui bahwa responden memiliki sikap terhadap kesehatan yaitu dengan memperhatikan informasi mengenai kesehatan tidur pada akun TikTok @drprasadja, sedangkan ada sebanyak 34 responden atau dengan persentase sebesar 5% tidak memiliki tertera video edukasi dari akun media sosial TikTok @drprasadja sehingga tidak memiliki sikap terhadap kesehatan.

Bagi mayoritas responden pada penelitian ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur karena para responden merupakan heavy viewers. Responden yang merupakan *heavy viewers* menunjukkan sikap yang sangat peduli terhadap kesehatan tidur dengan memperhatikan informasi yang disajikan di akun TikTok @drprasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka dengan sungguh-sungguh mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur yang disajikan oleh akun tersebut. Responden aktif dalam mencari informasi, saran, dan wawasan terkait praktik tidur yang sehat melalui konten yang disediakan oleh @drprasadja. Dalam kerangka teori kultivasi, sikap peduli dan perhatian responden terhadap informasi

mengenai kesehatan tidur pada akun TikTok ini mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap pentingnya menjaga kesehatan tidur.

Tabel 4.29. Persentase Pernyataan Variabel Y item 9
Saya tertarik dengan masalah dari kesehatan tidur saya setelah melihat konten video TikTok @drprasadja

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 149 | 37.3 | 37.3 | 37.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 2 | .5 | .5 | 37.8 |
| | Setuju | 225 | 56.3 | 56.3 | 94.0 |
| | Tidak Setuju | 24 | 6.0 | 6.0 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.29 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item 9 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya tertarik dengan masalah dari kesehatan tidur saya setelah melihat konten video TikTok @drprasadja”. Berdasarkan data diatas ada 149 responden atau dengan persentase sebesar 37,3% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, sebesar 225 responden atau dengan persentase sebesar 56,3% memilih setuju, sedangkan ada sebanyak 24 responden atau dengan persentase sebesar 6% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 2 responden atau dengan persentase sebesar 0,5% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi sikap terhadap kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa dari 400 responden ada sebanyak 374 responden atau dengan persentase sebesar 93,6% yang menyetujui bahwa responden memiliki sikap terhadap kesehatan karena responden tertarik dengan masalah kesehatan tidurnya setelah menonton video edukasi dari akun media sosial TikTok @drprasadja, sedangkan ada sebanyak 26 responden atau dengan persentase sebesar 6,5% tidak memiliki terterpa video edukasi dari akun media sosial TikTok @drprasadja sehingga tidak memiliki sikap terhadap kesehatan.

Mayoritas responden dalam penelitian memiliki sikap terhadap kesehatan karena mereka adalah *heavy viewers* karena responden yang *heavy viewers* merupakan responden yang menunjukkan sikap yang sangat tertarik terhadap permasalahan kesehatan tidur mereka sendiri setelah terpapar oleh konten video di akun TikTok @drprasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka dengan penuh antusiasme mengonsumsi konten video yang berkaitan dengan kesehatan tidur yang

disajikan oleh akun tersebut. Setelah melihat konten tersebut, responden menunjukkan tingkat ketertarikan yang tinggi terhadap masalah kesehatan tidur yang mereka alami, mulai dari mengidentifikasi masalah hingga mencari solusi dan praktik tidur yang lebih baik. Dalam teori kultivasi, sikap tertarik responden ini mempengaruhi persepsi, keyakinan, dan sikap mereka terhadap pentingnya menjaga kesehatan tidur secara optimal.

Tabel 4.30. Persentase Pernyataan Variabel Y item 10

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 147 | 36.8 | 36.8 | 36.8 |
| | Sangat Tidak Setuju | 5 | 1.3 | 1.3 | 38.0 |
| | Setuju | 219 | 54.8 | 54.8 | 92.8 |
| | Tidak Setuju | 29 | 7.2 | 7.2 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.30 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item 10 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya menjaga kesehatan tidur saya dengan mengikuti saran @drprasadja yaitu tidur dengan durasi 7 – 8 jam”. Berdasarkan data diatas ada 147 responden atau dengan persentase sebesar 36,8% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, sebesar 219 responden atau dengan persentase sebesar 54,8% memilih setuju, sedangkan ada sebanyak 29 responden atau dengan persentase sebesar 7,2% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 5 responden atau dengan persentase sebesar 1,3% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi praktik kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ada sebanyak 366 responden atau dengan persentase sebesar 91,6% memiliki sikap setelah terterpa video edukasi yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja yaitu melaksanakan tidur dengan durasi yang baik dan benar yaitu 7 - 8 jam perharinya, sedangkan ada sebanyak 34 responden atau dengan persentase sebesar 8,5% tidak memiliki keingina untuk menjalankan praktik untuk kesehatan tidurnya.

Mayoritas dari responden pernyataan ini memiliki keinginan untuk melaksanakan praktik untuk kesehatan tidur yang lebih baik hal ini dapat dikatakan demikian karena responden merupakan seorang *heavy viewers*. Responden yang

merupakan *heavy viewers* menunjukkan motivasi yang kuat untuk menjalankan praktik kesehatan tidur yang optimal, dipicu oleh saran-saran yang diberikan oleh akun @drprasadja. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara aktif mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur yang disajikan oleh akun tersebut. Responden merasa terinspirasi dan terdorong untuk menjaga kesehatan tidur mereka dengan mengikuti rekomendasi @drprasadja, yaitu tidur dengan durasi 7-8 jam setiap malam. Mereka menyadari pentingnya waktu tidur yang cukup untuk kesejahteraan fisik dan mental mereka. Dalam kerangka teori kultivasi, pengaruh paparan intensif terhadap konten video ini mempengaruhi sikap, keyakinan, dan tindakan responden dalam menjaga kesehatan tidur mereka.

Tabel 4.31. Persentase Pernyataan Variabel Y item 11

Saya mengetahui gejala dari masalah tidur seperti insomnia, hypersomnia, serta parasomnia, dan mencoba untuk mengambil tindakan agar tidak terpapar masalah kesehatan tidur

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 153 | 38.3 | 38.3 | 38.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 6 | 1.5 | 1.5 | 39.8 |
| | Setuju | 223 | 55.8 | 55.8 | 95.5 |
| | Tidak Setuju | 18 | 4.5 | 4.5 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.31 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item 11 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya mengetahui gejala dari masalah tidur seperti insomnia, hypersomnia, serta parasomnia, dan mencoba untuk mengambil tindakan agar tidak terpapar masalah kesehatan tidur”. Berdasarkan data diatas ada 153 responden atau dengan persentase sebesar 38,3% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, sebesar 223 responden atau dengan persentase sebesar 55,8% memilih setuju, sedangkan ada sebanyak 18 responden atau dengan persentase sebesar 4,5% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 6 responden atau dengan persentase sebesar 1,5% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi praktik kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa ada sebanyak 376 responden atau dengan persentase sebesar 94,1% memiliki sikap setelah tertera video edukasi yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja yaitu dengan memiliki pengetahuan

mengenai kesehatan tidur dan berusaha agar terhindar dari masalah kesehatan tidur, sedangkan ada sebanyak 24 responden atau dengan persentase sebesar 6% tidak memiliki sikap terhadap kesehatan.

Mayoritas dari responden pernyataan ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur diri responden masing – masing karena telah menjadi *heavy viewers*. Sebagai responden yang merupakan *heavy viewers* menunjukkan keinginan yang kuat untuk menjalankan praktik kesehatan tidur yang optimal, didorong oleh pengetahuan mereka tentang gejala-gejala masalah tidur seperti insomnia, hypersomnia, dan parasomnia. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara aktif mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur yang memberikan informasi tentang masalah-masalah tidur tersebut. Responden menyadari betapa pentingnya mengambil tindakan yang tepat agar tidak terpapar masalah kesehatan tidur tersebut. Mereka ingin menjaga kualitas tidur dan mencegah potensi gangguan tidur yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan fisik dan mental mereka. Dalam teori kultivasi, pengaruh paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi sikap, keyakinan, dan tindakan responden dalam menjaga kesehatan tidur mereka.

Tabel 4.32. Persentase Pernyataan Variabel Y item 12

| Saya peduli terhadap kesehatan tidur saya sehingga sekarang saya menjaga pola tidur saya | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|--|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 157 | 39.3 | 39.3 | 39.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 4 | 1.0 | 1.0 | 40.3 |
| | Setuju | 226 | 56.5 | 56.5 | 96.8 |
| | Tidak Setuju | 13 | 3.3 | 3.3 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.32 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item 12 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya peduli terhadap kesehatan tidur saya sehingga sekarang saya menjaga pola tidur saya”. Berdasarkan data diatas ada 157 responden atau dengan persentase sebesar 39,3% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, sebesar 226 responden atau dengan persentase sebesar 56,5% memilih setuju, sedangkan ada sebanyak 13 responden atau dengan persentase sebesar 3,3% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 4 responden atau dengan persentase sebesar 1% yang memilih sangat

tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi praktik kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa dari 400 responden ada sebanyak 383 responden atau dengan persentase sebesar 95,8% memiliki sikap setelah terterpa video edukasi yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja yaitu dengan peduli terhadap kesehatan tidur dan berusaha agar terhindar dari masalah kesehatan tidur, sedangkan ada sebanyak 17 responden atau dengan persentase sebesar 4,3% tidak memiliki sikap terhadap kesehatan.

Mayoritas dari responden pernyataan ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur diri responden masing – masing karena telah menjadi *heavy viewers*. Sebagai responden yang merupakan *heavy viewers* menunjukkan keinginan yang tinggi untuk menjalankan praktik kesehatan tidur yang baik. Para responden telah menyadari pentingnya kesehatan tidur dan secara aktif menjaga pola tidur mereka. Melalui paparan yang berulang terhadap konten video terkait kesehatan tidur, mereka telah mengembangkan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya tidur yang cukup dan kualitas tidur yang baik bagi kesejahteraan fisik dan mental. Dalam teori kultivasi, pengaruh paparan yang intensif terhadap konten video ini mempengaruhi sikap, keyakinan, dan tindakan responden dalam menjaga kesehatan tidur mereka. Motivasi responden untuk menjaga pola tidur merupakan cerminan dari kepedulian mereka terhadap kesehatan tidur dan keinginan untuk mencapai kualitas tidur yang optimal.

Tabel 4.33. Persentase Pernyataan Variabel Y item 13

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Sangat Setuju | 161 | 40.3 | 40.3 | 40.3 |
| | Sangat Tidak Setuju | 4 | 1.0 | 1.0 | 41.3 |
| | Setuju | 216 | 54.0 | 54.0 | 95.3 |
| | Tidak Setuju | 19 | 4.8 | 4.8 | 100.0 |
| | Total | 400 | 100.0 | 100.0 | |

Berdasarkan pada tabel 4.33 yang merupakan tabel dependen untuk variabel Y item 13 dan memiliki bunyi pernyataan seperti “Saya berusaha untuk memberikan perhatian lebih kepada kesehatan tidur saya dengan menjaga gaya hidup yang lebih baik”. Berdasarkan data diatas ada 161 responden atau dengan

persentase sebesar 40,3% yang memilih sangat setuju dengan pernyataan diatas, sebesar 216 responden atau dengan persentase sebesar 54% memilih setuju, sedangkan ada sebanyak 19 responden atau dengan persentase sebesar 4,8% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 4 responden atau dengan persentase sebesar 1% yang memilih sangat tidak setuju dengan pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi praktik kesehatan.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa dari 400 responden ada sebanyak 377 responden atau dengan persentase sebesar 94,3% memiliki sikap setelah tertera video edukasi yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja yaitu dengan berusaha memberikan perhatian lebih terhadap kesadaran kesehatan tidur dengan gaya hidup yang lebih baik, sedangkan ada sebanyak 23 responden atau dengan persentase sebesar 5,8% tidak memiliki sikap terhadap kesehatan.

Mayoritas dari responden pernyataan ini memiliki sikap terhadap kesehatan tidur diri responden masing – masing karena para responden adalah *heavy viewers*. Responden yang termasuk dalam kategori *heavy viewers* menunjukkan keinginan yang tinggi untuk menjalankan praktik kesehatan tidur yang lebih optimal. Mereka sadar akan pentingnya kesehatan tidur dalam meningkatkan kualitas hidup, mereka berupaya untuk memberikan perhatian yang lebih besar terhadap kesehatan tidurnya. Sebagai *heavy viewers*, mereka secara aktif mengonsumsi konten video terkait kesehatan tidur yang memberikan informasi dan saran praktis. Paparan yang berulang terhadap konten tersebut telah memperkaya pengetahuan mereka tentang praktik tidur yang sehat dan mendorong mereka untuk mengadopsi gaya hidup yang lebih baik, termasuk menjaga rutinitas tidur yang teratur, menciptakan lingkungan tidur yang nyaman, dan menghindari faktor-faktor yang dapat mengganggu tidur. Kesadaran dan komitmen responden ini terhadap kesehatan tidur memperlihatkan pengaruh positif dari paparan intensif terhadap konten video dan bagaimana hal tersebut mendorong mereka untuk mengambil langkah-langkah konkret dalam menjaga kualitas tidur mereka.

4.2.2 Analisis Korelasi

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti akan melakukan analisis korelasi untuk dapat melihat apakah adanya hubungan antara variabel X yang merupakan terpaan konten atau variabel independen terhadap kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau juga bisa disebut dengan variabel dependen. Didalam penelitian ini, peneliti melaksanakan analisis korelasi dengan menggunakan rumus dari *korelasi pearson product moment*. Peneliti ini juga menggunakan dengan melihat tingkat hubungan dengan koefisien korelasi dan bagaimana kemampuan variabel X dan variabel Y terhadap koefisien determinasi.

Tabel 4.34. Tabel Hasil Korelasi Terpaan Konten (Variabel X) dan Kesadaran Kesehatan (Variabel Y)

| Correlations | | | |
|---------------------|---------------------|----------------|---------------------|
| | | Terpaan Konten | Kesadaran Kesehatan |
| Terpaan Konten | Pearson Correlation | 1 | .713** |
| | Sig. (2-tailed) | | .000 |
| | N | 400 | 400 |
| Kesadaran Kesehatan | Pearson Correlation | .713** | 1 |
| | Sig. (2-tailed) | .000 | |
| | N | 400 | 400 |

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel yang ditampilkan diatas menunjukkan hasil bahwa hasil korelasi pearson product moment bahwa adanya peningkatan – peningkatakan yang ditunjukkan dan dapat dikatakan bahwa hubungan yang tergolong tersebut, kuat dan juga bersifat positif. Dapat dikatakan kuat dan positif dikarenakan hasil rHitung sebesar 0,713. Melalui hasil tabel diatas yaitu variabel x atau variabel independen dan variabel y atau variabel dependen maka dapat dikatakan adanya hasil yang signifikan yaitu antara terpaan media searah dengan sebuah kesadaran kesehatan.

Maka dengan adanya hal tersebut menunjukkan bahwa semakin terterpa konten video edukasi yang diberikan oleh akun media sosial TikTok @drprasadja maka akan semakin besar dampak dalam mempengaruhi kesadaran kesehatan dari para pengikut akun TikTok @drprasadja. Berdasarkan hipotesis penelitian ini dibagi menjadi dua hipotesis yaitu Ho dan Ha.

Ha : Ada pengaruh terpaan konten video terhadap kesadaran kesehatan tidur

Ho : Tidak ada pengaruh terpaan konten video terhadap kesadaran kesehatan tidur

Melalui hasil yang didapatkan melalui signifikasi dari tabel diatas menampilkan bahwa nilai dari sig sebesar 0,00. Didalam penelitian ini α senilai 0,05 maka $\text{sig} = 0,00 < \alpha = 0,05$ yang menandakan bahwa H_0 ditolak. Dapat disimpulkan dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terpaan konten video edukasi terhadap kesadaran kesehatan.

A. Koefisien Korelasi

Dengan adanya tabel uji korelasi pearson product moment, hasil menampilkan r_{Hitung} yang sebesar 0,713 dan telah di signifikan.

Tabel 4. 35 Tabel Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

| Interval Koefisien | Koefisien Korelasi |
|--------------------|--------------------|
| 0,00 – 0,199 | Sangat Rendah |
| 0,20 – 0,399 | Rendah |
| 0,40 – 0,599 | Kuat |
| 0,60 – 0,799 | Tinggi |
| 0,80 – 1,000 | Sangat Tinggi |

Sumber: koefisien korelasi (Sugiyono, 2018)

Dengan melihat pada tabel 4.35 yang merupakan tabel hasil korelasi terpaan konten yang merupakan variabel X atau variabel independen terhadap kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau juga disebut dengan variabel dependen. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai di antara terpaan konten yang merupakan variabel X atau variabel independen terhadap kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau bisa disebut dengan variabel dependen senilai 00,713. Angka tersebut tergolong pada tingkatan hubungan yang kuat serta saling mempengaruhi.

B. Koefisien Determinasi

Dalam menganalisis penelitian ini, peneliti ini juga mempergunakan koefisien determinasi (R). Koefisien determinasi atau (R) yang merupakan angkanya digunakan untuk mengetahui kontribusi yang diberikan oleh satu variabel atau kelebihan variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) (Siregar, 2013). Merujuk pada nilai R pada tabel hasil linear sederhana, maka hasil koefisien determinasi penelitian ini yaotu sebagai berikut :

$$\mathbf{KD = (r).(r) x 100\%}$$

$$\mathbf{KD = (0,713).(0,713) x 100\%}$$

$$\mathbf{KD = 0,508369 x 100\%}$$

$$\mathbf{KD = 50,83}$$

- Melalui hasil perhitungan diatas, menunjukan bahwa kontribusi yang diberikan oleh terpaan konten yang merupakan variabel independen atau variabel X terhadap kepuasan yang merupakan variabel Y atau bisa disebut variabel dependen yang kemudian dikaji dengan menggunakan teori kultivasi memiliki pengaruh dengan nilai persentase sebesar 50,83% sedangkan nilai persentase 49,17% dipengaruhi oleh penyebab – penyebab lainnya di luar dari variabel – variabel penelitian yang diteliti.

4.2.3. Analisis Regresi Linear Sederhana

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti ini ingin melihat serta mempengaruhi serta prediksi antara hubungan antar variabel, peneliti menggunakan analisis regresi linear sederhana. Adapun analisis regrelsi linear ini telah dilakukan dengan memasukkan hasil data yang diperoleh dari penyebaran kuisisioner yang telah di analisis ke dalam aplikasi SPSS, sehingga dapat menghasilkan data sebagai berikut:

Tabel 4.36. Model Summary Regresi Linear Sederhana

| Model Summary | | | | |
|---|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | .713 ^a | .508 | .507 | 2.929 |
| a. Predictors: (Constant), Terpaan Konten | | | | |
| b. Dependent Variable : Kesadaran Kesehatan | | | | |

Berdasarkan pada tabel diatas yaitu tabel 4.36 yang merupakan tabel *model summary* regresi linear sederhana, dalam penelitian ini menghasilkan nilai rHitung sebesar 0,713. Nilai tersebut menggambarkan bahwa hubungan diantara variabel yaitu variabel X atau variabel independen terhadap kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau biasa disebut dependen memiliki hubungan yang searah. Nilai tersebut juga termasuk sebagai nilai yang menampakkan bahwa hubungan antara variabel terpaan konten yang merupakan variabel X atau variabel independen terhadap kesadaran yang merupakan variabel Y atau juga dapat disebut dengan variabel dependen termasuk pada tingkat hubungan yang kuat dan juga terbilang positif.

Hasil rHitung dalam tabel 4.36 *model summary* regresi linear sederhana memiliki nilai dengan hasil yang sama diperoleh pada tabel 4.34 yang merupakan tabel hasil korelasi terpaan konten dan kesadaran kesehatan dengan menggunakan rumus korelasi *pearson product moment* tersebut menunjukkan tingkat hubungan yang tergolong kuat dan bersifat positif. Nilai angka r di dalam penjelasan diatas merupakan nilai angka hasil dari korelasi antara variabel terpaan konten yang merupakan variabel X atau variabel independen terhadap kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau variabel dependen.

Tabel 4.37. Tabel Koefisien Regresi Linear Sederhana

| Coefficients ^a | | | | | | |
|--|----------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 14.405 | 1.470 | | 9.802 | .000 |
| | Terpaan Konten | .692 | .034 | .713 | 20.282 | .000 |
| a. Dependent Variable: Kesadaran Kesehatan | | | | | | |

Sumber: Hasil Output SPSS 26

Tahapan lanjutan dari analisis regresi linear sederhana ini dengan menggunakan rumus yang telah ditetapkan pada bab sebelumnya. Adapun hasil angka dari tabel yang diperoleh peneliti sesuai dengan tabel diatas yang merupakan hasil tabel koefisien regresi linear sederhana yaitu dari terpaan konten yang merupakan variabel X atau variabel independen dan kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau variabel dependen. Nilai angka yang muncul yaitu, $Y = 14.405 + 0,692X$. Dengan itu, persamaan tersebut digunakan untuk memprediksi kesadaran kesehatan *followers* akun TikTok @drprasadja yang dipengaruhi oleh terpaan konten yang diberikan oleh @drprasadja dalam akun TikTok.

Agar mendapatkan perbandingan dalam hal ini, dapat menggunakan F tabel, F hitung, serta Sig, dan α . F hitung yang muncul dari hasil pada tabel ANOVA yang muncul pada tahapan regresi linear sederhana. Tabel ANOVA merupakan tabel yang menampilkan angka – angka variasi serta nilai dari rata – rata sebuah kolerasi antara dua variabel penelitian. Nilai angka F hitung yang muncul dalam tabel merupakan sebuah nilai angka yang memperlihatkan hasil regresi untuk melihat seberapa besar nilai dari hubungan didalam variabel X atau variabel independen dan variabel Y atau variabel dependen.

Nilai angka signifikan beserta F hitung dapat digunakan untuk memahami bahwa persamaan yang telah ditentukan sebelumnya dapat digunakan untuk memprediksi nilai dari variabel Y atau variabel dependen yang dipengaruhi oleh variabel X atau variabel independen. Maka dari itu, F hitung dalam hal ini sebagai berikut :

Tabel 4.38. Tabel ANOVA Regresi Linear Sederhana

| Model | | ANOVA ^a | | | F | Sig. |
|-------|------------|--------------------|-----|-------------|---------|-------------------|
| | | Sum of Squares | df | Mean Square | | |
| 1 | Regression | 3529.090 | 1 | 3529.090 | 411.375 | .000 ^b |
| | Residual | 3414.348 | 398 | 8.579 | | |
| | Total | 6943.438 | 399 | | | |

a. Dependent Variable: Kesadaran Kesehatan

b. Predictors: (Constant), Terpaan Konten

Sumber: Hasil Output SPSS 26

H0 : Model regresi sederhana tidak dapat dipergunakan untuk memprediksi tingkat kesadaran kesehatan pengikut dari akun TikTok @drprasadja yang

dipengaruhi oleh terpaan video konten edukasi kesehatan yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja

Ha : Model regresi linear sederhana dapat dipergunakan untuk memprediksi tingkat kesadaran kesehatan pengikut dari akun TikTok @drprasadja yang dipengaruhi oleh terpaan video konten edukasi kesehatan yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja

Berdasarkan pada hasil tabel 4.38 yang merupakan tabel ANOVA regresi linear sederhana diatas, F hitung yang muncul dalam tabel tersebut senilai 411.375 dan F tabel yang telah dihitung dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26 senilai 3,86. Nilai angka F tabel diperoleh dengan melalui perhitungan dengan rumus F tabel berikut:

$$F = (\alpha) (k, dk)$$

α : Margin of Error (MoE)

k : Jumlah Variabel – 1

dk : Jumlah Sampel – Jumlah Variabel – 1

Maka perhitungan nilai F tabel dalam penelitian ini yaitu antara lain sebagai berikut:

$$F = (5\%) (2 - 1, 400 - 2 - 1)$$

$$F = (0,05) (1,397)$$

$$F = 3,86$$

Maka dari itu F hitung = 1124.115 > F tabel = 3,86, sehingga dapat diartikan bahwa nilai F hitung lebih besar jika dibandingkan dengan nilai F tabel, yang juga dapat diartikan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima. Maka dapat dikatakan bahwa model regresi linear dapat digunakan untuk memprediksi tingkat kesadaran kesehatan untuk para *followers* terkait terpaan konten video edukasi yang telah diberikan oleh akun TikTok @drprasadja.

Hasil yang telah terlampir dapat menjadi bukti data bahwa regresi linear sederhana dapat dipergunakan untuk memprediksi pengaruh terpaan konten video edukasi terhadap kesadaran kesehatan para *followers* dari akun TikTok

@drprasadja. Persamaan regresi linear sederhana penelitian ini, apabila $X = 13$ maka:

$$Y = a + b.X$$

$$Y = 14.405 + 0.692X$$

$$Y = 14.405 + 0.692(13)$$

$$Y = 24,401$$

Dengan hasil yang telah terlampir diatas yaitu 24,401 total skor kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau variabel dependen akan turun serta bertingkat jika terpaan konten yang merupakan Variabel X atau juga dapat disebut dengan variabel independen juga meningkat. Melalui analisis regresi linear sederhana tersebut, turut menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang terjadi pada kedua variabel penelitian. Kesadaran kesehatan akan meningkat jika responden terpa konten vide edukasi kesehatan yang telah diberikan oleh akun TikTok @drprasadja.

4.2.4. Pembahasan Analisis Teori dan Konsep Penelitian

Berdasarkan hasil uraian penelitian yang merupakan hasil dari berbagai item pernyataan kuesioner penelitian, selanjutnya peneliti juga menguraikan berbagai item dari berbagai dimensi yang digunakan dalam penelitian ini. Media sosial TikTok @drprasadja merupakan media sosial yang datang sebagai platform yang hadir untuk dapat bisa memberikan video – video informatif yang sangat mengedukasi mengenai kesehatan tidur. Fokus isi konten yang disajikan berbeda dibandingkan dengan konten yang diberikan oleh konten kreator lainnya, sehingga dengan melalui penelitian ini maka apat diketahui apakah kesadaran kesehatan yang besar merupakan hasil dari terpaan konten yang diberikan. Hal ini tentunya sesuai dengan teori Kultivasi. Teori kultivasi dapat diartikan bahwa penggunaan media akan memberikan jalan bagi pemahaman serta perkiraan mengenai hasil dari suatu proses komunikasi massa. Seperti yang dimaksudkan kepada teori kultivasi bahwa penggunaan media sebagai heavy viewers akan memberikan hasil yang

signifikan terhadap perubahan dari dalam diri individu seperti yang dikatakan oleh Morisson (2018).

A. Pengaruh Terpaan Konten (Variabel X)

Di dalam variabel X atau variabel independen penelitian ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana cara mengukur penelitian dengan berdasarkan pada berbagai item pernyataan – pernyataan yang telah diturunkan dari konsep penelitian ini yaitu Pengaruh Terpaan Konten Video Edukasi @drprasadja dalam aplikasi TikTok. Pengaruh terpaan konten ini tentunya diturunkan mejadi beberapa dimensi. Menurut Ardianto (Ardianto E. K., 2017), mengatakan ada 3 indikator terpaan yang didapatkan dari media yaitu Frekuensi, Durasi, dan Atensi. Berikut akan dijelaskan berbagai item pertanyaan yang diturunkan dari berbagai dimesi tersebut, antara lain sebagai berikut:

1. Frekuensi

Pada item pernyataan satu hingga empat, termasuk kedalam bagian dari pengetahuan mengenai kesehatan yang merupakan dimensi pertama dari terpaan konten yang merupakan variabel x atau dapat disebut dengan variabel independen penelitian. Peneliti telah melaksanakan pengolahan data untuk 400 responden. Berdasarkan hasil pengolahan data yang telah dilakukan pada seluruh responden, dari ke empat item pernyataan yang memperoleh hasil tertinggi yaitu terletak pada item pernyataan ke 4. Hasil pada item pernyataan ke 4 menampilkan bahwa hasil data sebanyak sebanyak 210 responden atau dengan persentase sebesar 52,5% memilih setuju, lalu sebanyak 170 responden atau dengan persentase sebesar 42,5% memiliki pilihan sangat setuju, untuk pilihan tidak setuju memiliki responden sebanyak 19 atau dengan persentase sebesar 4,8%, dan yang terakhir sebanyak 1 orang atau dengan persentase sebesar 0,3% memilih sangat tidak setuju.

Dengan hasil yang didapatkan maka sebanyak 380 responden atau dengan persentase sebesar 95% lebih sering terterpa dengan frekuensi yang tinggi dalam melihat konten video edukasi yang diberikan oleh @drprasadja dalam aplikasi media sosial TikTok. Hal ini sesuai dengan definisi frekuensi yang telah diberikan oleh Menurut Ardianto (Ardianto E. K., 2017) yaitu dimensi yang dapat diukur

aktifitas dari rutinitasnya. Berapa kali dan seberapa sering pengguna tersebut memakai media dan mengkonsumsi dari isi media tersebut. Hal ini juga sesuai dengan teori kultivasi yaitu penggunaan media sebagai heavy viewers dengan menyaksikan siaran secara berulang dengan frekuensi yang lebih besar agar dapat menghasilkan sebuah perubahan seperti yang dikatakan oleh Morissan (Morissan, 2018).

Maka dari hasil pengolahan data dari 400 responden, mayoritas responden mengakses dan menonton video edukasi yang diberikan oleh akun TikTok @drprasadja dengan frekuensi yang besar sehingga dapat dikatakan bahwa konten video edukasi yang diberikan dapat membuat responden memiliki frekuensi yang besar untuk dapat berkunjung serta melihat akun TikTok @drprasadja.

2. Durasi

Pada item pernyataan lima sampai dengan tujuh merupakan dimensi dari terpaan konten yang kedua yaitu durasi. Peneliti telah melakukan pengolahan data kepada 400 responden. Berdasarkan hasil pengolahan data untuk 400 responden, dari ketiga item pernyataan yang tersedia terdapat satu item pernyataan yang memiliki hasil tertinggi yaitu terletak pada pernyataan ke 5. Hasil pada item pernyataan ke 5 menampilkan bahwa sebanyak 215 responden atau dengan persentase sebesar 53,8% memilih setuju, sebesar 169 responden atau dengan persentase sebesar 42,3% memilih pilihan sangat setuju, lalu untuk pilihan tidak setuju diperoleh dari 13 responden atau dengan persentase sebesar 3,3% , dan yang terakhir ada 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih sangat tidak setuju.

Dengan hasil yang didapatkan maka sebanyak 384 responden atau dengan persentase sebesar 96,1% memilih untuk memperoleh informasi dengan durasi lebih banyak untuk mendapatkan ilmu didalam konten video edukasi @drprasadja didalam media sosial TikTok. Hal ini sesuai dengan definisi durasi yang telah diberikan oleh Menurut Ardianto (Ardianto E. K., 2017) yaitu dimensi durasi dapat diukur dengan cara berapa lama dalam rentang waktu seseorang itu menggunakan media dan mengkonsumsi dari isi media tersebut. Jika hal ini semakin lama maka semakin besar ia menyerap media tersebut. Hal ini sejalan dengan teori kultivasi

yang mengartikan bahwa media massa atau bisa juga disebut media sosial dapat membuat efek kepada responden atau individu karena adanya konsumsi informasi dalam jangka panjang atau dengan durasi yang lebih lama seperti yang dikatakan oleh Morrison (2018)

Mengetahui bahwa dari hasil pengolahan data pada 384 responden mengakses media sosial lebih sering atau dengan durasi yang lebih lama, maka dapat dikatakan bahwa konten video edukasi yang diberikan dapat membuat responden memiliki durasi yang lama untuk dapat berkunjung serta melihat akun TikTok @drprasadja.

3. Atensi

Pada item pernyataan delapan sampai dengan tiga belas merupakan dimensi dari terpaan konten yang ketiga yaitu atensi. Peneliti telah melakukan pengolahan data kepada 400 responden. Berdasarkan hasil pengolahan data untuk 400 responden dari ke enam item pernyataan yang dituliskan terdapat satu item pernyataan yang memperoleh hasil tertinggi yaitu terletak pada item pernyataan ke 11.

Hasil pada item pernyataan ke 11 menampilkan bahwa hasil data sebanyak 165 responden atau dengan persentase sebesar 41,3% yang memilih sangat setuju, lalu ada sebanyak 224 responden atau dengan persentase sebesar 56% yang memilih pilihan setuju, selanjutnya untuk pilihan tidak setuju ada sebanyak 9 responden atau dengan persentase sebesar 2,3% dan yang terakhir ada sebanyak 2 responden atau dengan persentase sebesar 0,5% yang memilih sangat tidak setuju pada pernyataan untuk item ke 11.

Dengan ini hasil menunjukkan bahwa dari total 400 responden ada sebanyak 389 atau dengan persentase sebesar 97,3% memperhatikan atau memberikan atensi lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh akun @drprasadja pada media sosial TikTok. Hal ini sesuai dengan definisi atensi yang telah diberikan oleh Menurut Ardianto (Ardianto E. K., 2017) yaitu Atensi dalam pengukuran dapat dilaksanakan serta dilihat dari tingkat perhatiannya atau proses dari mental pengguna tersebut dalam memperhatikan sebuah konten. Hal ini dilihat juga dari fokusnya seperti menonton dengan melakukan kegiatan – kegiatan lain, menonton

dengan tidak melakukan kegiatan lain, atau menonton dengan melakukan diskusi. Sehingga bisa disimpulkan bahwa hal ini dapat diukur dengan seberapa fokus dan *terinfluence* nya atensi orang terhadap suatu konten. Tidak hanya itu, hal ini juga sejalan dengan teori kultivasi yang sangat berkaitan dengan atensi, semakin besar atensi yang diberikan maka penanaman pemahaman serta persepsi juga akan semakin terserap maka hal tersebut dapat menimbulkan dampak terhadap individu seperti yang dikatakan oleh Morissan (Morissan, 2018).

Mengetahui bahwa dari hasil pengolahan data pada 389 responden mengakses media dengan atensi yang lebih besar, maka dapat dikatakan bahwa konten video edukasi yang diberikan dapat membuat responden memiliki ketertarikan sehingga ia dapat menjadikan konten edukasi @drprasadja menjadi fokus utama pada perhatiannya.

B. Kesadaran Kesehatan (Variabel Y)

Di dalam variabel Y atau variabel dependen penelitian ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana cara mengukur penelitian dengan berdasarkan pada berbagai item pernyataan – pernyataan yang telah diturunkan dari konsep penelitian ini yaitu kesadaran kesehatan untuk para pengikut dari @drprasadja dalam aplikasi TikTok. Indikator kesadaran kesehatan ini tentunya diturunkan mejadi beberapa dimensi. Menurut Soekidjo (Hasibuan, 2014), mengatakan ada 3 indikator kesadaran kesehatan yang dapat dilihat yaitu Pengetahuan tentang kesehatan, sikap terhadap kesehatan, dan yang terakhir adalah praktik kesehatan. Berikut akan dijelaskan berbagai item pertanyaan yang diturunkan dari berbagai dimensi tersebut, antara lain sebagai berikut:

1. Pengetahuan Tentang Kesehatan

Pada pernyataan satu hingga empat merupakan bagian dari pengetahuan tentang kesehatan yang merupakan dimensi pertama dari kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau variabel dependen penelitian, peneliti ini telah melakukan pengolahandata dari seluruh responden yaitu sebanyak 400 responden. Berdasarkan hasil pengolahan untuk 400 responden tersbebut, dari keempat item pernyataan terdapat 1 item yang pernyataan yang memperoleh hasil tertinggi yaitu

item pernyataan ke 2. Hasil pada item pernyataan ke 2 menampilkan bahwa ada sebanyak 236 responden atau dengan persentase sebesar 59% yang memilih sangat setuju, sebanyak 156 responden atau dengan persentase sebesar 39% memilih setuju, lalu ada sebanyak 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih sangat tidak setuju, serta dilanjut 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih tidak setuju dengan pernyataan item ke 2.

Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa dari sebanyak 400 responden yang mengisi kuisioner ini ada sebanyak 392 responden atau dengan persentase sebesar 98% memiliki pengetahuan tentang kesehatan sehingga setuju bahwa ia harus menjaga pola tidur yang sehat agar tidak terjerat masalah kesehatan seperti yang dikatakan oleh video edukasi dari akun TikTok @drprasadjia.

Hal ini sejalan dengan pengertian dari pengetahuan mengenai pengetahuan kesehatan yang didapatkan dari Soekidjo Notoatmojo (Hasibuan, 2014) dapat dilihat dengan dilihat dengan seberapa besar para *followers* mengetahui informasi edukasi mengenai kesehatan tidur dari konten video TikTok tersebut. Dalam hal tersebut dapat dikatakan bahwa para responden memiliki pengetahuan mengenai kesehatan tidur setelah mengakses dan terterpa video konten edukasi yang telah diberika oleh akun media sosial TikTok @drprasadjia, adapun pengetahuan kesehatan yang diperoleh itu merupakan bagaimana pengetahuan kesehatan mengenai kesehatan tidur sehingga mereka memahami apa saja ilmu dari kesehatan mengenai tidur yang baik dan juga benar untuk dilakukan.

2. Sikap terhadap Kesehatan

Pada item pernyataan ke lima sampai dengan pernyataan sembilan, termasuk kedalam bagian dari sikap terhadap kesehatan yang merupakan dimensi kedua dari kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau variabel dependen dalam penelitian ini. Peneliti telah melaksanakan pengolahan data untuk seluruh responden yang sebanyak 400. Berdasarkan hasil pengolahan data tersebut, dari keempat otem pernyataan yang dituliskan ada satu otem yang memperoleh hasil tertinggi yaitu merupakan item pernyataan ke 6 yang menampilkan hasil sebanyak 174 responden atau dengan persentase sebesar 43,5% yang memilih sangat setuju, lalu sebanyak 210 responden atau dengan persentase sebesar 52,5% yang

menyatakan bahwa responden setuju, selanjutnya ada 10 responden atau dengan persentase sebesar 2,5% memilih tidak setuju, dan yang terakhir ada sebanyak 6 responden atau dengan persentase sebesar 1,5% yang memilih sangat tidak setuju dalam pernyataan yang merupakan turunan dari dimensi ini.

Dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa dari total 400 responden yang mengisi kuisioner ada sebanyak 384 responden atau dengan persentase 96% menyetujui bahwa ia memiliki sikap terhadap kesadaran kesehatan tidurnya masing – masing responden. Sikap terhadap kesehatan yang diperoleh adalah bahwa responden memiliki sikap dalam merencanakan bagaimana menjaga kesehatan dirinya atau dengan spesifikasi kesehatan tidurnya. Hal ini sesuai dengan pengertian dari sikap terhadap kesehatan menurut Soekidjo Notoatmojo (Hasibuan, 2014) yang melihat dengan bagaimana sikap dari para *followers* apakah dapat menilai atau merencanakan tindakan untuk menjaga kesehatan tidurnya.

3. Praktik Kesehatan

Pada item pernyataan sepuluh sampai dengan ketiga belas, termasuk dalam bagian dari dimensi praktik kesehatan yang merupakan dimensi ketiga dari kesadaran kesehatan yang merupakan variabel Y atau variabel dependen penelitian ini. Peneliti telah melaksanakan pengolahan data untuk seluruh 400 responden. Berdasarkan dari hasil pengolahan data untuk 400 responden, dari ke empat item pernyataan yang dituliskan terdapat satu item yang memperoleh hasil tertinggi yaitu terletak pada item ke 11. Hasil pada item pernyataan ke 11 menampilkan bahwa hasil data sebanyak 165 responden atau dengan persentase sebesar 41,3% yang memilih sangat setuju, lalu ada sebanyak 224 responden atau dengan persentase sebesar 56% yang memilih pilihan setuju, selanjutnya untuk pilihan tidak setuju ada sebanyak 9 responden atau dengan persentase sebesar 2,3% dan yang terakhir ada sebanyak 2 responden atau dengan persentase sebesar 0.5% yang memilih sangat tidak setuju pada pernyataan ke 11.

Dengan hasil data tersebut menunjukkan bahwa dari total 400 responden yang mengisi pernyataan ini, sebanyak 389 atau dengan persentase sebesar 97,3% memperhatikan atau memberikan atensi lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh akun @drprasadja pada media sosial TikTok. Praktik kesehatan yang

didapatkan dalam dimensi ini adalah responden memiliki aksi terhadap kesadaran dari kesadaran responden terhadap kesehatannya seperti kesehatan tidur dengan melaksanakan prosedur bagaimana tidur yang baik dan benar atau dengan menjaga bagaimana agar tidak menjadi sebuah penyakit yang muncul karena kesehatan tidur yang buruk. Hal ini sesuai dengan pernyataan atau pengertian dari Notoatmojo Notoatmojo (Hasibuan, 2014) yang mengartikan bahwa adanya rangkaian kegiatan yang dilaksanaka oleh seorang individu mengenai kesehatan karena mereka menyadari pentingnya akan hal tersebut.

4.2.5. Terpaan Konten dan Kesadaran Kesehatan

Berdasarkan hasil penguraian deskripsi beserta kaitan hasil pembahasan dengan teori dan konsep yang digunakan oleh peneliti dalam melaksanakan penelitian yang berjudul Pengaruh Terpaan Konten Video Edukasi di Akun TikTok @drprasadja Terhadap Kesadaran Kesehatan Tidur (Analisis Deskriptif Terpaan Konten Video di Akun TikTok @drprasadja oleh *Followers*). Ditemukan hasil yang paling dominan merujuk pada hasil dari pengolahan data untuk 400 responden penelitian beserta hasil pengolahan data yaitu:

A. Pengaruh Terpaan Konten dan Kesadaran Kesehatan

Berdasarkan hasil pengolahan data ditemukan bahwa pengaruh terpaan konten merupakan yang merupakan variabel X atau dapat disebut juga dengan variabel independen dengan hasil tertinggi dibandingkan dengan berbagai dimensi pengaruh terpaan konten lainnya. Pengaruh terpaan konten dengan hasil tertinggi terletak pada item pernyataan 11. Hasil pada item pernyataan ke 11 menampilkan bahwa hasil data sebanyak 165 responden atau dengan persentase sebesar 41,3% yang memilih sangat setuju, lalu ada sebanyak 224 responden atau dengan persentase sebesar 56% yang memilih pilihan setuju, selanjutnya untuk pilihan tidak setuju ada sebanyak 9 responden atau dengan persentase sebesar 2,3% dan yang terakhir ada sebanyak 2 responden atau dengan persentase sebesar 0.5% yang memilih sangat tidak setuju pada pernyataan untuk item ke 11.

Dengan adanya hal tersebut dapat dikatakan dari 400 responden bahwa ada sebanyak 400 responden yang berpartisipasi ada 389 responden atau dengan persentase sebesar 97,3% memiliki atensi yang besar dikarenakan mereka memperhatikan lebih untuk konten video edukasi yang diberikan oleh akun media sosial TikTok @drprasadja. Maka dengan itu hal ini sejalan dengan pengertian atensi menurut Ardianto (Ardianto E. K., 2017) yang mengatakan bahwa atensi dalam pengukuran dapat dilaksanakan serta dilihat dari tingkat perhatiannya atau proses dari mental pengguna tersebut dalam memperhatikan sebuah konten dan bagaimana menjadikannya sebuah perhatian utama. Hal ini dilihat juga dari fokusnya seperti menonton dengan melakukan kegiatan – kegiatan lain, menonton dengan tidak melakukan kegiatan lain, atau menonton dengan melakukan diskusi. Sehingga bisa disimpulkan bahwa hal ini dapat diukur dengan seberapa fokus dan *terinfluence* nya atensi orang terhadap suatu konten.

- Selain dari hasil diatas, berdasarkan hasil pengolahan data untuk 400 responden penelitian ditemukan bahwa kesadaran kesehatan adalah variabel Y atau variabel dependen dalam penelitian ini. Pada variabel ini ada satu dimensi yang memiliki hasil tertinggi dibandingkan dengan pernyataan lainnya. Pernyataan tersebut datang dari dimensi pengetahuan mengenai kesehatan dan pernyataan item dua. Hasil pada item pernyataan ke 2 menampilkan bahwa ada sebanyak 236 responden atau dengan persentase sebesar 59% yang memilih sangat setuju, sebanyak 156 responden atau dengan persentase sebesar 39% memilih setuju, lalu ada sebanyak 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih sangat tidak setuju, serta dilanjut 3 responden atau dengan persentase sebesar 0,8% memilih tidak setuju dengan pernyataan item ke 2.

Dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa dari sebanyak 400 responden yang mengisi kuisioner ini ada sebanyak 392 responden atau dengan persentase sebesar 98%. Maka dari itu dapat dikatakan bahwa responden memang berniat untuk memiliki pengetahuan dan telah mendapatkan ilmu mengenai kesehatan sehingga hal tersebut dapat disimpulkan bahwa responden memiliki kesadaran kesehatan dikarenakan telah terterpa konten edukasi yang diberikan oleh akun media sosial TikTok @drprasadja. Hal ini juga sejalan dengan konsep yang telah dijelaskan oleh Soekidjo Notoatmojo yang mengatakan bahwa pengetahuan tentang

kesehatan dapat diartikan bahwa mereka mengetahui informasi mengenai edukasi dan mereka mengerti.



