

PERSEPSI DAN SIKAP MAHASISWA TERHADAP RUBRIK GIZI DAN KESEHATAN DI MEDIA MASSA
(Studi pada mahasiswa FIK-UNJ dalam mempersepsi rubrik gizi dan kesehatan di beberapa media massa)

Aan Wasan
aan.wasan@gmail.com

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui persepsi dan sikap mahasiswa terhadap rubrik gizi dan kesehatan yang muat di media cetak. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan disain penelitian deskriptif analisis. Penelitian dilakukan di Kampus Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), Universitas Negeri. Pemilihan lokasi dilakukan secara sengaja (purposive) dengan pertimbangan, mahasiswa FIK memiliki intensitas gerak yang tinggi. Meski demikian, intensitas dengan media massa yang menyajikan tulisan tentang gizi dan kesehatan, jarang mereka lakukan. Hasilnya menunjukkan bahwa seluruh mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan yang menjadi responden dalam penelitian ini, memiliki persepsi baik terhadap rubrik gizi dan kesehatan yang disajikan media massa terbitan Jakarta. Sedangkan, mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki yang menjadi responden, memiliki persepsi yang berbeda, dimana 50 persen berpersepsi baik dan 50 persen berpersepsi sedang terhadap rubrik gizi dan kesehatan ini. Sedangkan sikap mereka terhadap rubrik tersebut, dapat dijelaskan bahwa seluruh responden perempuan bersikap positif terhadap. Dengan demikian, 75 persen responden memiliki persepsi positif terhadap rubrik tersebut, sedangkan sisanya atau 25 persen berpersepsi sedang. Hasil penenilaian ini juga menjelaskan tentang sikap responden, dimana 25 persen laki-laki memiliki sikap baik terhadap rubrik tersebut dan sisanya atau 75 persennya bersikap netral. Sementara itu, responden perempuan semuanya atau 100 persen memiliki sikap baik terhadap rubrik gizi dan kesehatan yang dimuat di media massa cetak.

Kata Kunci: Persepsi, Sikap, Rubrik Kesehatan.

PENDAHULUAN

Untuk melihat tingkat kesehatan seseorang Soejati menjelaskan dapat dilihat dari empat faktor yaitu lingkungan, perilaku, keturunan dan pelayanan kesehatan. Keempat faktor tersebut, lingkungan dan perilaku merupakan yang paling besar dalam mempengaruhi tingkat kesehatan masyarakat. Seiring perkembangan zaman, gaya hidup masyarakat, terutama pada remaja dan dewasa awal, mengalami perubahan yang sangat drastis yang cenderung tidak sehat. Aktivitas sehari-hari mereka relatif tinggi, disamping tuntutan pergaulan

yang membuat kebiasaan-kebiasaan tidak sehat seperti sering mengonsumsi *fast food*, tidak sempat sarapan pagi, merokok dan lebih banyak membuang waktu dalam ruangan sehingga tubuh mereka mengalami kekurangan gerak. Gaya hidup tidak sehat menimbulkan akibat negatif yang kadang tidak disadari oleh remaja maupun orang dewasa. Masalah kesehatan yang sering terkait dengan gaya hidup adalah munculnya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif seperti hipertensi, penyakit jantung dan diabetes justru penderitanya dari tahun ke tahun kian meningkat jumlahnya. Berdasarkan data tahun 2001

menunjukkan penyakit jantung dan pembuluh darah merupakan penyebab kematian utama di dunia. Keadaan tersebut masih berlangsung sampai sekarang dan menjadi penyebab kematian utama pada usia produktif dengan perbedaan antara wanita dan pria semakin sempit. Penyakit yang berhubungan dengan kardiovaskuler bukan hanya masalah di negara maju, tetapi di negara berkembangpun menunjukkan penyakit ini menjadi penyebab 86 persen dari kasus kematian.

Kelompok pada masa remaja dan masa dewasa muda merupakan salah satu titik kritis dari sudut pandang kesehatan. Pada periode usia tersebut kerap meniru sikap dan perilaku yang berpengaruh terhadap kesehatan. Remaja lebih mudah terpengaruh kegiatan-kegiatan yang merusak kesehatan. Di sisi lain, mereka juga memiliki peluang untuk menambah pengalaman yang berpengaruh terhadap kesehatan yang positif seperti olahraga dan pola makan yang sehat.

Usia remaja merupakan usia peralihan ke arah yang lebih matang atau dewasa. Mereka biasanya berusaha untuk menemukan model untuk mengidentifikasi dirinya. Banyak media yang mempengaruhi perilaku remaja, salah satunya adalah media massa. Menurut Chan dan Sam media massa merupakan sumber informasi yang penting bagi setiap orang. Banyaknya jumlah informasi yang diperoleh meningkatkan wawasan serta pola pikir yang lebih maju serta kreatif. Penelitian Supriyanti menunjukkan hubungan yang signifikan antara kebutuhan menggunakan majalah dengan motif kognitif dan perilaku remaja dalam menggunakan majalah. Kemajuan zaman dan teknologi menjadikan media massa semakin beragam, baik media cetak maupun elektronik. Di Indonesia, perkembangan media massa telah menjadi industri sejak kebebasan pers dijamin dengan Undang-Undang Nomor

40/1999 tentang Pers. Media cetak dan media elektroniksaling bersaing meningkatkan kualitasnya untuk menarik minat khalayak. Sebagai saluran komunikasi massa yang memiliki keterlibatan tinggi, media cetak memiliki keunggulan yaitu bentuknya ringkas, pembaca dapat mengatursendiri suasana, metode dan kecepatan pesan, pesan dapat diulang dan bisadisimpan sehingga bisa dibuka kembali saat diperlukan. Dengan kelebihan tersebut media cetak dapat bertahan di tengah pertumbuhan media elektronik yang luar biasa. Bahkan dalam Konferensi ke-60 Asosiasi Surat kabar Dunia (WAN) dan sidang ke-14 Forum Editor Dunia (WEF) di Cape Town tahun 2006 menemukan meningkatnya penetrasi internet justru membuat media cetak semakin dicari.

Media massa cetak dapat digunakan sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan. Media massa mampu mencapai banyak orang secara cepat sehingga pemanfaatannya dapat menyebarluaskan pesan kesehatan kepada semua orang. Bentuk promosi kesehatan lewat media cetak yang mudah ditemukan adalah rubrik kesehatan yaitu tulisan-tulisan pada surat kabar, tabloid dan majalah yang membahas suatu topik tentang kesehatan atau hal-hal yang terkait dengannya. Berbeda dengan jurnal-jurnal kesehatan yang disampaikan dengan bahasa ilmiah, rubrik kesehatan pada media cetak disajikan dalam tulisan populer, sehingga lebih mudah dipahami oleh orang awam. Materi kesehatan yang dimuat membahas beragam topik mulai dari jenis-jenis penyakit, epidemi penyakit, cara pengobatan dan pencegahannya, teknologi di bidang kedokteran, program kesehatan sampai *tips-tips* ringkas untuk mempertahankan stamina tubuh.

Pada tabloid dan majalah, halaman tersebut dilengkapi dengan gambar sebagai ilustrasi untuk meningkatkan pemahaman pembaca. Isi rubrik dapat

diasuh oleh redaksi media cetak atau oleh ahli-ahli di bidang kesehatan yang sudah terkenal dandiakui kemampuannya yang meningkatkan keyakinan pembaca. Pembaca rubrik kesehatan tidak mengenal batasan umur, kelompok ataupun jenis kelamin, artinya siapapun bisa menyukai rubrik tersebut. Hal ini terlihat dengan adanya rubrik gizi dan kesehatan yang tersebar merata pada surat kabar maupun pada media cetak yang sifatnya *segmented* seperti majalah dan tabloid. Rubrik kesehatan dapat ditemukan pada surat kabar nasional, misalnya pada harian Kompas, Republika dan Media Indonesia.

Rubrik serupa ditemukan lebih banyak dalam tabloid misalnya Nova, Nakita, Wanita Indonesia dan sebagainya. Dalam majalah misalnya Kartini, Femina, Nirmala dan Ayah Bunda serta yang lainnya. Ketika seseorang membaca surat kabar, tabloid atau majalah maka orang tersebut akan memberi penilaian terhadap apa yang dibacanya. Penilaian sangat dipengaruhi oleh nilai, harapan dan kebutuhan yang sifatnya sangat individual dan berbeda antar individu. Kondisi demikian oleh Sumarno disebut persepsi, yaitu cara pandang seseorang melihat realitas di luar dirinya atau lingkungan sekelilingnya yang ditentukan oleh stimulus yang diterimanya. Jika seseorang memiliki persepsi yang baik terhadap stimulus yang disajikan maka akan terbentuk kecenderungan bertindak atau sikap bahkan sampai perubahan perilaku. Penelitian Wahyuni terhadap konsumen rubrik kesehatan menunjukkan pembaca memanfaatkan info kesehatan yang ada di tabloid kesehatan. Perilaku yang tampak antara lain pola makan teratur, istirahat dan olahraga teratur dan kebiasaan menjaga lingkungan sehat.

Dengan demikian, peran media massa cukup tinggi dalam menyampaikan berbagai informasi. Mereka menerpa berbagai lapisan

masyarakat, termasuk mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Oleh karena itu, peneliti mencoba mendeskripsikan persepsi dan sikap mahasiswa FIK-UNJ terhadap rubrik kesehatan di majalah, koran dan tabloid yang mengulas tentang kesehatan.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode survei dengan disain penelitian deskriptif analisis. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK), Universitas Negeri Jakarta (UNJ). Pemilihan mahasiswa FIK UNJ sebagai populasi dilakukan secara sengaja (*purposive*) dengan pertimbangan mahasiswa FIK memiliki perhatian yang tinggi pada kesehatan. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui penggunaan media massa sebagai sumber informasi tentang kesehatan yang digunakan oleh mahasiswa. Selain itu kampus FIK yang ada di tengah kota memiliki akses yang cukup mudah terhadap tersedianya media cetak.

HASIL PENELITIAN

Persepsi Mahasiswa terhadap Rubrik Gizi dan Kesehatan. Pembaca media akan memberi penilaian terhadap apa yang dibacanya dan penilaian tersebut sangat dipengaruhi oleh nilai, harapan dan kebutuhan yang sifatnya sangat individual. Kondisi demikian oleh Sumarwan disebut persepsi, yaitu cara pandang seseorang melihat realitas di luar dirinya atau lingkungan yang ditentukan oleh stimulus. Dengan adanya stimulus maka konsumen memberikan perhatian sehingga dapat memiliki pemahaman. Dalam penelitian ini yang menjadi stimulus adalah adanya rubrik gizi dan kesehatan di media cetak baik surat kabar, majalah dan tabloid. Oleh sebab itu, pernyataan persepsi hanya dijawab oleh contoh yang pernah membaca rubrik gizi dan kesehatan.

Skor rata-rata persepsi contoh untuk setiap pernyataan persepsi disajikan pada tabel. Skor jawaban contoh rata-rata untuk tiap pernyataan berkisar antara 3 (ragu-ragu) sampai 5 (sangat setuju) jika pernyataan positif dan antara 3 (ragu-ragu) sampai 5 (sangat tidak setuju) jika pernyataan

negatif. Sebagian besar pernyataan persepsi untuk materi rubrik gizi dan kesehatan menunjukkan skor cukup besar, artinya secara umum contoh memiliki penilaian yang baik terhadap penyajian materi pada rubrik gizi dan kesehatan di media cetak.

Tabel 1. Skor Rata-rata Persepsi

No	Pernyataan Persepsi	Laki-laki	Perempuan	Total
Materi				
1	Rubrik gizi dan kesehatan menarik untuk dibaca	3,8	4,3	4,5
2	Topik-topik yang disajikan kurang aktual	2,4	2,7	2,5
3	Informasi yang disajikan dilengkapi data	4,5	4,7	4,6
4	Informasi gizi dan kesehatan dilengkapi dengan cara mempraktekkan	4,0	4,7	4,3
5	Istilah-istilah yang dipakai dapat dipahami	3,6	4,0	3,8
6	Secara umum isi rubrik gizi dan kesehatan mudah dimengerti	3,8	4,0	3,9
PENYAJIAN				
7	Gaya bahasa yang digunakan cukup kreatif	3,5	4,0	3,8
8	Penataan kalimat cukup baik	4,1	4,0	4,1
9	Artikel pada rubrik gizi dan kesehatan dilengkapi gambar	4,5	4,3	4,4
10	Gambar memperjelas isi rubrik	4,1	4,3	4,2
11	Gambar tidak sesuai dengan isi rubrik	2,4	2,0	2,2
12	Gambar tidak sesuai dengan sosiobudaya Indonesia	2,0	2,7	2,3
NARASUMBER/ PENULIS				
13	Penulis harus seorang dan kesehatan	4,1	4,3	4,2
14	Pengisi rubrik mencantumkan identitasnya	4,1	4,0	4,1
15	Penulis yang terkenal meningkatkan kepercayaan terhadap isi rubrik	4,4	4,0	4,2

Keterangan :

Skor antara 1 – 5

Pernyataan positif = nomor 1, 3-10, dan 13-15

Pernyataan negatif = nomor 2, 11 dan 12

Skor rata-rata jawaban contoh cukup tinggi terlihat pada pernyataan “Rubrik gizi dan kesehatan cukup menarik untuk dibaca” (4.5). Pernyataan tersebut adalah positif, maka hal ini menunjukkan contoh setuju rubrik menarik untuk dibaca karena informasi sangat bermanfaat jika diterapkan dalam kehidupan sehari-hari disamping dapat menambah pengetahuan. Skor rata-rata jawaban juga cukup tinggi untuk pernyataan “Gambar memperjelas isi rubrik” (4.2). Contoh setuju bahwa dengan adanya gambar-gambar pada halaman kesehatan di media cetak dapat memperjelas materi yang disajikan sehingga meningkatkan pemahaman

pembaca. Sebagai contoh pembaca akan lebih mudah menirukan gerakan senam jika disertai dengan gambar peragaan gerakannya dan informasi diet sehat yang menampilkan foto menu menarik akan menimbulkan keinginan untuk mencoba. Pernyataan negatif terkait gambar pada rubrik, yaitu “Gambar tidak sesuai dengan isi rubrik” dan “Gambar tidak sesuai dengan sosio-budaya Indonesia” masing-masing memiliki skor rata-rata 2,2 dan 2,3. Contoh tidak setuju pada kedua pernyataan tersebut, contoh menilai bahwa media cetak sudah mempertahankan kualitasnya dengan menyajikan gambar-gambar yang sesuai.

Jawaban setuju atau tidak setuju terhadap pernyataan persepsi memperlihatkan baik tidaknya persepsi contoh terhadap rubrik gizi dan kesehatan. Secara keseluruhan skor persepsi yang berkategori baik yang memiliki skor > 55 ada 75% dari seluruh responden. Pada tabel di bawah ini dapat dilihat bahwa 100% atau seluruh responden perempuan memiliki persepsi baik. Sedangkan responden laki-laki hanya 50%. Sedangkan sisanya laki-laki (50%) memiliki persepsi pada tingkat sedang.

Tabel 2. Sebaran Berdasarkan Tingkat Persepsi terhadap Rubrik Gizi dan Kesehatan

Tingkat Persepsi	Laki-laki	Perempuan	Total
Baik (>55)	50%	100%	75%
Sedang (35-55)	50%	-	25%
Kurang (<35)	-	-	-

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Sikap Mahasiswa terhadap Rubrik Gizi dan Kesehatan. Sikap adalah evaluasi konsep secara menyeluruh terhadap suatu objek oleh seseorang. Informasi kesehatan yang cocok untuk rentang usia dewasa muda adalah seputar diet dan perawatan tubuh karena pada periode ini dewasa muda dan remaja sedang menentukan model identifikasi berperilaku dan sangat tertarik untuk memperoleh bentuk tubuh ideal.

Tabel 3. Skor Rata-rata Sikap

No	Penyataan Sikap	Laki-laki	Perempuan	Total
1	Rubrik gizi dan kesehatan memberi manfaat pada diri saya	4,5	4,7	4,6
2	Informasi pada rubrik gizi dan kesehatan sesuai dengan kebutuhan saya	3,9	4,3	4,1
3	Menurut saya frekuensi	3,4	3,0	3,2

	pemuatan informasi gizi dan kesehatan di media cetak masih kurang			
4	Kemudahan cara penerapan informasi gizi dan kesehatan meningkatkan minat saya untuk membaca lebih lanjut	4,3	4,7	4,5
5	Saya tertarik untuk mencoba tips-tips kesehatan	4,4	4,7	4,5
6	Kalimat-kalimat pada rubrik gizi dan kesehatan membosankan	2,9	2,7	2,8
7	Saya tetap membaca rubrik gizi dan kesehatan walaupun banyak memakai istilah kedokteran	3,4	4,7	4,0
8	Menurut saya isi rubrik gizi dan kesehatan sangat lemah untuk diyakini kebenarannya	1,9	3,3	2,6
9	Saya selalu membaca rubrik gizi dan kesehatan yang saya temukan pada koran dan majalah	3,1	4,7	3,9
10	Saya lebih tertarik pada rubrik lain daripada rubrik gizi dan kesehatan	3,0	2,3	2,7

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Keterangan:

Skor antara 1-5

Pernyataan positif = nomor 1-2, 4-5, 7 dan 9

Pernyataan negatif = nomor 3, 6, 8 dan 10

Skor cukup besar menunjukkan contoh cenderung tidak setuju bahwa isi rubrik tidak dapat dipercayai oleh pembaca, dengan kata lain contoh meyakini kebenaran informasi yang dibacanya. Media sangat tergantung pada isi pesan, digunakan untuk apa, dalam bentuk apa, siapa yang menyampaikan,

siapa penerimanya dan sebagainya. Agar pesan dapat dipercaya dan akurat, maka harus didukung oleh data apalagi jika dilengkapi dengan data kualitatif.

Secara keseluruhan skor sikap berkisar antara 23-36 yang menunjukkan sikap netral ada 37,5% dari keseluruhan responden. Sedangkan sisanya ada 62,5% bersikap positif terhadap rubrik tersebut. Tabel di bawah ini menunjukkan sebagian besar contoh baik laki-laki (25%) dan perempuan (100%) atau semua responden perempuan memiliki sikap positif.

Tabel 4. Sikap Mahasiswa terhadap Rubrik Gizi dan kesehatan

Tingkat Sikap	Laki-laki	Perempuan	Total
Positif (>36)	25%	100%	62,5%
Netral (23-36)	75%	-	37,5%
Negatif (<23)	-	-	-

Sumber: Hasil Pengolahan Data

Laki-laki yang memiliki sikap netral menunjukkan proporsi cukup besar (75%), sedangkan pada perempuan sikap positif (100%) dari seluruh contoh. Dengan tidak satu pun laki-laki atau perempuan yang memiliki sikap negatif terhadap rubrik gizi dan kesehatan, hal ini menunjukkan bahwa semua responden mempunyai sikap yang lebih baik terhadap rubrik gizi dan kesehatan daripada contoh laki-laki.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardianto A, Erdinaya LK. 2004. *Komunikasi Massa Suatu Pengantar*. Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya.
- Cangara H. 1998. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Chan SM, Sam TT. 2006. *Analisis SWOT Kebijakan Pendidikan Era Otonomi Daerah*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- De Fleur ML, Ball-Rokeach S. 1982. *Theories of Mass Communication*, 4 ed. New York: Longman Inc.
- Effendy OU. 2002. *Hubungan Masyarakat: Suatu Studi Komunikologis*. Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya.
- Khomsan A. 2002. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kotler dan Armstrong. 2001. Kotler P, Armstrong G. *Prinsip-Prinsip Pemasaran*. Jilid 1. (D. Sihombing). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- McQuail D. 1987. *Teori Komunikasi Massa*, Edisi Ke-2. Dharma A dan Ram A, penerjemah. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Pranadji, 1988. *Pendidikan Gizi (Proses Belajar Mengajar)* [diktat]. Bogor: Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga, Fakultas Pertanian. Institut Pertanian Bogor.