

**HUBUNGAN TERPAAN MEDIA INSTAGRAM @NADIALAYDRUS  
MENGENAI DIABETES DENGAN SIKAP KESADARAN MENGURANGI  
KONSUMSI MAKANAN MANIS PADA GEN Z  
(STUDI KUANTITATIF PADA *LIKERS* INSTAGRAM @NADIALAYDRUS  
DALAM UNGGAHAN *REELS* 7 JANUARI 2025)**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi

**Disusun Oleh:**

**Nama :** Amanda Syavira

**NIM :** 1410621033

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUKUM  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2025**

## ABSTRAK

**Amanda Syavira, 1410621033, Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z (Studi Kuantitatif Pada *Likers* Instagram @nadialaydrus Dalam Unggahan *Reels* 7 Januari 2025). Skripsi. 214 Halaman; 23 Buku, 2009-2022; 28 Jurnal, 2016-2025; 9 Situs, 2020-2025. Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta, 2025.**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya jumlah penderita diabetes di Indonesia menurut International Diabetes Federation (IDF), yaitu peringkat lima dunia dan diprediksi kasus diabetes akan terus meningkat setiap tahunnya. Selain itu terdapat pula peningkatan prevalensi diabetes melitus (DM) pada kelompok usia produktif menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan terpaan media Instagram @nadialaydrus mengenai diabetes dengan sikap kesadaran mengurangi konsumsi makanan manis pada Gen Z dalam unggahan *reels* tanggal 7 Januari 2025.

Teori yang digunakan pada penelitian ini adalah teori kognitif sosial oleh Albert Bandura yang merupakan proses pembelajaran manusia melalui pengamatan atau *observational learning*. Terdapat empat tahapan dalam proses *observational learning*, yakni tahap perhatian, retensi, produksi perilaku, dan motivasi. Variabel pada penelitian ini adalah terpaan media dan sikap.

Jenis penelitian ini adalah eksplanatif dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* dengan menyebarkan survei berupa kuesioner. Jumlah responden sebanyak 100 yang merupakan *followers* dan *likers* unggahan *reels* Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji *univariate* dan *bivariate* yang terdiri dari uji normalitas, linearitas, dan korelasi *Pearson*.

Hasil penelitian menunjukkan dimensi tahapan terpaan memiliki nilai *mean* tertinggi dalam variabel terpaan media, sedangkan dimensi kognitif paling tinggi dalam variabel sikap. Data penelitian berdistribusi normal berdasarkan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*. Grafik *scatter plot* menunjukkan pola hubungan linear positif antara variabel terpaan media

dan sikap yang ditunjukkan oleh penyebaran titik dari kiri bawah ke kanan atas.

Penelitian ini diperkuat dengan hasil uji korelasi *Pearson* yang membuktikan adanya korelasi positif yang kuat dan signifikan antara terpaan media Instagram @nadialaydrus mengenai diabetes dengan sikap kesadaran mengurangi konsumsi makanan manis pada Gen Z. Nilai koefisien determinasi menunjukkan lebih dari setengah variasi sikap responden dapat dijelaskan oleh variabel terpaan media. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara terpaan media Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes dengan sikap kesadaran mengurangi konsumsi makanan manis pada Gen Z.

**Kata Kunci: Media Sosial, Instagram, Terpaan Media, Sikap, Gen Z, Diabetes**



*Intelligentia - Dignitas*

## ABSTRACT

***Amanda Syavira, 1410621033, The Relationship Between Instagram Media Exposure from @nodialaydrus About Diabetes and Gen Z's Awareness to Reduce Sweet Food Consumption (Quantitative Study on Likers of @nodialaydrus's Instagram Reels Post on January 7, 2025). Thesis. 214 Pages; 23 Books, 2009-2022; 28 Journals, 2016-2025; 9 Websites, 2020-2025. Communication Science Program, Faculty of Social Sciences and Law, Universitas Negeri Jakarta, 2025.***

*This research is motivated by the high number of diabetes patients in Indonesia according to the International Diabetes Federation (IDF), ranking fifth globally, with predictions that diabetes cases will continue to increase annually. Additionally, there is an increase in diabetes mellitus (DM) prevalence among productive age according to the Indonesian Health Survey (SKI). The purpose of this research is to examine the relationship between Instagram media exposure from @nodialaydrus regarding diabetes and awareness attitudes toward reducing sweet food consumption among Gen Z through reels posts dated January 7, 2025.*

*The theory used in this research is Albert Bandura's social cognitive theory, which explains human learning processes through observation or observational learning. There are four stages in the observational learning process, which is attention, retention, production, and motivation. The variables in this research are media exposure and attitudes.*

*This research uses an explanation approach with quantitative methods. Sampling was selected using purposive sampling by distributing surveys in the form of questionnaires. The total number of respondents was 100, consisting of followers and likers of the Instagram @nodialaydrus reels post dated January 7, 2025, about diabetes. The collected data was then analyzed using univariate and bivariate tests, including normality tests, linearity tests, and Pearson correlation tests.*

*The research results show that the exposure state dimension has the highest mean value in the media exposure variable, while the cognitive dimension is highest in the attitude variable. The research data is normally distributed based on the Kolmogorov-Smirnov normality test. The scatter plot graph shows a positive linear relationship pattern between media exposure and attitude variables, indicated by the distribution of points from bottom left to top right.*

*This research is strengthened by Pearson correlation test results that prove a strong and significant positive correlation between Instagram media exposure from @nadialaydrus regarding diabetes and awareness attitudes toward reducing sweet food consumption among Gen Z. The coefficient of determination indicates that more than half of the variation in respondents attitudes can be explained by media exposure variable. The conclusion of this research is that there is a relationship between Instagram media exposure from @nadialaydrus dated January 7, 2025, regarding diabetes and awareness attitudes toward reducing sweet food consumption among Gen Z.*

**Keywords:** Social Media, Instagram, Media Exposure, Attitude, Gen Z, Diabetes



*Intelligentia - Dignitas*



## LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum

Universitas Negeri Jakarta



Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D  
NIP.198107182008011016

| No. | Nama                                                                            | Tanda Tangan                                                                                   | Tanggal             |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 1.  | Sandy Allifiansyah, M.A., Ph.D.<br>NIP.199106022024061002<br>Ketua Sidang       | <br>.....    | 29/07/2025<br>..... |
| 2.  | Dr. Marisa Puspita Sary, M.Si.<br>NIP.197803182008012010<br>Sekretaris          | <br>.....   | 29/07/2025<br>..... |
| 3.  | Dr. Maulina Larasati Putri, M.I.Kom.<br>NIP. 198101142005012002<br>Penguji Ahli | <br>..... | 31/07/2025<br>..... |
| 4.  | Dr. Kinkin Yuliaty S. P., M.Si.<br>NIP. 197311212006042001<br>Pembimbing I      | <br>.....  | 30/07/2025<br>..... |
| 5.  | Dr. M. Fikri Akbar, M. Si, M. M.<br>NIP. 198705302024061001<br>Pembimbing II    | <br>.....  | 29/07/2025<br>..... |

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Amanda Syavira  
NIM : 1410621033  
Program Studi : Ilmu Komunikasi  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Hukum  
Judul KA : Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus  
Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran  
Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z  
(Studi Kuantitatif Pada *Likers* Instagram  
@nadialaydrus Dalam Unggahan *Reels* 7 Januari  
2025)

Dengan ini menyatakan bahwa saya memastikan Karya Ilmiah saya yang berjudul **“Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z (Studi Kuantitatif Pada *Likers* Instagram @nadialaydrus Dalam Unggahan *Reels* 7 Januari 2025)”** merupakan karya saya sendiri. Saya memastikan bahwa Karya Ilmiah saya ini bukan merupakan hasil tiruan, saduran, atau terjemahan dari karya orang lain.

Jika di kemudian hari Karya Ilmiah saya melanggar ketentuan orisinalitas, saya siap menerima sanksi yang diberikan oleh pihak program studi maupun pihak universitas.

Jakarta, 28 Juli 2025



Amanda Syavira  
NIM. 1410621033





KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Amanda Syavira  
NIM : 1410621033  
Fakultas/Prodi : Ilmu Sosial dan Hukum/Ilmu Komunikasi  
Alamat email : amandaasyavira@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi

Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z (Studi Kuantitatif Pada *Likers* Instagram @nadialaydrus Dalam

Unggahan *Reels* 7 Januari 2025)

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 3 Agustus 2025

Penulis

( Amanda Syavira )



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT dengan segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian berjudul "Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z (Studi Kuantitatif Pada *Likers* Instagram @nadialaydrus Dalam Unggahan *Reels* 7 Januari 2025)." Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada Program Strata-1 Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta.

Proses penyusunan skripsi tentu tidak lepas dari dukungan serta doa dari berbagai pihak, terutama kedua orang tua peneliti. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada Ibu Sulastris dan Bapak Mahmud selaku orang tua peneliti yang senantiasa memberikan doa dan dukungan penuh kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi. Peneliti juga ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta, beserta para Wakil Rektor: Prof. Dr. Ifan Iskandar, M.Hum. (Wakil Rektor I) Universitas Negeri Jakarta, Prof. Dr. Ari Saptono, S.E., M.Pd. (Wakil Rektor II) Universitas Negeri Jakarta, Prof. Dr. Fahrurrozi, M.Pd. (Wakil Rektor III) Universitas Negeri Jakarta, serta Dr. Andy Hadiyanto, M.A. (Wakil Rektor IV) Universitas Negeri Jakarta.
2. Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta, serta Para Wakil Dekan: Dr. Kurniawati, M.Si. (Wakil Dekan I) Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta, Dr. Aris Munandar, M.Si. (Wakil Dekan II) Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta, dan Dr. Elisabeth Nugrahaeni P., M.Si. (Wakil Dekan III) Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta.

3. Dr. Dini Safitri, M.Si. selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta.
4. Dr. Marisa Puspita Sary, M.Si., Sandy Allifiansyah, M.A., Ph.D., dan Mega Ayu Permatasari, M.Si. selaku Koordinator Skripsi Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta.
5. Dr. Kinkin Yuliaty S.P., M.Si. selaku dosen pembimbing pertama dan Dr. M. Fikri Akbar, M.Si, M.M. selaku dosen pembimbing kedua yang telah membantu, meluangkan waktu dan tenaga, serta memberikan arahan kepada peneliti dalam proses penyusunan skripsi dari awal hingga akhir penelitian.
6. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta, Dr. Dini Safitri, M.Si., Dr. Marisa Puspita Sary, M.Si., Dr. Kinkin Yuliaty S.P., M.Si., Dr. Maulina Larasati Putri, M.I.Kom., Dr. Wiratri Anindhita, M.Sc., Nada Arina Romli, M.I.Kom., Dr. Elisabeth Nugrahaeni P., M.Si., Dr. Vera Wijayanti Sutjipto, M.Si., Sandy Allifiansyah, M.A., Ph.D., Dr. M. Fikri Akbar, M.Si, M.M., Mega Ayu Permatasari, M.Si., dan Noprita Herari, M.I.Kom. yang telah memberikan ilmu dan membimbing peneliti selama masa perkuliahan.
7. Teman-teman mahasiswa/i Prodi Strata-1 Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021.

Dalam proses penyusunan skripsi, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna dan terdapat kekurangan. Peneliti sangat terbuka dalam menerima saran serta kritik yang bersifat membangun untuk penelitian ini.

*Intelligentia - Dignitas*

Jakarta, 28 Juli 2025

Peneliti

Amanda Syavira  
NIM. 1410621033

## DAFTAR ISI

|                                                                      |             |
|----------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                 | <b>i</b>    |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                                | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....</b>                               | <b>v</b>    |
| <b>SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....</b>                    | <b>vi</b>   |
| <b>SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>                  | <b>vii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                                          | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                              | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                                           | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                                             | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR GRAFIK.....</b>                                            | <b>xxiv</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                                       | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang.....                                              | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                            | 28          |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                                           | 30          |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                                          | 31          |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>                                   | <b>33</b>   |
| 2.1 Tinjauan Teoritis .....                                          | 33          |
| 2.1.1 Teori Kognitif Sosial ( <i>Social Cognitive Theory</i> ) ..... | 33          |
| 2.2 Tinjauan Konseptual .....                                        | 36          |
| 2.2.1 Komunikasi Massa.....                                          | 36          |
| 2.3 Variabel Penelitian .....                                        | 38          |
| 2.3.1 Terpaan Media.....                                             | 38          |
| 2.3.2 Sikap.....                                                     | 43          |
| 2.4 Kajian Literatur.....                                            | 46          |
| 2.5 Hipotesis Teori.....                                             | 62          |
| 2.6 Model Penelitian.....                                            | 62          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>                                | <b>64</b>   |
| 3.1 Paradigma Penelitian .....                                       | 64          |
| 3.2 Metode Penelitian .....                                          | 64          |

|                                                                                                                                                                              |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.3 Pendekatan Penelitian .....                                                                                                                                              | 65        |
| 3.4 Jenis Penelitian .....                                                                                                                                                   | 67        |
| 3.5 Populasi, Sampel, dan Teknik Penarikan Sampel .....                                                                                                                      | 67        |
| 3.5.1 Populasi.....                                                                                                                                                          | 67        |
| 3.5.2 Sampel .....                                                                                                                                                           | 68        |
| 3.5.3 Ukuran Sampel.....                                                                                                                                                     | 69        |
| 3.5.4 Teknik Penarikan Sampel .....                                                                                                                                          | 70        |
| 3.6 Pengujian Hipotesis.....                                                                                                                                                 | 72        |
| 3.6.1 Hipotesis Riset.....                                                                                                                                                   | 72        |
| 3.6.2 Hipotesis Statistik .....                                                                                                                                              | 73        |
| 3.7 Metode Pengumpulan Data .....                                                                                                                                            | 73        |
| 3.7.1 Data Primer.....                                                                                                                                                       | 73        |
| 3.8 Validitas dan Reliabilitas .....                                                                                                                                         | 76        |
| 3.8.1 Uji Validitas .....                                                                                                                                                    | 76        |
| 3.8.2 Reliabilitas .....                                                                                                                                                     | 78        |
| 3.9 Metode Analisis Data .....                                                                                                                                               | 82        |
| 3.9.1 <i>Univariate</i> .....                                                                                                                                                | 82        |
| 3.9.2 <i>Bivariate</i> .....                                                                                                                                                 | 83        |
| 3.10 Definisi Operasional.....                                                                                                                                               | 87        |
| 3.10.1 Terpaan Media .....                                                                                                                                                   | 87        |
| 3.10.2 Sikap.....                                                                                                                                                            | 91        |
| 3.11 Waktu dan Tempat Penelitian.....                                                                                                                                        | 95        |
| 3.12 Keterbatasan dan Kelemahan Penelitian .....                                                                                                                             | 95        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN .....</b>                                                                                                                          | <b>97</b> |
| 4.1 Hasil Penelitian .....                                                                                                                                                   | 97        |
| 4.1.1 Hasil Penelitian Terpaan Media Instagram @nadialaydrus<br>Mengenai Diabetes Dalam Unggahan <i>Reels</i> Tanggal 7<br>Januari 2025.....                                 | 97        |
| 4.1.2 Hasil Penelitian Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi<br>Makanan Manis Pada Gen Z Dalam Unggahan <i>Reels</i> di<br>Instagram @nadialaydrus Tanggal 7 Januari 2025..... | 148       |



|                                                                                                                                                                                                                      |            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.1.3 Hasil Penelitian Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z Dalam Unggahan <i>Reels</i> Tanggal 7 Januari 2025.      | 181        |
| 4.2 Pembahasan Penelitian .....                                                                                                                                                                                      | 186        |
| 4.2.1 Pembahasan Penelitian Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dalam Unggahan <i>Reels</i> Tanggal 7 Januari 2025 .....                                                                         | 186        |
| 4.2.2 Pembahasan Penelitian Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z Dalam Unggahan <i>Reels</i> di Instagram @nadialaydrus Tanggal 7 Januari 2025 .....                                         | 191        |
| 4.2.3 Pembahasan Penelitian Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z Dalam Unggahan <i>Reels</i> Tanggal 7 Januari 2025. | 196        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>                                                                                                                                                                                            | <b>212</b> |
| 5.1 Kesimpulan .....                                                                                                                                                                                                 | 212        |
| 5.2 Saran.....                                                                                                                                                                                                       | 213        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                                                                                                                                          | <b>215</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                                                                                                                                                                                                 | <b>xxv</b> |

*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR GAMBAR

|              |                                                                                                                                                                                                |    |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1.1   | Overview Aplikasi Instagram.....                                                                                                                                                               | 4  |
| Gambar 1.2   | Postingan Instagram @pandemictalks Tentang Curhatan Mengenai Diabetes.....                                                                                                                     | 6  |
| Gambar 1.3   | Overview Akun Instagram @nadialaydrus.....                                                                                                                                                     | 12 |
| Gambar 1.4   | Konten Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Pada Gen Z.....                                                                                                                               | 14 |
| Gambar 1.5   | Usia Responden.....                                                                                                                                                                            | 22 |
| Gambar 1.6   | Jenis Kelamin Responden.....                                                                                                                                                                   | 23 |
| Gambar 1.7   | Pertanyaan Mengenai Apakah Responden Mengetahui Bahwa Diabetes Dapat Menyerang Usia Muda Khususnya Gen Z.....                                                                                  | 24 |
| Gambar 1.8   | Pertanyaan Mengenai Apakah Gen Z Saat Ini Lebih Tertarik Pada Makanan yang Memiliki Rasa Manis.....                                                                                            | 25 |
| Gambar 1.9   | Pertanyaan Mengenai Apakah Konsumsi Makanan Manis dan Tinggi Gula Berdampak Pada Risiko Diabetes.....                                                                                          | 26 |
| Gambar 1.10  | Pertanyaan Mengenai Apakah Gen Z Cenderung Mengabaikan Risiko Diabetes Karena Menganggap Penyakit Ini Hanya Menyerang Orang Tua.....                                                           | 27 |
| Gambar 2.6.1 | Model Penelitian Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z Dalam Unggahan Reels 7 Januari 2025..... | 62 |

## DAFTAR TABEL

|           |                                                                                                                                                                                                         |    |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1.1 | Perbandingan Akun Instagram dokter Nadia Alaydrus dan dokter Kevin Mak.....                                                                                                                             | 17 |
| Tabel 2.1 | Penelitian Terdahulu.....                                                                                                                                                                               | 55 |
| Tabel 3.1 | Skala Interval dalam Kuesioner.....                                                                                                                                                                     | 74 |
| Tabel 3.2 | Validitas Variabel Terpaan Media (X).....                                                                                                                                                               | 77 |
| Tabel 3.3 | Validitas Variabel Sikap (Y).....                                                                                                                                                                       | 78 |
| Tabel 3.4 | <i>Case Processing Summary</i> Variabel Terpaan Media X....                                                                                                                                             | 79 |
| Tabel 3.5 | Reliabilitas Variabel Terpaan Media (X).....                                                                                                                                                            | 80 |
| Tabel 3.6 | <i>Case Processing Summary</i> Variabel Sikap Y.....                                                                                                                                                    | 81 |
| Tabel 3.7 | Reliabilitas Variabel Sikap (Y).....                                                                                                                                                                    | 81 |
| Tabel 3.8 | Nilai <i>Pearson Correlation</i> .....                                                                                                                                                                  | 86 |
| Tabel 3.9 | Operasional Konsep Hubungan Terpaan Media Instagram @nadialaydrus Mengenai Diabetes Dengan Sikap Kesadaran Mengurangi Konsumsi Makanan Manis Pada Gen Z Dalam Unggahan <i>Reels</i> 7 Januari 2025..... | 94 |
| Tabel 4.1 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membahas mengenai diabetes pada Gen Z.....                                                                                 | 97 |
| Tabel 4.2 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membahas mengenai salah satu penyebab diabetes, yaitu makanan manis viral yang tinggi gula.....                            | 98 |
| Tabel 4.3 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membahas mengenai penyakit diabetes dapat menyebabkan komplikasi.....                                                      | 99 |

|            |                                                                                                                                                                                                                                 |     |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.4  | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membahas mengenai gaya hidup Gen Z yang saat ini cenderung lebih banyak rebahan serta mengurangi aktivitas fisik.....                              | 100 |
| Tabel 4.5  | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membahas mengenai gaya hidup yang kurang aktivitas fisik dapat menyebabkan lemak naik serta mengganggu kerja hormon insulin.....                   | 101 |
| Tabel 4.6  | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membahas mengenai penderita diabetes yang kebanyakan adalah anak-anak serta Gen Z.....                                                             | 102 |
| Tabel 4.7  | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Gen Z di tonton lebih dari tiga kali dalam seminggu.....                                                                    | 103 |
| Tabel 4.8  | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai salah satu penyebab diabetes, yaitu makanan manis viral yang tinggi gula telah di dengarkan lebih dari tiga kali dalam seminggu.....      | 105 |
| Tabel 4.9  | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai penyakit diabetes yang menyebabkan komplikasi dapat didengarkan dengan jelas.....                                                         | 106 |
| Tabel 4.10 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai gaya hidup Gen Z yang cenderung lebih banyak rebahan serta mengurangi aktivitas fisik disampaikan dengan istilah yang mudah dipahami..... | 107 |

|            |                                                                                                                                                                                                                               |     |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.11 | Suara dokter Nadia meninggi saat menjelaskan data Indonesia peringkat ke-5 dengan penderita diabetes terbanyak di dunia dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....               | 108 |
| Tabel 4.12 | Ekspresi wajah dokter Nadia penuh perhatian saat menjelaskan salah satu penyebab diabetes, yaitu makanan manis viral yang tinggi gula dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025..... | 109 |
| Tabel 4.13 | Pandang mata dokter Nadia stabil saat memberikan informasi mengenai diabetes pada Gen Z dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....                                               | 111 |
| Tabel 4.14 | Gerakan tangan dokter Nadia yang menguncup tetap konsisten ketika menjelaskan penyakit diabetes menyebabkan komplikasi dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....                | 112 |
| Tabel 4.15 | Posisi tubuh dokter Nadia tegap saat menjelaskan penyakit diabetes menyebabkan komplikasi yang mengganggu kualitas hidup dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....              | 113 |
| Tabel 4.16 | Mimik wajah dokter Nadia prihatin saat menjelaskan bahwa penyakit diabetes dapat membuat kualitas hidup menjadi menurun dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....               | 114 |
| Tabel 4.17 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Gen Z menarik perhatian.....                                                                                              | 115 |



|            |                                                                                                                                                                                                                                                      |     |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.18 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Gen Z penting untuk diperhatikan.....                                                                                                            | 116 |
| Tabel 4.19 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Gen Z muncul secara spontan saat menelusuri konten mengenai diabetes pada beranda Instagram.....                                                 | 118 |
| Tabel 4.20 | Gaya komunikasi dokter Nadia yang penuh semangat dalam memberikan informasi penting pada unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 berhasil menarik perhatian dalam penjelasan mengenai diabetes pada Gen Z.....  | 119 |
| Tabel 4.21 | Volume suara dokter Nadia yang lantang dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Generasi Z mengalihkan perhatian dari konten kesehatan lainnya.....                                 | 120 |
| Tabel 4.22 | Penggunaan kalimat dokter Nadia yang tegas saat menjelaskan bahwa diabetes dapat menyebabkan komplikasi dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menarik perhatian dibandingkan konten kesehatan lainnya..... | 122 |
| Tabel 4.23 | Subtitle pada bagian bawah tengah video dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 mengenai kasus diabetes pada Gen Z tetap diperhatikan meskipun memikirkan hal lain.....                                      | 123 |
| Tabel 4.24 | Informasi bahwa penderita kasus diabetes lebih banyak terjadi pada anak-anak serta Gen Z dijelaskan dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025.....                                                             | 124 |

|            |                                                                                                                                                                                                                              |     |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.25 | Informasi mengenai dampak buruk dari konsumsi makanan manis yang bisa menyebabkan diabetes pada Gen Z secara mendalam pada unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025.....                    | 125 |
| Tabel 4.26 | Informasi mengenai kenaikan berat badan hingga gangguan hormon insulin akibat kebiasaan rebahan dijelaskan pada unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025.....                               | 126 |
| Tabel 4.27 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Gen Z memberikan kesadaran bahwa diabetes bisa menyerang siapa saja bahkan generasi muda.....                            | 127 |
| Tabel 4.28 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 menyebutkan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan manis yang viral memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan.....                         | 129 |
| Tabel 4.29 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengingatkan bahwa kebiasaan untuk terus-menerus mencoba makanan viral yang mengandung gula berlebihan hanya memperburuk kondisi kesehatan..... | 130 |
| Tabel 4.30 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 menunjukkan bahwa diabetes dapat merusak organ tubuh hingga menurunkan kualitas hidup.....                                                      | 131 |
| Tabel 4.31 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai diabetes pada Gen Z menarik sehingga mengikuti video ini tanpa merasa terganggu.....                                                   | 133 |

|            |                                                                                                                                                                                                                                          |     |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.32 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai kasus diabetes pada anak-anak meningkat begitu pesat didengarkan dari awal hingga akhir.....                                                       | 134 |
| Tabel 4.33 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 mengenai makanan manis viral yang tinggi gula berkontribusi besar terhadap peningkatan kasus diabetes membuat lupa waktu telah berlalu.....                 | 135 |
| Tabel 4.34 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025 membuat terfokus pada fakta bahwa kecanduan makanan manis dapat berisiko menyebabkan diabetes yang sulit disembuhkan.....                                   | 136 |
| Tabel 4.35 | Mengurangi makanan manis dapat membantu mengurangi risiko diabetes sesuai dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....                                                                        | 138 |
| Tabel 4.36 | Menghindari makanan viral yang mengandung gula berlebihan dapat mengurangi kecanduan gula seperti yang disampaikan dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....                               | 139 |
| Tabel 4.37 | Menghindari makanan dengan kadar gula tinggi bisa mencegah peningkatan berat badan yang mengganggu kerja hormon insulin sesuai dengan penjelasan dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025..... | 140 |
| Tabel 4.38 | Penting untuk bergerak lebih aktif untuk menjaga keseimbangan gula darah sebagaimana disebutkan dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus tanggal 7 Januari 2025.....                                                  | 141 |
| Tabel 4.39 | <i>Mean</i> Per-Indikator Variabel X.....                                                                                                                                                                                                | 146 |

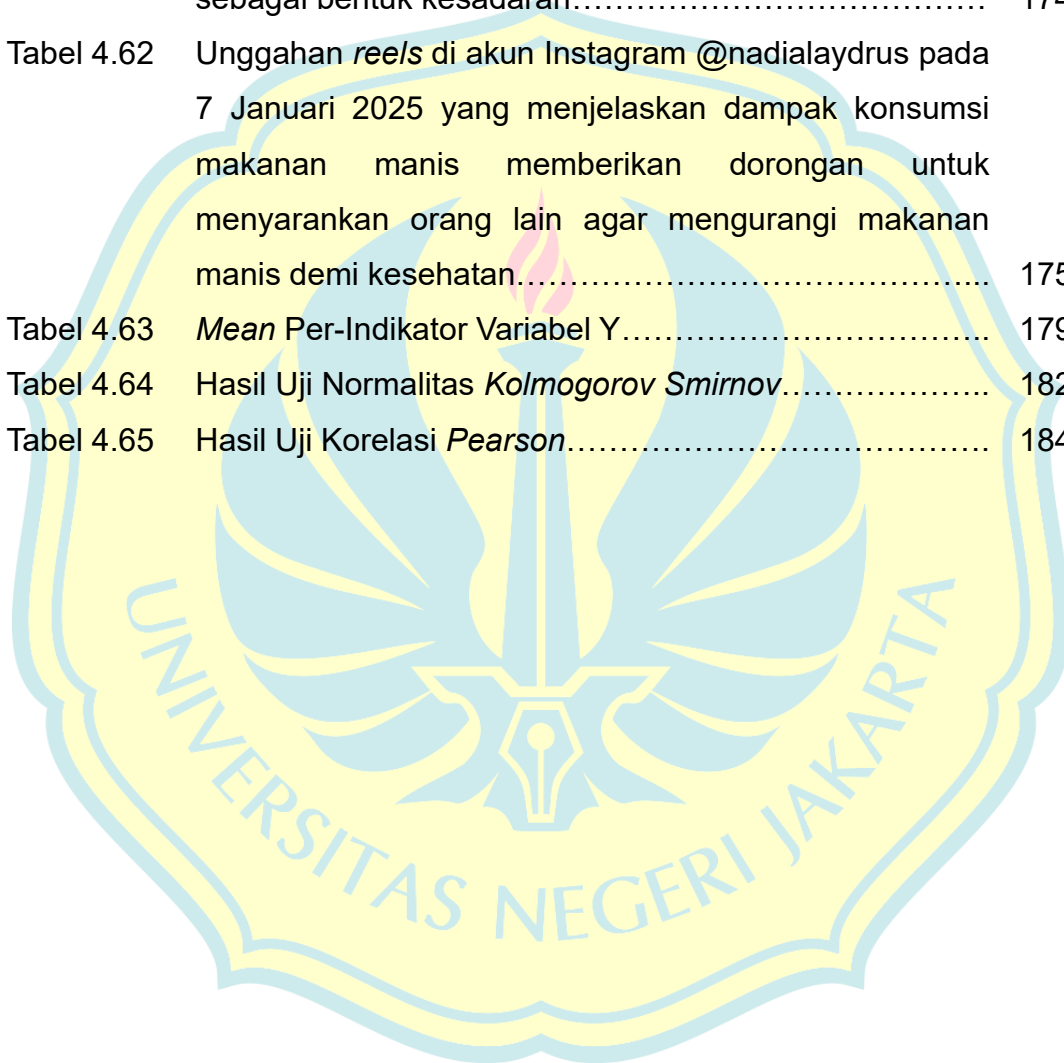
|            |                                                                                                                                                                                                                           |     |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.40 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 menyatakan bahwa makanan viral yang tinggi gula menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya jumlah penderita diabetes di kalangan Gen Z..... | 149 |
| Tabel 4.41 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 menyatakan bahwa konsumsi berlebihan makanan yang tinggi gula dapat mengganggu kerja hormon insulin dalam tubuh.....                            | 150 |
| Tabel 4.42 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 menyatakan bahwa makanan manis menjadi penyebab meningkatnya kasus diabetes pada anak serta Gen Z.....                                          | 152 |
| Tabel 4.43 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 memberikan keyakinan bahwa makanan manis adalah penyebab utama diabetes pada Gen Z.....                                                         | 153 |
| Tabel 4.44 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 memberikan kesadaran untuk segera mengurangi makanan manis.....                                                                                 | 154 |
| Tabel 4.45 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 mengenai tingginya jumlah penderita diabetes pada anak-anak serta Gen Z memberikan kesadaran akan pentingnya menghindari makanan manis.....     | 155 |
| Tabel 4.46 | Unggahan <i>reels</i> Instagram @nodialaydrus pada 7 Januari 2025 mengenai komplikasi diabetes dapat menurunkan kualitas hidup perlu dipahami oleh generasi muda sejak dini.....                                          | 157 |

|            |                                                                                                                                                                                                                                                |     |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.47 | Unggahan <i>reels</i> @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 mengenai pentingnya aktivitas fisik untuk mencegah diabetes menjadi pengingat agar tubuh lebih banyak bergerak.....                                                                    | 158 |
| Tabel 4.48 | Unggahan <i>reels</i> @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 mengenai pentingnya olahraga untuk mengatur gula darah perlu diketahui sejak usia dini.....                                                                                            | 159 |
| Tabel 4.49 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menimbulkan rasa khawatir setelah mengetahui bahwa makanan manis menjadi penyebab kasus diabetes pada Gen Z.....                                                     | 160 |
| Tabel 4.50 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menimbulkan rasa khawatir setelah mengetahui bahwa konsumsi makanan viral yang mengandung gula berlebihan bisa menyebabkan diabetes.....                             | 161 |
| Tabel 4.51 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menimbulkan rasa lebih bertanggung jawab untuk mengurangi makanan manis setelah mengetahui tingginya angka penderita diabetes pada anak-anak serta Gen Z.....        | 163 |
| Tabel 4.52 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menimbulkan rasa lebih berhati-hati terhadap konsumsi makanan manis setelah mengetahui bagaimana gula dapat menjadi adiktif hingga meningkatkan risiko diabetes..... | 164 |
| Tabel 4.53 | Penjelasan yang meyakinkan dari dokter Nadia dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 membantu untuk lebih aktif mengurangi makanan manis.....                                                          | 165 |



|            |                                                                                                                                                                                                                   |     |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.54 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 meningkatkan keinginan untuk lebih mengurangi makanan manis.....                                                                        | 166 |
| Tabel 4.55 | Gaya penyampaian dari dokter Nadia dalam unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 membuat berpikir dua kali sebelum mengonsumsi makanan manis.....                               | 167 |
| Tabel 4.56 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 memberikan dampak untuk mulai mengurangi konsumsi gula berlebih.....                                                                    | 168 |
| Tabel 4.57 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 memberikan dorongan untuk lebih bijak dalam memilih makanan manis untuk mengurangi konsumsi gula.....                                   | 169 |
| Tabel 4.58 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menimbulkan rasa lebih bertanggung jawab untuk mengurangi konsumsi makanan manis setelah mengetahui dampak buruknya bagi kesehatan..... | 171 |
| Tabel 4.59 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 memberikan dampak untuk lebih memilih makanan dengan kandungan gula rendah demi menjaga kesehatan.....                                  | 172 |
| Tabel 4.60 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 mengenai risiko diabetes akibat konsumsi makanan manis mendorong komitmen untuk mengurangi makanan manis.....                           | 173 |

|            |                                                                                                                                                                                                                                          |     |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tabel 4.61 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 menjelaskan dampak buruk konsumsi makanan manis bagi kesehatan memberikan dorongan untuk mulai mengurangi konsumsi makanan manis sebagai bentuk kesadaran..... | 174 |
| Tabel 4.62 | Unggahan <i>reels</i> di akun Instagram @nadialaydrus pada 7 Januari 2025 yang menjelaskan dampak konsumsi makanan manis memberikan dorongan untuk menyarankan orang lain agar mengurangi makanan manis demi kesehatan.....              | 175 |
| Tabel 4.63 | <i>Mean</i> Per-Indikator Variabel Y.....                                                                                                                                                                                                | 179 |
| Tabel 4.64 | Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov Smirnov</i> .....                                                                                                                                                                                     | 182 |
| Tabel 4.65 | Hasil Uji Korelasi <i>Pearson</i> .....                                                                                                                                                                                                  | 184 |



*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR GRAFIK

|            |                                                                         |     |
|------------|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| Grafik 1.1 | Media Sosial Paling Sering Digunakan di Indonesia,<br>Januari 2024..... | 3   |
| Grafik 4.1 | <i>Mean</i> Per-Dimensi Variabel X.....                                 | 143 |
| Grafik 4.2 | <i>Mean</i> Per-Dimensi Variabel Y.....                                 | 176 |
| Grafik 4.3 | Hasil Uji Linearitas Grafik <i>Scatter plot</i> .....                   | 183 |



*Intelligentia - Dignitas*