

## **Abstrak**

Penelitian ini mengeksplorasi dampak edukasi kesehatan melalui media sosial, dengan fokus pada akun Instagram Yulia Baltschun. Yulia, sebagai influencer dan model kebugaran, memberikan berbagai konten termasuk tips diet, resep makanan, dan motivasi olahraga. Keberanian Yulia dalam berdebat dengan ahli menunjukkan kepercayaan dirinya dalam menyajikan informasi. Analisis konten membandingkan gaya penyampaian Yulia dengan influencer lain seperti Ade Rai dan Coach Regina. Yulia menggunakan animasi dan kecepatan bicara tinggi, sementara Ade Rai lebih tertulis dan lambat. Meskipun berbeda, keduanya memiliki tujuan serupa dalam mempromosikan gaya hidup sehat. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, paradigma post-positivisme kualitatif dan analisis isi deskriptif.

Dalam mengumpulkan data peneliti menggunakan metode observasi non-partisipan dan studi Pustaka terhadap akun Instagram @yuliabaltschun. Kesimpulannya, penelitian ini mencerminkan peran penting media sosial dan influencer dalam menyebarkan edukasi kesehatan. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya mencakup pendekatan yang beragam untuk lebih mendalami dampak dan efektivitas konten edukatif melalui platform digital.

**Kata Kunci:** Edukasi Kesehatan, Pola Diet, Konten Instagram, Analisis Konten, Gaya Hidup Sehat.