

# Social Media Campaign to Improve Knowledge and Attitude Towards Healthy Eating On Technical Engineering Department Universitas Gadjah Mada

Meia Audinah/Atiq Harka/Ribia Tutstsintain/Zainab  
[Universitas Gadjah Mada]

## INTRODUCTION

Tahun 2014 terdapat laporan 40% mahasiswa Departemen Teknik Mesin UGM gagal magang akibat kolesterol. Hasil survei didapatkan bahwa pemilihan makanan mahasiswa Sekolah Vokasi Teknik Mesin UGM kurang sehat. Fase menjadi mahasiswa merupakan awal seseorang untuk menentukan pilihan dan menyiapkan makanan secara mandiri<sup>1</sup>. Mahasiswa cenderung sedikit mengonsumsi buah dan sayur dan memilih makanan yang tidak sehat seperti konsumsi kue, *ice cream* dan berbagai makanan lain yang tinggi kalori dan rendah nutrisi<sup>2</sup>.

Internet merupakan media yang efektif untuk memberikan informasi kesehatan dan pencegahan penyakit pada usia dewasa muda sehingga intervensi melalui media sosial perlu untuk dilakukan<sup>3</sup>

## AIM / OBJECTIVE

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap tentang pola makan sehat pada mahasiswa Departemen Teknik Mesin Universitas Gadjah Mada setelah dilakukan program *social media campaign* tentang makanan sehat

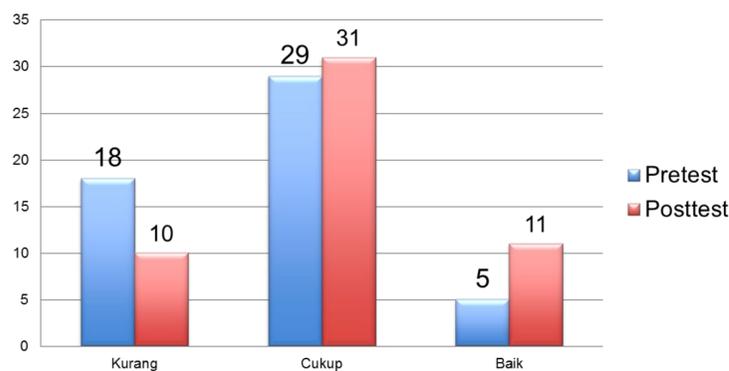
## METHODS

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan metode kuantitatif pre-post tes survei terhadap 52 mahasiswa. Pemilihan sample penelitian dengan purposif sampling. Analisis dilakukan dengan stata versi 13. Intervensi dilakukan selama 2 bulan pada Juni sampai dengan Juli 2018 melalui media sosial line dan instagram resmi organisasi keluarga mahasiswa Departemen Teknik Mesin Universitas Gadjah Mada.

## RESULT

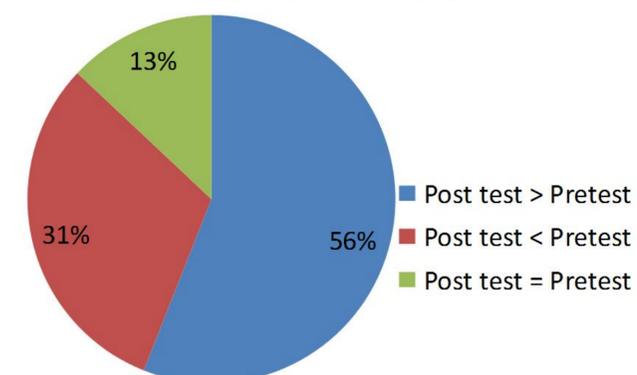
Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara skor pengetahuan pola makan sebelum dan setelah intervensi dengan tingkat signifikansi 0.03 (<0.05)

Tingkat pengetahuan sebelum dan setelah intervensi



Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada sikap pola makan sebelum dan setelah intervensi ( $p < 0.05$ ).

Skor Sikap pre-post test (%)



Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa penggunaan media sosial online memiliki pengaruh yang positif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai kesehatan<sup>4</sup>. Penayangan secara rutin dan berkelanjutan melalui *broadcast* menjadi faktor pendukung terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap terhadap pola makan sehat pada mahasiswa. Hal ini memungkinkan untuk meningkatkan peluang mahasiswa melihat media lebih sering dan mempraktikkan isi dari media tersebut<sup>5</sup>.

Konten yang diunggah ke media sosial dibuat menarik dan sesuai dengan momen tertentu. Hal tersebut juga mendukung terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap tersebut. Media informasi yang efektif perlu untuk memperhatikan *emotional tone* atau mengunggah emosional seseorang dan menggugah rasa ingin tahu, mudah dipahami, mudah diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari, dan berhubungan dengan kegiatan sasaran sasaran<sup>6</sup>. Media yang dibuat untuk program *Social Campaign* dinilai mudah untuk dipahami dan dapat memungkinkan sasaran dapat terlibat aktif didalamnya dengan memberikan *feedback* berupa komentar, pertanyaan, dan ajakan, sehingga komunikasi yang terbentuk adalah komunikasi dua arah yang dinilai efektif<sup>7</sup>.

Saluran informasi yang aktif, *up-to-date*, dan adanya jejaring sosial sesama mahasiswa didalamnya juga menjadi salah satu modal sosial yang dimiliki oleh Keluarga Mahasiswa DTM, yang mendukung keberhasilan program *Social Campaign* dalam meningkatkan perubahan positif dalam pengetahuan perilaku makan sehat<sup>8</sup>. Jejaring sosial pada komunitas mahasiswa memungkinkan intervensi menjangkau sasaran lebih luas dan memberikan pengaruh lebih besar terhadap sikap dan perilaku kesehatan komunitas<sup>9</sup>.

## Contoh gambar di media sosial



## CONCLUSIONS

Program *social media campaign* efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap pola makan sehat terutama pada kelompok mahasiswa khususnya mahasiswa Departemen Teknik Mesin Universitas Gadjah Mada.

## BIBLIOGRAPHY

- [1] Plotnikoff, R. C. Costigan, S. A., Williams, R. L., Hutchesson, M. J., Kennedy, S. G., Robards, S. L., Allen, J., Collins, C. E., Callister, R., Germov, John., 2015, Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review and meta-analysis, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), p. 45.
- [2] Downes, L., 2015, Physical Activity and Dietary Habits of College Students', *Journal for Nurse Practitioners*, Elsevier, Inc, 11(2), pp. 192–198.
- [3] Beck, F. Richard, J., Nguyen-Thanh, V., Montagni, I., Parizot, I., Renahy, E., 2014, Use of the Internet as a Health Information Resource Among French Young Adults: Results From a Nationally Representative Survey, *Journal of Medical Internet Research*, 16(5), p. e128.
- [4] Kim, H., & Xie, B., 2017, Health literacy in the eHealth era: A systematic review of the literature. *Patient Education and Counseling*, 100, pp. 1073–1082. doi: 10.1016/j.pec.2017.01.015
- [5] Tobey, L. N., Manore, M. M., 2014, Social Media and Nutrition Education: The Food Hero Experience, *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 46 (2), doi: 10.1016/j.jneb.2013.09.013
- [6] Beaunoyer, E., Arsenault, M. L., A. M., & Guittion, M. J., 2017, Understanding online health information: Evaluation, tools, and strategies, *Patient Education and Counseling*, 100 pp. 183–189. doi: 10.1016/j.pec.2016.08.028
- [7] Chung, J.A., 2015, Antismoking campaign videos on YouTube and audience response: Application of social media assessment metrics, *Computers in Human Behavior*, 51 pp: 114–121. doi: 10.1016/j.chb.2015.04.061
- [8] Scheppingen, A.R. V., Vroome, E. M. M. D, Ten Have, K. C. J. M., Bos, E.H., Zwetsloot, G.I.J.M., & Mechelen, W.V., 2014, Inducing a health-promoting change process within an organization: the effectiveness of a large-scale intervention on social capital, openness, and autonomous motivation toward health, *J. Occup. Environ. Med.* 56, pp.1128–1136, doi: 10.1097/JOM.000000000000299.
- [9] Olives, E.V., Windc, T. R., & Kawachil, 2018, Social capital interventions in public health: A systematic review. *Social Science & Medicine*. 212, pp. 203–218. doi: 10.1016/j.socscimed.2018.07.022