

ABSTRAK

ANALISIS PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP KEPERCAYAAN KONSUMSI MAKANAN SEHAT (Studi Kasus *Followers* Akun Instagram @Nadialaydrus)

Oleh

GALANG YOPI ANWAR

Salah satu permasalahan yang masih terjadi pada remaja Indonesia adalah kepercayaan kesehatan yang rendah terutama dalam mengonsumsi makanan, remaja saat ini gemar sekali mengonsumsi makanan cepat saji yang dalam penyajiannya selalu diberi penyedap rasa secara berlebihan. Pola konsumsi seperti ini perlu di beri edukasi seperti konten yang dibuat oleh akun Instagram @nadialaydrus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh media sosial dalam konten Instagram @nadialaydrus terhadap kepercayaan konsumsi makanan sehat. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode survei yang bersifat deskriptif kuantitatif. Dalam penelitian ini terdapat 100 responden dari *follower* akun Instagram @nadialaydrus untuk dijadikan sampel penelitian, teknik yang dilakukan merupakan *probability sampling* yang mana jenisnya *simple random sampling*. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa bahwa konten kesehatan akun Instagram @nadialaydrus berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepercayaan konsumsi makanan sehat. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,611 sehingga besarnya kontribusi nilai pengaruh konten Instagram @nadialaydrus terhadap kepercayaan konsumsi makanan sehat yaitu 61,1% sedangkan sisanya 38,9% yang dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini. Kesimpulannya adalah Pengaruh media sosial terhadap konsumsi makanan sehat remaja sebesar 61,1% dan teori *health belief model* masih bisa digunakan pada era teknologi digital dan media sosial.

Kata Kunci : konsumsi makanan sehat, kepercayaan kesehatan remaja, konsumsi tidak sehat, edukasi kesehatan, penelitian konten @nadialaydrus

ABSTRACT

ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON CONFIDENCE IN HEALTHY FOOD CONSUMPTION (Case Study of Followers of the Instagram Account @Nadialaydrus)

By

GALANG YOPI ANWAR

One of the issues still occurring among Indonesian teenagers is the low health awareness, especially regarding food consumption. Currently, teenagers are fond of consuming fast food, which is often excessively seasoned. Consumption patterns like these need to be addressed through education, such as the content created by the Instagram account @nadialaydrus. This research aims to determine the extent of the influence of social media, specifically the content on Instagram @nadialaydrus, on the confidence in consuming healthy food. The method used in this research is a descriptive quantitative survey. There were 100 respondents selected from the followers of the Instagram account @nadialaydrus as the research sample, using simple random sampling as the probability sampling technique. The research results indicate that the health content on the @nadialaydrus Instagram account has a positive and significant impact on the confidence in consuming healthy food. The coefficient of determination is 0.611, indicating that the contribution of the influence of @nadialaydrus Instagram content to the confidence in consuming healthy food is 61.1%, while the remaining 38.9% is influenced by other factors outside of this study. The conclusion is that the influence of social media on adolescents' healthy food consumption is 61.1%, and the Health Belief Model theory can still be applied in the era of digital technology and social media.

Keywords: *healthy food consumption, teenage health confidence, unhealthy consumption, health education, @nadialaydrus content research.*