

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

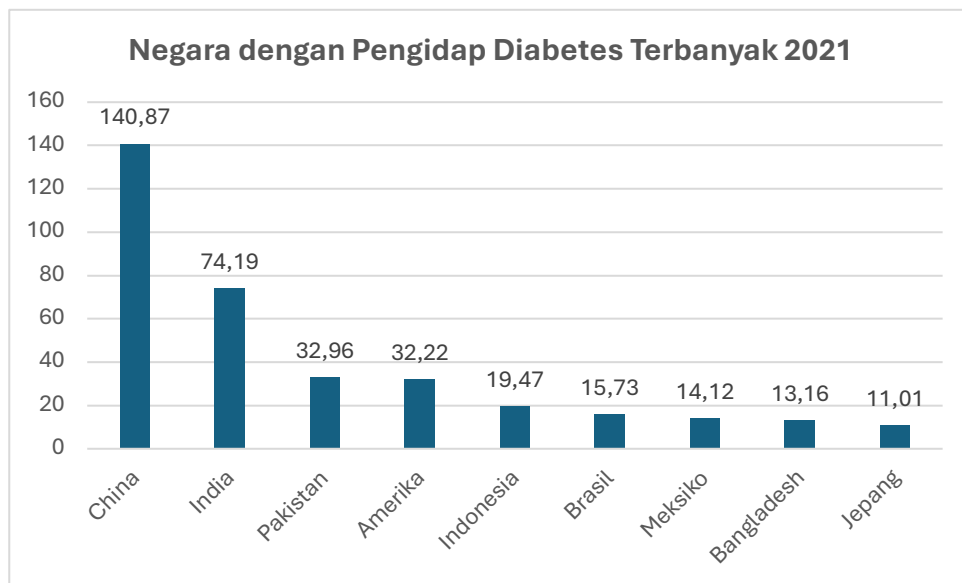
Gula telah menjadi salah satu pemanis utama yang banyak dikonsumsi masyarakat, namun konsumsi berlebih dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan terutama gangguan metabolisme yang berujung pada penyakit diabetes. Seiring meningkatnya kesadaran akan bahaya konsumsi gula yang berlebihan, masyarakat mulai mencari alternatif yang lebih sehat yaitu dengan mengganti gula. Stevia muncul sebagai pemanis alami yang diakui manfaatnya karena tidak menyebabkan gangguan metabolisme seperti gula biasa. Pemanis ini dianggap aman terutama bagi penderita diabetes, karena membantu menjaga kadar gula darah tetap stabil. Meskipun stevia memiliki potensi kesehatan jangka panjang, penggunaannya di Indonesia masih belum mampu secara signifikan menurunkan angka prevalensi diabetes. Hal ini disebabkan oleh minimnya informasi yang tersebar di masyarakat tentang manfaat stevia sebagai pengganti gula, sehingga kesadaran masyarakat mengenai alternatif pemanis yang lebih sehat masih terbatas (Nurrahman et al., 2024). Diabetes sendiri adalah penyakit kronis yang terus meningkat jumlah penderitanya di Indonesia, didorong oleh pola konsumsi gula yang tinggi dan rendahnya pengetahuan masyarakat akan pemanis alami.

Berdasarkan observasi penelitian, para penderita yang terkena penyakit diabetes disebabkan oleh pola gaya hidup yang tidak sehat karena mengonsumsi gula berlebih dari minuman dan makanan manis. Beberapa informan penderita diabetes dari kalangan dewasa dan orang tua menyebutkan bahwa mereka mendapatkan informasi mengenai stevia melalui akun Instagram @beeruindonesia. Mereka merasa terbantu dengan informasi yang disampaikan dan termotivasi untuk mengganti gula biasa dengan gula stevia, yang dirasa lebih sesuai dengan kebutuhan kesehatan mereka. Meskipun informasi mengenai kesehatan sudah disebarluaskan melalui media sosial, tidak semua penerima memahami dengan cara yang sama. Penderita diabetes, misalnya memiliki latar belakang pengalaman yang beragam yang memengaruhi pemahaman mereka terhadap pesan tersebut. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui bagaimana makna atas informasi tentang stevia terbentuk melalui media

sosial sebagai sarana komunikasi kesehatan. Selain itu, informasi dari akun tersebut membantu mereka menjaga gaya hidup sehat dan mengurangi risiko diabetes. Saat ini, stevia dipandang sebagai pemanis yang lebih aman dan memiliki risiko kesehatan yang lebih rendah dibandingkan gula biasa (Suhesti et al., 2021).

Risiko seseorang terkena diabetes dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berkaitan, seperti gaya hidup, riwayat keluarga yang memiliki diabetes, kurangnya aktivitas fisik, dan pola konsumsi gula yang tinggi secara terus-menerus. Dalam hal ini, tingginya konsumsi gula yang tidak diseimbangkan dengan aktivitas fisik akan berpengaruh pada munculnya resistensi insulin yang merupakan salah satu penyebab utama meningkatnya risiko terkena diabetes. Menurut ahli epidemiologi, terdapat beberapa gaya hidup yang secara signifikan berkaitan dengan tingkat risiko diabetes: rutinitas mengonsumsi makanan yang rendah atau tidak mengandung serat dapat meningkatkan risiko diabetes hingga tiga kali lipat. Selain itu, mengonsumsi minuman manis dengan kandungan gula yang tinggi dapat berisiko meningkatkan kemungkinan terkena diabetes sebesar 20-30% dan penambahan berat badan yang berkelanjutan juga berperan sebagai faktor risiko yang penting (Hardianto, 2020). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pola konsumsi gula yang berlebihan kini merupakan salah satu risiko terbesar untuk terjadinya penyakit diabetes dengan jumlah risiko 20-30% yang sangat berhubungan dengan gaya hidup seseorang.

Pengobatan diabetes umumnya melibatkan obat-obatan sintetik untuk mengontrol kadar gula, tetapi penggunaan obat tersebut dalam jangka panjang berpotensi menyebabkan efek samping yang memengaruhi kesehatan dan menurunkan kualitas hidup karena kandungan kimia di dalamnya. Oleh sebab itu, ada kebutuhan yang semakin besar akan bahan alami sebagai alternatif pengobatan dan pencegahan, salah satunya dengan daun stevia yang secara ilmiah diketahui memiliki senyawa aktif yang mampu mengontrol kadar gula darah sehingga menjadi pilihan yang lebih aman bagi penderita diabetes (Hardiati et al., 2023).



Gambar 1. 1 Negara dengan Pengidap Diabetes Terbanyak 2021

(Sumber: *International Diabetes Federation, 2021*)

Menurut data yang telah disampaikan oleh IDF terkait negara dengan pengidap diabetes terbanyak pada tahun 2021 dengan jumlah penderita diabetes hingga mencapai 19,5 juta orang. Angka tersebut akan dapat meningkat menjadi 28,5 juta pada tahun 2045.

Berkembangnya industri preventif dalam kesehatan menunjukkan meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya mencegah penyakit, bukan hanya sekedar mengobatinya setelah terjadi. Fokus utama dalam pencegahan ini adalah edukasi yang mendorong perubahan gaya hidup sehat. Sejalan dengan fenomena yang terjadi ini, berbagai akun media sosial mulai memanfaatkan potensi besar dari platform digital sebagai sarana untuk menyebarkan informasi kesehatan. Platform digital memberikan informasi kesehatan yang dapat dijangkau oleh banyak orang dengan cara yang lebih relevan atau sesuai dengan kebutuhan sehari-hari melalui konten yang menarik, mudah dipahami dan interaktif.

Komunikasi memiliki peran yang krusial dalam menghubungkan informasi kesehatan dengan kebutuhan masyarakat, khususnya pada fenomena yang terjadi seperti penyakit diabetes. Penyakit diabetes yang erat kaitannya dengan pola konsumsi dan gaya hidup membutuhkan penyampaian informasi yang jelas dan relevan. sosialisasi tentang alternatif seperti penggunaan stevia tidak hanya membutuhkan data

yang valid tetapi juga harus menggunakan pendekatan komunikasi yang mampu mengubah perilaku individu. Upaya komunikasi yang dilakukan meliputi penyampaian informasi yang didasarkan pada bukti ilmiah melalui berbagai bentuk penyampaian yang mudah dipahami serta komunikasi juga dapat membantu meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pencegahan penyakit melalui edukasi yang konsisten dan efektif. Media sosial berfungsi sebagai platform yang efektif untuk menyesuaikan pesan dan membangun koneksi langsung antara penerima informasi dan audiens. Dengan strategi komunikasi yang tepat, media sosial dapat memengaruhi keputusan masyarakat dalam memilih gaya hidup sehat dan solusi kesehatan yang lebih baik, termasuk pemanfaatan stevia sebagai pengganti gula.

Media sosial menjadi salah satu media dengan kemampuan untuk menjangkau audiens secara luas dan cepat, seperti Instagram yang memungkinkan komunikasi kesehatan dapat dilakukan secara interaktif. Pesan kesehatan yang disampaikan melalui media sosial dapat mencakup edukasi tentang gaya hidup sehat, pencegahan penyakit hingga mendapatkan solusi alami seperti stevia. Kunci dasar dari pesan yang efektif yaitu dengan melibatkan daya tarik visual, keterkaitan dengan kebutuhan masyarakat dan kredibilitas informasi yang dihasilkan. Dengan memanfaatkan fitur video edukasi, infografis serta interaksi langsung dengan pengikut, media sosial dapat membangun kesadaran sekaligus mendorong perubahan perilaku masyarakat mengenai kesehatan.

Efektivitas pesan yang disampaikan melalui media sosial tentu tidak terlepas dari berbagai tantangan yang dapat memengaruhi penerimaan dan pemahaman masyarakat. Salah satu tantangan utamanya yaitu penyebaran informasi yang tidak akurat yang bahkan dapat membuat masyarakat keliru karena tidak didasarkan pada data ilmiah yang valid. Oleh karena itu, sangat penting untuk memastikan bahwa setiap informasi yang dibagikan melalui media sosial yang telah diakui kebenarannya dari sumber penelitian yang valid dan pesan yang disampaikan tidak hanya mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap isu kesehatan, tetapi juga dapat mendorong perubahan perilaku positif melalui pemahaman yang sesuai.

Pemilihan akun media sosial perlu dilakukan komparasi dengan berbagai faktor yaitu, tingkat interaksi dan jangkauan audiens dari beberapa akun yang berfokus pada edukasi gaya hidup sehat, seperti akun @beeruindonesia dan @stetes_stevia. Akun @stetes_stevia adalah salah satu akun di media sosial yang aktif memberikan informasi mengenai manfaat stevia sebagai pemanis alami serta mempromosikan gaya hidup sehat. Akun tersebut memiliki pengikut sebesar 28 ribu dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat. Akun @beeruindonesia dipilih karena memiliki jangkauan audiens yang lebih luas, dengan jumlah pengikut mencapai 148 ribu, serta tingkat interaksi yang tinggi di kolom komentar, postingan dan fitur Instagram lainnya. Akun @beeruindonesia menonjol dalam hal keberagaman konten yang disajikan, seperti penggunaan video edukasi, testimoni dan kampanye gaya hidup sehat. Hal tersebut membuat akun @beeruindonesia lebih efektif dalam menarik perhatian dan membangun komunitas daring dibandingkan dengan akun @stetes_stevia yang lebih terbatas pada konten promosi produk. Dengan demikian, akun @beeruindonesia dianggap sebagai subjek penelitian yang lebih representatif untuk mengkaji efektivitas komunikasi kesehatan melalui media sosial.

Akun @beeruindonesia menjadi salah satu akun dengan pemanfaatan media sosial sebagai media yang efektif untuk menyampaikan berbagai informasi kesehatan, khususnya mengenai manfaat stevia sebagai pemanis alami yang lebih sehat bagi penderita diabetes dan masyarakat. Tidak hanya mengenai gula, tetapi informasi kesehatan lainnya juga disampaikan dalam akun tersebut, seperti rekomendasi beras yang aman untuk kesehatan serta bahan makanan lainnya yang mendukung pola hidup sehat. Penelitian ini memilih akun Instagram @beeruindonesia sebagai objek utama karena akun tersebut berfokus pada promosi produk kesehatan, terutama bagi penderita diabetes dan masyarakat yang ingin mencegah diabetes demi gaya hidup yang lebih sehat.

(Nurrahman et al., 2024) telah melakukan penelitian terdahulu dengan judul yang diteliti yaitu “Pengaruh Pembelian Ekstrak Daun Stevia Dalam Menjaga Kestabilan Gula Darah Penderita Diabetes” berfokus kepada pengaruh ekstrak daun stevia sebagai menjaga kestabilan gula darah dengan memfokuskan efektivitas senyawa pada stevia dalam mengontrol gula darah serta memperbaiki *profil lipid* (mengukur lemak pada

gula darah). Penelitian terdahulu yang telah dilakukan dan penelitian yang sedang diteliti oleh peneliti sama-sama menyebutkan bahwa penggunaan stevia masih rendah penggunaannya di Indonesia yang disebabkan kurangnya edukasi dan pemahaman kepada Masyarakat. Gap penelitian yang diangkat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana informasi tentang stevia dapat disampaikan melalui media sosial yang berfokus pada komunikasi kesehatan dan berbeda dengan penelitian terdahulu yang hanya membahas aspek kesehatan stevia

Penelitian terdahulu selanjutnya yang relevan dengan penelitian peneliti, telah dilakukan oleh (Weltya, 2023) yang berjudul “Analisis Resepsi Khalayak Mengenai Isu Kadar Gula pada Produk Es Teh Indonesia” berfokus pada bagaimana khalayak merespons dan memaknai isu kadar gula pada produk Es The Indonesia yang berkembang di media sosial. Penelitian tersebut meneliti dengan menilai pandangan konsumen terhadap isu yang diberikan melalui media sosial. Penelitian terdahulu belum mengeksplorasi bagaimana komunikasi memengaruhi persepsi khalayak terhadap isu kadar gula dalam produk es teh Indonesia. Penelitian ini membahas peran komunikasi kesehatan melalui media sosial dan membentuk pemahaman dan sikap masyarakat pada kadar gula dalam produk tersebut. Sebelumnya, penelitian lebih berfokus pada aspek formulasi produk dan pandangan konsumen tanpa mempertimbangkan bagaimana informasi tentang kadar gula disampaikan dan diterima oleh khalayak melalui media sosial.

Berbeda dengan kedua penelitian sebelumnya, penelitian ini berfokus pada pemanfaatan media sosial, khususnya akun @beeruindonesia sebagai media komunikasi kesehatan. Penelitian ini mengeksplorasi pemahaman penderita diabetes mengenai stevia sebagai pengganti gula. Fokus penelitian ini adalah pada efektivitas komunikasi yang mencakup daya tarik pesan yang disampaikan, kesesuaian informasi serta validitas informasi dan bagaimana elemen tersebut dapat memengaruhi keputusan pengguna. Dengan hal tersebut, penelitian ini menghadirkan perspektif baru yang belum dibahas dalam penelitian terdahulu, yaitu pentingnya komunikasi kesehatan dalam media sosial yang mendukung stevia sebagai pemanis alami bagi penderita diabetes.

Bukti empiris menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara efektif dapat mendukung peningkatan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan dan memberikan dukungan terhadap perilaku hidup sehat. Namun, dibalik keefektivitasan tersebut, terdapat tantangan terkait kualitas dan kredibilitas informasi yang disajikan. Tidak semua informasi yang diberikan memiliki validitas ilmiah, sehingga informasi yang salah dapat menyebar dengan cepat sehingga berdampak pada pengambilan keputusan masyarakat. Oleh karena itu, kualitas dan ketergantungan informasi yang disebar menjadi sangat krusial. Langkah-langkah ini diperlukan untuk memastikan bahwa informasi dari konten yang diterima oleh masyarakat harus akurat dengan pemantauan, evaluasi, dan peninjauan pertukaran informasi yang terjadi di masyarakat (Wahyuni et al., 2021).

Hadirnya internet saat ini seakan menjadi kebutuhan utama bagi manusia, mendukung dari berbagai aspek kehidupan. Selain itu internet juga menjadi salah satu sumber utama bagi masyarakat untuk mencari dan mendapatkan informasi melalui beragam konten yang disajikan. Dalam hal ini, akun @beeruindonesia menggunakan media sosial seperti Instagram untuk menyebarluaskan informasi berbentuk komunikasi kesehatan yang bermanfaat mengenai penyebaran penggunaan gula stevia sebagai gula pengganti bagi penderita diabetes.



Gambar 1. 2 Konten yang Sering Dikunjungi Masyarakat Indonesia 2023

(Sumber: Olahan data GoodStats, 2023)

Menurut survey yang telah dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), konten kesehatan menjadi paling banyak diakses oleh masyarakat Indonesia di Internet dengan 36,96% responden menyatakan sering mencari konten tersebut. Di posisi berikutnya, konten olahraga juga menarik perhatian cukup banyak yang telah diakses oleh 34,34% responden.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif melibatkan analisis data yang harus dilakukan secara teliti sehingga setiap data yang dihasilkan dapat diuraikan kembali menjadi penelitian yang lebih layak dan bermakna. Serta penelitian ini menggunakan teori resepsi yang dicetuska oleh Stuart Hall, teori sendiri dapat didefinisikan sebagai alur logika atau bisa disebut dengan penalaran yang terdiri dari beberapa kumpulan dari definisi, konsep dan proporsi yang disusun secara sistematis (Sugiyono, 2019). Peneliti menggunakan teori resepsi karena di dalam teori ini menjelaskan bahwa pengetahuan timbul melalui pengalaman individu. Dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti, teori ini dapat memberikan pemahaman mengenai pandangan penderita diabetes tentang gula stevia dan cara mereka berinteraksi dengan informasi yang diperoleh dari akun @beeruindonesia serta pengalaman mereka sendiri dalam menggunakan stevia.

Gula stevia memang memiliki berbagai macam manfaat bagi kesehatan, terutama karena kandungan alami yang dapat menjadi alternatif gula bagi penderita diabetes maupun individu yang ingin mengurangi konsumsi gula dalam kehidupan sehari-hari. Namun, tingkat penggunaannya di Indonesia masih tergolong rendah. Salah satu faktor utama yang menyebabkan rendahnya penggunaan stevia yaitu kurangnya informasi yang tersebar luas. Dalam hal ini, media sosial akun Instagram @beeruindonesia menjadi media yang efektif untuk menyebarkan informasi kesehatan dan dapat membentuk persepsi masyarakat tentang gula stevia.

Oleh karena itu, penelitian ini dibatasi pada subjek penderita diabetes tipe 2 yang mengikuti dan memahami akun Instagram @beeruindonesia serta memiliki pengalaman langsung dalam menggunakan stevia sebagai pemanis alami. Pemilihan subjek ini didasarkan pada keterlibatan mereka terhadap informasi kesehatan yang disampaikan oleh akun @beeruindonesia, sehingga dapat memberikan data yang

relevan untuk dianalisis. Informan dalam penelitian ini memiliki karakteristik sosio demografis yang serupa, yaitu berusia di antara 35 hingga 60 tahun, tinggal di wilayah urban (perkotaan) yang serta aktif menggunakan media sosial, khususnya instagram. Karakteristik tersebut dianggap penting agar informan mampu memahami, menanggapi dan memaknai pesan kesehatan yang disampaikan melalui media sosial.

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan urgensi dalam penelitian ini adalah permasalahan diabetes yang semakin meningkat, memerlukan adanya pendekatan komunikasi kesehatan yang efektif, tidak hanya dari edukasi tenaga medis tetapi juga membentuk pemahaman audiens terhadap alternatif pemanis alami seperti stevia. Meskipun stevia dikenal sebagai pemanis alami yang aman bagi penderita diabetes, informasi mengenai manfaat stevia belum tersebar secara luas di masyarakat. Padahal, media sosial seperti Instagram memiliki potensi yang besar dalam menyampaikan informasi kesehatan yang bersifat visual dan mudah dijangkau oleh masyarakat. Berdasarkan data dari We Are Social & Hootsuite (2023) dan juga menurut data dari Katadata Insight Center (2022), Sebagian besar pengguna media sosial termasuk 57% pengguna Instagram secara global dan lebih dari 42% pengguna internet di Indonesia memanfaatkan media sosial sebagai sumber informasi kesehatan yang mencakup gaya hidup sehat hingga pemanis alami seperti stevia. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya isu besar mengenai bagaimana masyarakat memahami informasi yang disampaikan melalui media digital.

Akun @beeruindonesia menjadi salah satu contoh platform Instagram yang aktif mengedukasi tentang gaya hidup sehat dan penggunaan stevia. Namun, sejauh mana informasi tersebut diterima dan di maknai oleh penderita diabetes. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk memahami bagaimana resepsi penderita diabetes terhadap informasi yang disampaikan akun @beeruindonesia, sekaligus menilai efektivitas media sosial dalam memengaruhi perubahan perilaku konsumsi gula di masyarakat. Untuk menjawab hal tersebut, penelitian ini dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap penderita diabetes yang membaca informasi konten akun @beeruindonesia untuk mengetahui bagaimana mereka memaknai informasi

mengenai stevia. Selain itu, data juga diperoleh dari dokumentasi konten Instagram yang dianalisis menggunakan konsep encoding dalam teori resepsi Stuart Hall.

1.2 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang akan diajukan, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Untuk mengetahui bagaimana resepsi penderita diabetes dalam memahami informasi mengenai gula stevia sebagai pemanis alami yang disampaikan oleh akun @beeruindonesia.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Mengacu pada penjelasan dalam latar belakang diatas, pertanyaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

“Bagaimana resepsi penderita diabetes terhadap penyampaian informasi gula stevia sebagai pemanis alami pada akun @beeruindonesia?”

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian yang dilakukan bermanfaat secara teoritis dengan harapan mampu menambah wawasan dan literatur ilmiah mengenai faktor penyebab diabetes dan solusi pencegahan diabetes dengan menggunakan bahan alami.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian yang dilakukan peneliti secara praktis mampu memberikan pemahaman yang lebih dalam bagi Masyarakat Indonesia mengenai pentingnya menjaga kesehatan dengan mencari informasi yang baik dan melakukan solusi bagi kesehatan yang tepat.

1.5 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama periode waktu dari bulan September hingga Desember 2024.

Tabel 1. 1 Waktu Penelitian

(Sumber : Olahan Data Peneliti, 2024)

NO	JENIS KEGIATAN	BULAN									
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
1	Penelitian Pendahuluan										
2	Seminar Judul										
3	Penyusunan Proposal										
4	Seminar Proposal										
5	Pengumpulan Data										
6	Pengolahan dan Analisis Data										
7	Ujian Skripsi										