

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pada masa globalisasi, teknologi mengalami perkembangan yang begitu cepat. Era tersebut bisa dikatakan sebagai Era digital yaitu dimana dunia sudah mengalami perkembangan dalam aspek kehidupan dalam dunia teknologi. Menurut Kominfo dunia teknologi dahulunya adalah analog sekarang menjadi serba digital. Pada era digital hal yang membuat perubahan itu semua adalah kemunculan dari teknologi internet (2022).

Dengan adanya Internet maka terbit alat komunikasi baru yaitu gawai atau atau *gadget*. Penggunaan gadget di Indonesia juga semakin berkembang tiap tahunnya seperti data yang diperoleh dari KEMENKOMINFO (Kementerian Komunikasi dan Informatika) sendiri mengungkapkan bahwa penggunaan gawai atau ponsel pintar di Indonesia mencapai 167 juta orang atau dengan persentase sebanyak 89 persen dari seluruh total umat penduduk Indonesia (2021) hal tersebut juga seimbang dengan penetrasi penggunaan jaringan dari internet di Indonesia yang telah menggapai angka 78,19% pada tahun 2023 yaitu sebanyak 215.616.15 pengguna internet dari 271. 773.901 total populasi penduduk Indonesia (APPJI, 2023).

Menurut We Are Social pada Website *datareportal* Masyarakat Indonesia menghabiskan waktu dalam menggunakan menggunakan gawai atau *smartphonenya* dengan durasi 7 jam 42 menit setiap harinya atau dengan kata lain, hampir sepertiga dari satu hari dihabiskan untuk mengakses internet. Adapun aplikasi yang paling sering dibuka setiap harinya yaitu adalah media sosial dengan durasi 3 jam 18 menit. Dengan itu maka dapat disimpulkan bahwa masyarakat Indonesia menggunakan gawainya untuk dapat mengakses media sosial dengan jaringan internetnya (Kemp, 2023)

Menurut data yang didapatkan dari We Are Social bahwa pemakai aktif pada bulan Januari 2022 dari sosial media di Indonesia mencapai 191 juta individu (2022). Peningkatan juga kerap terjadi di tiap tahunnya, dilihat dari tahun ke tahun

tidak ada angka pengguna yang menurun malah kerap naik. Pada dasarnya media sosial sendiri memiliki banyak bentuk, jenis, dan kegunaannya masing – masing. Maka dari itu banyak macam media untuk bersosialisasi yang kerap dipakai oleh warga negara Indonesia seperti WhatsApp dengan pengguna sebanyak 92,1% pengguna, lalu Instagram dengan pengguna sebanyak 86,5%, lalu juga ada TikTok dengan pengguna sebanyak 70,8% dari total seluruh pengguna internet Indonesia (Kemp, 2023).

Data terbaru yang telah ditunjukkan dapat menyimpulkan WhatsApp merupakan sarana media sosial yang terkenal pada kalangan warga negara Indonesia. Tetapi, media sosial dari TikTok memiliki perkembangan data yang paling signifikan diantara media sosial yang lainnya. TikTok pertamakali diluncurkan pada tahun 2016 lalu menginjakkan kakinya di Indonesia pada tahun 2017, saat itu pengguna TikTok hanya sekitar 20 juta orang didunia. Tetapi, TikTok berhasil mendapatkan platformnya tersebut telah menembus 1 miliar pengguna hanya dalam waktu 5 tahun saja yaitu pada tahun 2021 yang lalu. Berdasarkan pengamatan dari Chartr bahwa TikTok mengalahkan WhatsApp yang membutuhkan waktu sekitar 6 tahun 2 bulan untuk mencapai 1 miliar pengguna (Javier, 2021)

Kegunaan utama dari *social media* merupakan sesuatu yang berguna untuk bersosialisasi dan berkomunikasi, ada juga yang menjadikan *social media* untuk mendapatkan hiburan, dan mengetahui sebuah informasi – informasi hingga melaksanakan bisnis atau kegiatan jual – beli. Media sosial yang dapat hal tersebut diantaranya adalah media sosial TikTok. Sebagai media yang memiliki banyak kegunaan TikTok sendiri berbasis media audio visual yang berarti menampilkan foto, video, tulisan, dan juga dengan suara. Video – video tersebut biasa disebut dengan sebuah konten atau konten video. Konten video ini dibuat oleh seseorang pengguna yang biasanya disebut dengan content creator oleh sang pengguna TikTok tersebut.

Media sosial TikTok tergolong sebagai salah satu platform sosial yang paling sering dipakai saat masa pandemi menyerang dunia dan negara Indonesia, karena pada saat itu individu tidak bisa berpergian keluar rumah seperti biasanya untuk melakukan aktivitas maupun untuk menghibur diri sehingga mereka

menggunakan media sosial (2021). Menurut databoks.katadata yang dikutip dari *Business of Apps* (2022) TikTok sendiri memiliki pengguna di seluruh dunia mencapai 1,46 miliar pengguna aktif dan di Indonesia sendiri Media Sosial TikTok memiliki pengguna sebanyak 99 juta yang bermain secara aktif (2023).

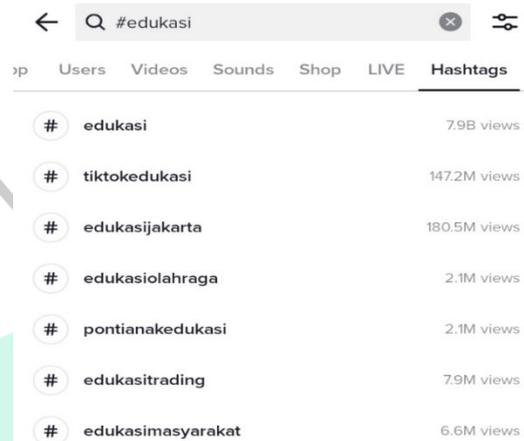
Pada perkembangan TikTok yang dibangun pada Indonesia ada beberapa kendala sebelum akhirnya dapat menembus angka yang telah disebutkan diatas. Pada awal perkembangan TikTok hanya berdurasi 15 detik saja dan hanya digunakan untuk hiburan – hiburan saja, tetapi titik masalah awal perkembangan ini berada pada tahun 2018, dimana TikTok diblokir oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo). Pemblokiran dilakukan lantaran adanya konten yang berbau negatif seperti pornografi, pelecehan, dan hal negatif lainnya. Selain itu, alasan pemblokiran juga dilakukan karena pengaturan umur yang terlalu dini untuk masyarakat Indonesia (Syarizka, 2020)

- Dalam pemberitaan Techniasia (2020) juga dikatakan bahwa penolakan media sosial TikTok juga hadir disaat pembuat video atau content creator Bowo Alpenliebe yang tenar di kalangan pengguna TikTok Indonesia dengan umur yang masih belia yaitu 12 tahun. Hal tersebut membuat kontroversi karena ia adalah anak yang dibawah umur, hal – hal tersebut yang membuat banyak pertimbangan masyarakat dalam menggunakan aplikasi TikTok. Dalam menangani hal tersebut pihak TikTok membuat perjanjian dengan Kemenkominfo Indonesia dengan membuat peraturan baru yaitu usia minimal penggunaan dinaikan menjadi 16 tahun dan melaksanakan pengawasan – pengawasan konten yang di unggah serta dibuat oleh kreator Indonesia.

Dengan adanya pengawasan yang dilakukan oleh pihak TikTok terhadap konten – konten Indonesia maka yang pada awalnya aplikasi ini menampilkan video konten hiburan saja mulai merambat ke topik – topik yang lainnya yaitu seperti kata dari Prosenjit & Anweson (2021) yang mengatakan bahwa TikTok memberikan konten seperti komedi, menari, bernyanyi, aktivitas harian apapun seperti makan pertemuan dan bahkan berita.

Maka dari itu TikTok tidak hanya untuk menjadi hiburan tetapi untuk dapat mengedukasi. Hal ini dapat disimpulkan karena dari data yang didapat melalui *hashtags* yang tercantum atau digunakan pada konten video tersebut. Hashtag

tersebut meliputi dari #edukasi sendiri sudah dilihat sebanyak 7.9 Miliar *Viewers* dan juga *hashtag* yang bersangkutan dengan edukasi semakin melonjak tinggi seperti data dibawah yang diambil pada aplikasi TikTok itu sendiri.



Hashtag	Views
# edukasi	7.9B views
# tiktokedukasi	147.2M views
# edukasijakarta	180.5M views
# edukasiolahraga	2.1M views
# pontianakedukasi	2.1M views
# edukasitrading	7.9M views
# edukasimasyarakat	6.6M views

Gambar 1.1. Data Hashtag Edukasi pada TikTok

Sumber: Dokumen Pribadi Peneliti

Tren konten video TikTok mengenai edukasi juga semakin diketahui oleh masyarakat luas, semakin banyak juga kreator yang akhirnya membuat akun untuk bisa memberikan konten video yang menginformasikan serta mengedukasi. Konten video tersebut banyak dilakukan oleh kreator yang memiliki sumber terpercaya tidak sedikit juga yang memberikan konten informasi yang mengedukasi ini adalah kreator yang *expert* di bidangnya.

Konten video edukasi menjadi salah satu bagian perubahan besar dari media sosial TikTok. Dengan adanya durasi yang juga semakin panjang yaitu 3 – 10 menit maka hal tersebut dimanfaatkan oleh para kreator untuk membuat video informasi yang mengedukasi. Seperti data yang didapatkan peneliti dari TikTok bahwa adanya macam – macam dari konten kreator seperti para *chef* yaitu ada kreator @willgoz, @devina.hermawan, @chefyongkigunawan, lalu juga ada konten kreator olahragawan seperti @gilangseiya, @ino_gaol. Selain dari konten kreator tersebut ada juga konten kreator yang membagikan informasi mengenai kesehatan yaitu para tenaga kesehatan.

Konten edukasi mengenai kesehatan menjadi hal yang menarik dilakukan saat membuka media sosial TikTok karena yang pada awalnya hanya menjadi hiburan. Konten edukasi kesehatan sangat membantu para pengguna TikTok, hal

tersebut dapat dilihat dari beberapa akun yang mengikuti kreator – kreator yang memberikan informasi mengenai kesehatan tersebut. Interaksi ini dapat dilihat dari pertanyaan – pertanyaan yang dilontarkan oleh para penggunanya. Maka konten edukasi kesehatan menjadi salah satu konten yang diminati. Kesehatan ini sendiri banyak sekali macam – macamnya.

Seperti yang telah diungkapkan bahwa kreator dari nakes ini juga bermacam – macam seperti hasil dari olahan peneliti yaitu ada beberapa macam video edukasi kesehatan seperti, ada dokter kecantikan seperti dokter @kamilajaidi, @dr.elgagiarmi, dan @dr.imelda__ , yang membagikan video edukasi soal kecantikan seperti cara mengatasi jerawat, lalu kandungan *skincare* yang baik dan bagus, serta memberikan saran mengenai kecantikan. Selanjutnya ada juga dokter yang membahas kesehatan anak seperti @bicasikecil, @meta.hanindita, dan @dokteranak_leonirma yang membahas septuran kesehatan anak, tidak hanya yang spesifik saja secara umum juga ada beberapa dokter yang berkecimpung yaitu dokter @aymanalts , @farhanzubedi, dan @dr.ziee.

Tidak hanya kreator dokter secara umum dan dikenal oleh masyarakat saja yang ikut berkarya dan memberikan edukasi tetapi juga ada dokter yang masih awam untuk dikenal seperti dokter spesialis somnologis tidur seperti yaitu Dokter Andreas Prasadja dengan nama akun @prasadja yang memiliki *followers* sebanyak 19 ribu. Dokter Andreas Prasadja ini memfokuskan akun TikToknya untuk memposting konten video mengenai kesehatan dari tidur atau mengenai Snoring and Sleeping disorder, ia sendiri memiliki gelar RPSGT yaitu *Registered Polysomno-graphic Technologist* dengan Bahasa Indonesia yaitu sebagai Praktisi Kesehatan Tidur.



Gambar 1.2. Profil TikTok @drprasadja
Sumber: Dokumen Pribadi

Menurut satu – satunya artikel mengenai data diri @drprasadja mengatakan bahwa @drprasadja memiliki nama panjang Andreas Prasadja dan gelar yaitu RPSGT yang akrab disapa dr. Ade. Ia merupakan seorangh dokter spesialis tidur atau somnologis . Ia mengemban pendidikan kedokteran umum pertama kali pada Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya pada tahun 90 an. Selanjutnya dr. Ade bekerja di Rumah Sakit Mitra Kemayoran sampai pada tahun 2002 ia mulai melakukan course atau sebuah kursus di Singapura Clinical Polysomnography and Sleep Medicine untuk belajar dasar *sleep medical* dan mulai terus tertarik dengan sleep medical ini. Setelah melakukan kursus pada Desember 2005, dr. Ade mengambil jurusan *Sleep Medical and Technology* di Universitas Sydney, Australia untuk mendalami sleep medical. Setelah selesai mengemban pendidikan di Sydney, dr. Ade berangkat ke amerika untuk melakukan ujian agar dapat diakui secara nasional dengan gelar RPSGT tersebut. Tidak sampai situ saja dr. Ade juga mengambil beberapa course setelahnya seperti *Advanced Course in Polysomnography and Sleep Medicine* di Singapore pada tahun 2009 lalu *Advanced PSG and Sleep Disorders Course*, *Sleep Asia* di Singapore pada tahun 2011 dan juga *Sleep School* di negara Singapore pada tahun 2011. (Kompas.com, 2008)

Dokter Andreas Prasadja sendiri dikatakan sebagai pelopor atau orang pertama yang menyandang gelar somnologis di Indonesia. Somnologis sendiri merupakan sebuah sebutan untuk dokter yang ahli mengatasi gangguan dari tidur tersebut. Dokter Andreas Prasadja merupakan dokter pertama yang menyandang gelar sebagai Dokter Spesialis Tidur sejak tahun 2005 yang lalu (Kenalkan dr Andreas, Dokter Spesialis Tidur pertama di Indonesia, 2022). Dr. Ade juga merupakan satu – satunya anggota dokter Indonesia yang tergabung di komunitas

American Academy of Sleep Medicine. Untuk karya sendiri dr. Ade juga menulis buku yang berjudul “Ayo Bangun!” yang membahas seputar tidur. Untuk saat ini dr. Andreas Prasadja tidak hanya melakukan praktik di Rumah Sakit Mitra Kemayoran pada bagian spesialisasi sleep disorder tetapi ia juga memiliki Snoring & Sleep Disorder di Menteng, Jakarta Selatan. (Kompas.com, 2011)

Disamping prestasi yang dimiliki ia memberikan edukasi tersebut ke beberapa media sosial tersebut di antara lain adalah Twitter, Instagram, dan yang aktif dimasa sekarang adalah media sosial TikTok. Di dalam TikToknya yang bernama @drprasadja, ia memberikan edukasi – edukasi mengenai kesehatan tidur secara luas.



Gambar 1.3. Konten @drprasadja pada akun TikTok
Sumber: Dokumen Pribadi

Tidur merupakan sesuatu kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seluruh insan individu karena tidur merupakan suatu kebutuhan yang harus terpenuhi. Agar dapat menjalani keseharian serta melakukan aktivitas yang baik maka dibutuhkan juga istirahat yang cukup. Menurut databoks (2022) untuk penyakit Obstructive Sleep Apnea untuk masyarakat Indonesia masih sangat tinggi yaitu sekitar 10.000.000 jiwa dan hampir seluruh jiwa tersebut tidak sadar bahwa hal itu bisa menjadi penyakit yang serius bagi dirinya. Seperti juga yang dikatakan oleh dokter Andreas Prasadja bahwa mereka yang berusia 50 tahun lalu tidur kurang dari 5 jam maka memiliki risiko lebih besar untuk terserang dua atau lebih penyakit

kronis (Prasadja, 2022). Menurut riset yang dilakukan oleh Zepp Health wanita dan pria Indonesia tidur hanya selama kurang lebih 6 jam saja, sedangkan untuk kriteria tidur yang baik dibutuhkan waktu tidur selama 7 – 8 jam setiap harinya (Nissa, 2022). Ditambah lagi masih banyak individu yang melaksanakan tidurnya diwaktu yang telat seperti terlalu malam atau dini pagi karena mengalami hambatan untuk beristirahat yang umumnya disebut dengan insomnia. Menurut dokter Welly (2018) pada tahun 2018 saja ada 28 juta orang yang menderita insomnia. Hal ini tentu juga menjadi salah satu kriteria tidur yang buruk.

Tidur memiliki kriteria untuk dapat mengukur mutu beristirahat atau tidur yang baik sehingga dapat melihat tingkat dari kualitas tidur unggul sampai dengan kualitas tidur yang kurang baik. Kriteria tidur tersebut dapat dijabarkan yang pertama dapat dilihat dari durasi waktu tidur per-malam yaitu membutuhkan 7 – 9 jam. Lalu kedua untuk jam nya sendiri disarankan tidak lebih dari jam 11 malam. Ketiga, yaitu posisi bantal yang sejajar dengan tulang punggung dengan ukuran bantal yang pas atau tidak terlalu tebal dan tipis. Keempat, yaitu tidur dengan lampu tidak menyala. Tidak mendengkur saat tidur juga menjadi kriteria yang baik tetapi seringkali tidak disadari oleh diri sendiri. (Indra, 2019)

Mendengkur menjadi salah satu penyakit yang timbul karena ketidakpekaan individu terhadap kegiatan tidur. Menurut Fakihan (A, 2016) , Tidur memiliki pengertian bahwa adanya suatu keadaan dimana individu yang tidak sadarkan diri karena perseptual individu kepada lingkungan yang tidak baik juga pada kondisi tersebut keadaan individu dapat disadarkan kembali dengan rangsangan – rangsangan yang pas sehingga dapat dikatakan tidur adalah keadaan badan dan kesadaran yang berhenti, yang dapat disimpulkan disaat individu tertidur mereka tidak sadarkan diri sehingga tidak mengetahui apa yang sedang terjadi disaat mereka tertidur. Sehingga individu tidak tersadar bahwa ia mendengkur disaat tidurnya. Padahal mendengkur merupakan penyakit dan gejala yang berbahaya untuk individu.

Dampaknya dari tidur yang buruk sendiri banyak macamnya tergantung dari tindakan tidak baik apa yang dilakukan. Jika individu tidak mencukupi waktu tidurnya maka dapat mengganggu sistem daya tubuh dan mengakibatkan munculnya penyakit – penyakit yang serius seperti diabetes, stroke, penyakit jantung, hipertensi

(Zahrani, 2022) . Tidak hanya itu bahkan 62% peluang yang menyebabkan wanita terkena kanker payudara adalah jika individu tersebut tidur kurang dari 6 jam. Kualitas tidur yang buruk juga dapat menyerang kesehatan mental. Kesehatan mental yang timbulkan seperti munculnya depresi, khawatir, dan juga rasa cemas (G, Wille, & Hemels, 2017;9).

Konten yang diberikan oleh akun @drprasadja sangat melekat dengan informasi mengenai kesehatan tidur. Dari data yang didapatkan peneliti melalui TikTok nya bahwa konten – konten yang diberikan sangat variatif yaitu seperti bagaimana cara mencegah, ciri – ciri penyakit tidur, dampak dari penyakit tidur, sampai juga contoh dari bagaimana penyakit *sleep apnea* atau dengkur tersebut. Di dalam salah satu konten @drprasadja, ia memberikan informasi kesehatan mengenai bagaimana cara mengatasi kantuk yang ternyata bahwa kantuk tidak dapat diatasi tetapi harus dicegah dengan pola tidur yang baik seperti tidur dengan durasi waktu bukan dengan mengkonsumsi kafein.

Maka dari itu memberikan edukasi melalui media sosial merupakan salah satu cara para professional melakukannya. Karena Kotler mengatakan media sosial adalah sebuah tempat bagi pengguna dalam membagikan pesan atau gambar, teks, suara, dan video yang terdapat informasi didalamnya untuk individu satu sama lain, perusahaan dan juga sebaliknya maka media sosial menjadi tempat sebagai tempat bertukar, memberikan, serta membagi informasi – informasi yang bermanfaat serta mengedukasi. Selain karena itu adalah salah satu wadah atau tempat ternyata memang banyak individu yang merasa teredukasi atau merasa terterpa karena adanya informasi yang ada di media sosial tersebut. Banyak individu terterpa ini karena beberapa faktor seperti informasi berbobot atau juga karena intensitas dari informasi tersebut muncul. Hampir seluruh media sosial membagikan informasi yang mengedukasi tidak terkecuali juga media sosial TikTok yang banyak memberikan video mengenai informasi yang mengedukasi dan membuat masyarakat terterpa informasi yang bermanfaat.

Sebelum melaksanakan penelitian ini peneliti sudah melaksanakan riset tinjauan dari pustaka yang juga memiliki keterkaitan serupa dengan topik yang sedang dilakukan. Oleh sebab itu berikut merupakan penelitian terdahulu yang serupa : Pertama, skripsi dengan judul “Pengaruh Terpaan Pemberitaan Covid19 di

Media Radio Suara Surabaya terhadap Tingkat Kesadaran Kesehatan dan Dampaknya terhadap Minat Berkunjung Masyarakat Surabaya ke Pulau Bali pada Masa Pandemi Covid19 (Studi Eksplanasi pada Masyarakat Kota Surabaya dengan Variabel Tingkat Kesadaran Kesehatan sebagai Variabel Intervening)” (Utami, 2022) Skripsi ini membahas mengenai terpaan media radio pada kalangan masyarakat Surabaya dengan teknik pengumpulan data dengan kuisisioner dengan jenis penelitian explanatory research dengan hasil bahwa pemberitaan covid – 19 mempengaruhi minat berkunjung masyarakat Surabaya ke pulau Bali.

Kedua, skripsi dengan judul “PENGARUH TERPAAN KONTEN @NGERTISAHAM TERHADAP MINAT ANAK MUDA BERINVESTASI SAHAM DI PASAR MODAL (Survey Pada *Followers* Akun Instagram @ngertisaham)” (Rohim, 2022). Skripsi ini membahas mengenai apakah terpaan dari media baru seperti Instagram dapat meningkatkan minat anak muda dengan cara penyebaran kuisisioner dan survey, pada penelitian ini dapat dikatakan bahwa terpaan konten saham dapat mempengaruhi minat investasi di kalangan anak muda.

Ketiga, skripsi dengan judul “PENGARUH KESADARAN KESEHATAN TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING PADA REMAJA SELAMA PANDEMIK COVID-19” (Riandiono, 2020)” . Membahas mengenai pengaruh kesadaran kesehatan terhadap suatu sikap dari remaja selama masa pandemi dengan cara penyebaran kuisisioner. Dari penelitian diatas mendapatkan hasil bahwa penelitian memiliki pengaruh antara kesadaran dengan *subjective well-being* pada remaja selama pandemi.

Maka dari itu penelitian ini dilaksanakan karena ingin melihat terpaan media dari media sosial TikTok yang diberikan oleh dr, Andreas prasadja dalam bentuk konten video edukasi mengenai kesehatan tidur mempengaruhi kesadaran kesehatan para *followersnya* tersebut. Perbedaan serta kebaruan dari penelitian adalah topik yang diangkat mengenai kesehatan yang lebih spesifik yaitu kesadaran kesehatan mengenai tidur.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang berada diatas, maka muncul rumusan masalah yang terdapat pada penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- a) Bagaimana pengaruh terpaan video konten edukasi di akun TikTok @drprasadja terhadap kesadaran kesehatan tidur bagi para *followersnya*?

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui apakah Konten Kreator TikTok Dr. Andreas Prasadja di dalam konten edukasinya dapat mempengaruhi kesadaran kesehatan tidur bagi para *followersnya*?

1.4. Manfaat Penelitian

Seusai penelitian ini rampung diteliti, dikehendaki temuan yang diperoleh dapat menyampaikan sebuah kontribusi atau manfaat. Adapun manfaat yang dihasratkan dapat diperoleh dari penelitian ini dan dapat dibagi ke dalam 2 kategori:

1.4.1. Manfaat Akademis

Penelitian ini bisa dijadikan ilmu pengetahuan mengenai kesehatan dari efek komunikasi audio visual yang dilakukan oleh seorang konten kreator serta juga dapat memperluas wawasan tentang kesehatan tidur. Temuan ini juga diharapkan dapat menjadi bahan bacaan atau referensi di penelitian selanjutnya. Penelitian ini diharapkan juga dapat membagikan efek positif terhadap perkembangan ilmu - ilmu komunikasi.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini bisa dijadikan sebuah acuan atau pembelajaran kreator (pembuat video) lain agar dapat memberikan edukasi yang lebih lagi, selain itu juga dapat memberikan edukasi tentang kesehatan tidur dan kebiasaan buruknya yang berdampak pada kesehatan tidur individu.

