

**ANALISIS PERUBAHAN GAYA HIDUP PENGGUNA MEDIA SOSIAL  
INSTAGRAM  
DI MASA PANDEMI COVID 19  
(Studi Deskriptif Kualitatif pada *Followers* Instagram @dr.tirta)**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata Satu Ilmu Komunikasi**

**DISUSUN OLEH:**

**Muhammad Ikhsan Irsyad  
NIM : 17107030111**

**PROGRAM STUDI ILMU  
KOMUNIKASI FAKULTAS ILMU  
SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
2021**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Muhammad Ikhsan Irsyad  
Nomor Induk Mahasiswa : 17107030111  
Program Studi : Ilmu Komunikasi  
Konsentrasi : *Public Relations*

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya yang berjudul **ANALISIS PERUBAHAN GAYA HIDUP PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI MASA PANDEMI COVID 19 (Studi Deskriptif Kualitatif Pada *Followers* Instagram @dr.Arta)** ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi saya ini adalah hasil karya/ penelitian sendiri dan bukan plagiat dari karya/ penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya agar dapat diketahui oleh anggota dewan penguji.

Yogyakarta, 10 Desember 2021

Yang menyatakan,


Muhammad Ikhsan Irsyad  
NIM. 17107030111

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI**  
**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 0812272 Fax. 519571 YOGYAKARTA 55281



**NOTA DINAS PEMBIMBING**  
**FM-UINSK-PBM-05-02/RO**

Hal : Skripsi

**Kepada**  
**Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora**  
**UIN Sunan Kalijaga**  
**Di Yogyakarta**

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Setelah memberikan, mengarahkan dan mengadakan perbaikan seperlunya maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Muhammad Ikhsan Irsyad  
NIM : 17107030111  
Prodi : Ilmu Komunikasi  
Judul :

**ANALISIS PERUBAHAN GAYA HIDUP PENGGUNA MEDIA SOSIAL**  
**INSTAGRAM DI MASA PANDEMI COVID 19**  
**(Studi Deskriptif Kualitatif pada *Followers* Instagram @dr.tirta)**

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Ilmu Komunikasi.

Harapan saya semoga saudara segera dipanggil untuk mempertanggung-jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatian Bapak, saya sampaikan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Yogyakarta, 3 Januari 2022

**Pembimbing**

  
**Drs. Bono Setyo, M.Si.**

**NIP. 19690317 2008001 1 013**



## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-127/Un.02/DSH/PP.00.9/02/2022

Tugas Akhir dengan judul : ANALISIS PERUBAHAN GAYA HIDUP PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI MASA PANDEMI COVID 19 (Studi Deskriptif Kualitatif pada Followers Instagram @dr.tirta)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUHAMMAD IKHSAN IRSYAD  
Nomor Induk Mahasiswa : 17107030111  
Telah diujikan pada : Selasa, 18 Januari 2022  
Nilai ujian Tugas Akhir : A/B

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
Drs. Bono Setyo, M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 61f80d81e38fa



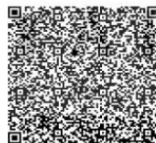
Penguji I  
Rahmah Attaymini, S.IKom., M.A.  
SIGNED

Valid ID: 61fa2a66484c2



Penguji II  
Maya Sandra Rosita Dewi, S.Sos., M.IKom.  
SIGNED

Valid ID: 61f761fca8240



Yogyakarta, 18 Januari 2022  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 61fa3c389d476

**HALAMAN MOTTO**



**HATI HATI DI JALAN, KARENA PERJALANANMU MASIH PANJANG**



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

**--Ikhsan**

**HALAMAN PERSEMBAHAN**



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**Skripsi ini saya persembahkan untuk:**  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
Almamater Ilmu Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrahim

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, Sholawat serta sallah semoga tetap telimpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW. Sehingga penyusunan skripsi berjudul **ANALISIS PERUBAHAN GAYA HIDUP PENGGUNA MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DI MASA PANDEMI COVID 19 (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Followers Instagram @dr.tirta)** bisa selesai, yang menjadi tanggung jawab sebagai guna mendapatkan gelar strata satu Ilmu Komunikasi. Penulis sangat menyadari bahwa masih banyak kesalahan yang harus diperbaiki dalam penyusunan penelitian ini. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka apa bila ada saran dan kritik guna mengintropeksi diri agar menjadi lebih baik lagi.

Penulis tidak lupa selama penyusunan skripsi ini pun tidak terlepas dari bantuan para kerabat dan sahabat yang telah membantu penulis. Berkat bantuan, bimbingan serta dukungan mereka, akhirnya penulis bisa mewujudkan adanya skripsi ini. Oleh sebab itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih sebesar besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung selama penulisan skripsi ini berlangsung. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S.SOS., M.Sn., Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora.
2. Bapak Dr. Rama Kerta Mukti, S.Sos. M.Sn., Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi.
3. Ibu Yanti Dwi Astuti, S.Sos.I, M.A. sebagai dosen pembimbing akademik, yang telah memberikan dukungan dan perhatian dan juga nasihat.
4. Bapak Drs. Bono Setyo, M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah sabar membimbing, meluangkan waktu dan berbagi pikiran bersama penulis agar penulis bisa menyelesaikan penulisan skripsi ini.



5. Ibu Rahmah Attaymini, S.I.Kom., M.A. selaku dosen penguji pertama, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran guna memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Maya Sandra Rosita Dewi, S.Sos., M.I.Kom. selaku dosen penguji kedua, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran guna memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Segenap keluarga dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
8. Pradana Putra Nayottama selaku followers Instagram @dr.tirta
9. Fradiansyah Okta Aldi Putra selaku followers Instagram @dr.tirta
10. Ahmed Hebron Alin Munaya selaku followers Instagram @dr.tirta
11. Mbak Sanidya Prabaswari, M.Psi. selaku narasumber triangulasi yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaganya.
12. Keluarga saya di Popongan Baru, Sleman, Yogyakarta
13. Kepada seluruh teman-teman HS Crew yang selalu saling bersilahturahi satu sama lain.
14. Kepada teman-teman Ngopi Cuk yang selalu memberikan hiburan kepada penulis.
15. Dan semua pihak yang tidak bisa dikatakan satu persatu dalam penyusunan skripsi ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	<b>1</b>
B. Rumusan Masalah.....	<b>8</b>
C. Tujuan Penelitian.....	<b>8</b>
D. Manfaat Penelitian.....	<b>8</b>
E. Telaah Pustaka.....	<b>9</b>
F. Landasan Teori.....	<b>12</b>
G. Kerangka Pemikiran.....	<b>21</b>
H. Metodologi Penelitian.....	<b>22</b>
I. Teknik Pengumpulan Data.....	<b>24</b>
J. Analisis Data.....	<b>27</b>
K. Triangulasi Data.....	<b>29</b>
<b>BAB II GAMBARAN UMUM</b> .....	<b>30</b>
A. Profil Instagram dr.Tirta.....	<b>30</b>
B. Gaya Hidup.....	<b>34</b>
C. Karakter Followers Instagram dr.Tirta.....	<b>35</b>
<b>BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>39</b>
A. Memilih dr.Tirta menjadi role model dalam perubahan gaya hidup.....	<b>41</b>
B. Praktik Konten Instagram dr.Tirta.....	<b>45</b>
C. Perubahan gaya hidup followers instagram @dr.tirta.....	<b>53</b>

**BAB IV PENUTUP**

A. Kesimpulan.....76

B. Saran-Saran.....77

**DAFTAR PUSTAKA.....79**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN.....81**



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Data Reportal Sosial Media.....	2
Gambar 2. dr.Tirta membagikan informasi terkait Covid-19 di IGTV .....	6
Gambar 3. Akun Instagram @dr.tirta .....	7
Gambar 4. Kerangka Pemikiran.....	21
Gambar 5. dr.Tirta salah satu relawan medis .....	32
Gambar 6. Statistik Instagram @dr.tirta .....	33
Gambar 7. Review sepatu lokal .....	34
Gambar 8. dr.Tirta hadir di acara ILC TV One.....	44
Gambar 9. dr.Tirta turun langsung ke lapangan untuk mengedukasi masyarakat	45
Gambar 10. Tanya jawab dengan dr.Tirta.....	48
Gambar 11. Berbagai opini netizen di kolom komentar Instagram dr.Tirta .....	52
Gambar 12. dr.Tirta memberikan kesimpulan terkait siaran langsung terkait pembahasan konspirasi Covid 19 dengan Jerinx .....	53
Gambar 13. Video edukasi tentang vaksin.....	62
Gambar 14. Penggunaan air kelapa untuk penyembuhan Covid 19 .....	65
Gambar 15. Pemberlakuan PPKM darurat.....	68
Gambar 16. Konten dr.Tirta kapan sekolah atau kampus bisa dibuka.....	71



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Dokumentasi wawancara dengan Aldi selaku partisipan wawancara .....	82
Lampiran 2. PERTANYAAN WAWANCARA .....	83
Lampiran 3. Jawaban Narasumber .....	85
Lampiran 4. PERTANYAAN WAWANCARA Narasumber relawan satgas covid-19.....	91
Lampiran 5. Dokumentasi dengan Narasumber Triangulasi Sanidya Prabaswara, M.Psi (Psikolog Klinis).....	95
Lampiran 6. CURICULUM VITAE .....	99



## ABSTRACT

The current media development has moved to new internet-based media. New media are certainly needed in the Covid-19 pandemic in Indonesia, which has been going on for quite a long time. The Covid-19 pandemic requires people to be able to adapt to new habits. This new adaptation certainly requires accurate and fast information which is very much needed during this Covid 19 pandemic. The purpose of this research is to provide direction on how to change a healthy and better lifestyle during the current pandemic through dr.Tirta's Instagram social media account. This research is a qualitative descriptive research. The method of collecting data from this study uses interviews, observations, and documentary studies by utilizing Instagram as a medium in changing the lifestyle of followers of the Instagram account @dr. Tirta. The theoretical basis of this research uses Albert Bandura's Social Learning Theory. The presence of dr. Tirta in educating his followers on Instagram aims to change his lifestyle to be healthier. For this reason, many factors cause changes in the lifestyle of their followers, both internal and external factors such as cognition, behavior, and the environment. All of these factors are reciprocally related to each other. From this research, followers of dr. Tirta revealed that dr. Tirta is one of the role models in changing their lifestyle during the Covid 19 pandemic.

*Keyword : Analysis, Social Media, Covid 19 Pandemic, Instagram, Lifestyle, Followers*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## **BAB 1**

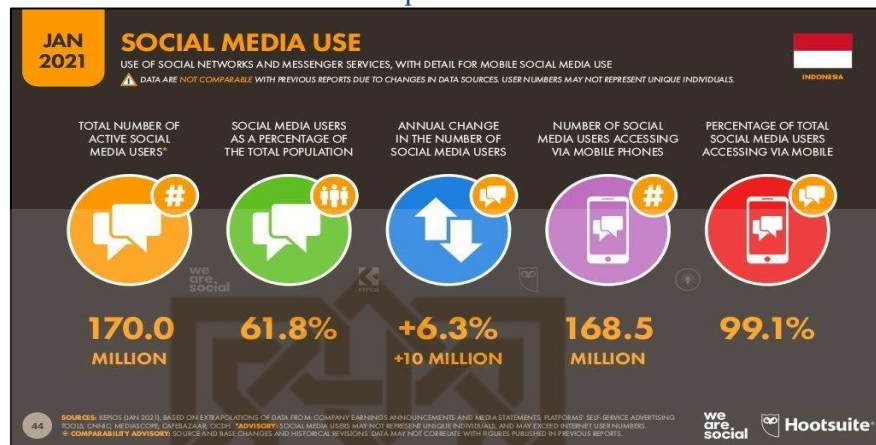
### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Majunya teknologi dan arus informasi membuat masyarakat Indonesia lebih terbuka pada pengetahuan global. Dari perkembangan tersebut lahirlah *New Media* yang hadir sebagai bentuk era baru dalam berkomunikasi melalui jaringan komputer berbasis internet. *New Media* sendiri memiliki pengertian yaitu, teknologi berbasis komputer yang tidak hanya berfungsi untuk memberikan informasi tetapi juga berfungsi untuk saling tukar informasi, seperti komputer, internet, terminal video teks, kabel digital dan sebagainya (West & H, 2008).

Perkembangan dari *New Media* yang semakin pesat secara global menghadirkan salah satu media yang lazim kita gunakan hingga saat ini karena menggunakan jejaring internet. Media tersebut dinamakan media sosial. Saat ini media sosial menawarkan berbagai aplikasi khusus yang dikemas secara menarik dan juga membantu pengguna untuk terus mengikuti perkembangan berita dan informasi yang terkini. Media sosial di Indonesia sendiri memiliki pengguna yang cukup banyak jumlahnya

Gambar 1. Data Reportal Sosial Media



Sumber: <https://wearesocial.com/blog/2021>

Menurut data reportal oleh WeAreSocial Digital Indonesia 2021 menunjukkan peningkatan jumlah pengguna media sosial sebanyak 10 Juta dari tahun 2020-2021 dari 170 Juta pengguna media sosial di Indonesia pada Januari 2021 (Simon Kemp, 2021). Dari data tersebut masyarakat Indonesia khususnya remaja saat ini sangat aktif menggunakan media sosial seperti Instagram sebagai sarana untuk hiburan, mencari informasi dalam bentuk visual, dan mengekspresikan dirinya. Selain untuk berekspresi, para remaja saat ini lebih nyaman untuk berinteraksi di dalam media sosial. Hal ini dikarenakan media sosial sebagai perantara yang mampu menyatukan para pengguna lainnya untuk saling berkenalan di jejaring internet.

Salah satu media sosial yang sedang gencar-gencarnya dikalangan remaja saat ini adalah Instagram. Instagram adalah aplikasi jejaring sosial populer yang menyediakan sarana berbagi foto dan video dari smartphone menjadi mudah dan menyenangkan. Dengan lebih dari 300 juta pengguna aktif bulanan, Instagram telah mendapatkan popularitas besar dan tidak diragukan lagi



menjadi salah satu situs jejaring sosial paling dicintai di generasi kita. (Joyner, 2015)

Dalam aplikasi Instagram kita dapat menampilkan mulai dari foto profil, identitas diri, hingga foto atau video yang kita unggah di Instagram. Dalam Instagram terdapat beberapa fitur yang disediakan mulai dari share foto dan video, kirim pesan (*direct message/DM*), *live streaming*, IG Tv, *instastory*, dan *video call* Instagram. Terdapat banyak fitur yang disediakan oleh Instagram terdapat banyak kelebihan dan kekurangan. Kelebihannya adalah bukan hanya memperbanyak teman saja, akan tetapi dapat melihat aktivitas artis yang diidolakan lewat foto dan video yang diunggahnya, dan juga dapat digunakan sebagai media promosi suatu produk. Terlepas dari beberapa kelebihan tersebut, Instagram juga memiliki beberapa kekurangan seperti dapat mengubah perilaku gaya hidup yang bisa dikatakan hedonisme dan materialisme melalui berbagai fitur yang membuat orang ingin mendapatkan pengakuan lebih dari orang lain.

Seperti yang diberitakan dalam TribunSolo pada 5 Oktober 2016 lalu, seorang remaja mengatakan dirinya belajar dari Awkarin yang seorang influencer Instagram bahwa walaupun berperilaku negatif, yang penting dirinya menjadi diri sendiri tanpa harus berpura-pura baik tapi jadi orang lain. Pemikiran tersebut pun diamini oleh remaja-remaja lainnya. Pemikiran seperti itu tidak sesuai dengan iklim budaya masyarakat di Indonesia yang mana jika seseorang berperilaku negatif akan selalu dipandang negatif oleh masyarakat walaupun mungkin maksudnya menjadi diri sendiri. Contohnya dalam berita tersebut seorang remaja perempuan mengunggah foto dirinya saat sedang

merokok ke Instagram miliknya, remaja itu pun merasa bangga melakukannya karena demi mendapatkan pengakuan.

Instagram mampu memuat isi pesan yang disampaikan dalam bentuk visual yaitu gambar atau video sehingga para remaja lebih tertarik dibandingkan media sosial lainnya yang hanya dalam penyampaian pesannya hanya menggunakan tulisan. Hal ini berpengaruh dalam menirukan gaya hidup seseorang karena visual lebih nyata dalam memberi pengaruh kepada para pengikutnya. Seperti seseorang yang mengidolakan dan mengikutinya di Instagram sehingga setiap artis tersebut mengunggah foto atau video tentang dirinya secara sadar maupun tidak sadar ia terpengaruh gaya hidup artis yang diidolakannya tersebut melalui Instagram (Swastyastu, 2016)

Pandemi Covid 19 yang sudah berjalan hampir 2 tahun ini mengharuskan kita agar selalu mematuhi protokol kesehatan dan selalu menjaga jarak aman saat beraktivitas. Hal ini merupakan salah satu bentuk upaya pencegahan yang harus selalu diterapkan di berbagai sektor selama masa pandemi Covid-19 karena penyebaran virus yang sangat aktif dan cepat. Menurut WHO virus COVID-19 sendiri menyebar terutama melalui tetesan air liur atau keluarnya cairan dari hidung saat orang yang terinfeksi batuk atau bersin. Dengan menerapkan protokol kesehatan melalui informasi dari berbagai media diharapkan bisa mencegah penyebaran Covid 19 yang diperlukan untuk saat ini. Melalui media baru seperti Instagram dapat diharapkan untuk memenuhi kebutuhan dalam informasi yang cepat dan mudah.

Televisi dan aplikasi media sosial berbasis internet saat ini sangat membantu kita bisa untuk mengetahui berbagai informasi dengan mudah. Sepertinya adanya laporan perkembangan informasi terkait Covid 19 di TV maupun media sosial secara berkala diharapkan agar masyarakat bisa lebih teredukasi dan tersosialisasi dengan lebih mudah. Akan tetapi melihat perkembangan Covid 19 yang semakin naik jumlahnya, hal ini dapat disebabkan karena ada praktek gaya hidup yang tidak teratur, tidak bisa mematuhi protokol kesehatan seperti tidak mencuci tangan ketika sedang makan, keluar dan masuk ke suatu lokasi atau hendak berkegiatan.

Melihat hal itu mendorong pakar kesehatan dan para *influencer* muda untuk mengedukasi masyarakat melalui media sosial yang dapat dijangkau oleh kalangan luas. Para remaja sekarang dalam menjalani protokol kesehatan selalu menjadikan artis atau influencer sebagai sumber informasi dalam meniru gaya hidup baru atau adaptasi kebiasaan baru di era *new normal*. Hal ini bisa dikatakan bahwa media sosial Instagram memberikan dampak atau pengaruh bagi para remaja untuk meniru gaya hidup baru dan beradaptasi sesuai dengan protokol kesehatan. Remaja saat ini membutuhkan sosok role model atau influencer yang dijadikan panutan dalam beraktivitas.

Salah satu influencer yang terkenal aktif dalam mengedukasi para followersnya di Instagram perihal Covid-19 adalah dr.Tirta. Pada akun Instagram @dr.tirta dapat dilihat bahwa beliau merupakan salah satu dokter sekaligus influencer yang aktif memberikan informasi tentang Covid 19, informasi sosial dan ekonomi serta aktif membantu kegiatan UKM agar dapat

bertahan di pandemi Covid 19. Tirta Mandira Hudh merupakan seorang dokter lulusan Fakultas Kedokteran UGM 2015. Lahir di Surakarta 30 Juli 1991 dr. Tirta tumbuh besar di Karanganyar, Solo, dan melanjutkan kuliah di Fakultas Kedokteran UGM sejak tahun 2009. Saat ini sukses menjalankan bisnis di usianya yang masih muda dan sekaligus memegang gelar sebagai dokter.

Sebagai seorang dokter dan influencer beliau sering membagikan tips dan trik bagaimana cara menghadapi *new normal* dengan gaya hidup baru yang lebih sehat. Dengan munculnya berbagai varian baru dari Covid 19 dan gaya hidup yang masih tidak taat protokol kesehatan, mendorong remaja saat ini harus mampu menjadi garda terdepan dalam melindungi lingkungan terdekat mereka yaitu keluarga. Melalui postingan yang diberikan oleh dr. Tirta di Instagramnya diharapkan mampu mengubah gaya hidup yang lebih sehat di saat Pandemi ini dengan gaya pola komunikasi yang unik dan mudah dimengerti.

Gambar 2. dr.Tirta membagikan informasi terkait Covid-19 di IGTV



Sumber: [www.instagram.com/dr.tirta](http://www.instagram.com/dr.tirta)

Pada postingan dr.Tirta memberikan sosialisasi bagaimana cara proses penyembuhan dan pencegahan Covid 19. Melalui penjelasan tulisan dan video yang diposting di akun Instagram @dr.tirta. Melalui gaya komunikasi yang tegas dan lugas serta bahasa jawa “ngoko” memudahkan *followers* mereka paham dengan gaya komunikasi anak muda. Hal ini pun sesuai dengan ayat suci Al-Qur’an pada surat An-Nisa ayat 63:

أُولَئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللَّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا

63. Mereka itu adalah orang-orang yang (sesungguhnya) Allah mengetahui apa yang ada di dalam hatinya. Karena itu berpalinglah kamu dari mereka, dan berilah mereka nasihat, dan katakanlah kepada mereka perkataan yang membekas pada jiwanya.

Dari potongan ayat tersebut para pengikut akun Instagram @dr.tirta tentunya ingin memahami pesan dan informasi yang dibagikan melalui akun Instagram @dr.tirta melalui pola komunikasi yang dianggap mudah dimengerti. Diharapkan dipilihnya dr.Tirta sebagai *role model* dalam menghadapi Pandemi Covid 19 ini dapat mengubah pola gaya hidup yang lebih sehat.

Gambar 3. Akun Instagram @dr.tirta



*Sumber: (Profil Instagram dr.Tirta, 2021)*  
<https://www.instagram.com/dr.tirta/?hl=id>

Perkembangan penggunaan Instagram tersebut secara tidak langsung diikuti dengan munculnya tren gaya hidup yang lebih sehat yang tentunya tetap berjiwa anak muda dari akun Instagram @dr.tirta. Tidak menutup kemungkinan dari berbagai konten yang ditampilkan oleh dr.Tirta di Instagramnya dapat membuat pengikutnya terpengaruh dengan konten yang ditampilkan pada akun tersebut. Maka dari itu disini peneliti ingin melakukan penelitian mengenai bagaimana analisis gaya hidup pengguna media sosial Instagram di masa pandemi Covid-19.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Bagaimana perubahan gaya hidup *followers* Instagram @dr.tirta di masa pandemic Covid 19?

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

Untuk mengetahui perubahan gaya hidup *followers* Instagram @dr.tirta di masa pandemi Covid 19

## **D. MANFAAT PENELITIAN**

### **1) Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan keilmuan komunikasi terkait pengaruh sosial media khususnya konten Instagram @dr.tirta terhadap perubahan gaya hidup pengikutnya

## 2) Manfaat Praktis

Hasil penelitian memberikan informasi kepada seluruh pengikut dari akun Instagram @dr.tirta dan juga remaja saat ini untuk mengevaluasi gaya hidup lebih sehat dan selalu waspada akan bahaya Covid 19

## E. TELAAH PUSTAKA

Penelitian pertama diambil dari Jurnal Universitas Diponegoro Semarang, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik oleh Silvi Mefita dan Much Yulianto dengan judul FENOMENA GAYA HIDUP SELEBGRAM (STUDI FENOMENOLOGI SELEBGRAM AWKARIN). Pada penelitian ini berfokus pada gaya hidup seorang selebgram bernama Awkarin yang dianggap mempunyai gaya hidup yang mewah dan serba hedon. Persamaan dari penelitian ini adalah tertuju pada gaya hidup para pengguna media sosial Instagram. Penelitian ini juga menggunakan metode deskriptif kualitatif. Untuk perbedaannya yaitu pada subjek penelitian yaitu antara *followers* Instagram Awkarin dan dr. Tirta.

Untuk telaah kedua yaitu menggunakan jurnal dari Universitas Riau Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik oleh Eko Irawan dengan Judul INSTAGRAM SEBAGAI GAYA HIDUP MASYARAKAT KOTA PEKANBARU (STUDI KOMUNITAS INSTAGRAM DI KOTA PEKANBARU). Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian ini yaitu pada gaya hidup pengguna Instagram, penelitian ini juga menggunakan teknik pengumpulan data yaitu wawancara dan observasi.



Untuk perbedaan dari penelitian ini yaitu pada subjek dan objek penelitian yaitu Komunitas Instagram di Pekan Baru dengan *followers* Instagram @dr.tirta.

Telaah ketiga menggunakan jurnal dari Universitas Teknologi Sumbawa Progam Studi Ilmu Komunikasi dengan judul ANALISIS RESEPSI FOLLOWERS AKUN INSTAGRAM @Maknews PADA KONTEN RELIGI #JumatBerkah terfokus pada *followers* akun Instagram @maknews tentunya hal tersebut memiliki kesamaan penelitian dengan penulis yaitu subjek pada *followers* Instagram. Persamaan berikutnya terletak pada jenis penelitian ini yaitu menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Untuk perbedaanya terletak pada metode yaitu menggunakan analisis resepsi dan untuk penelitian ini penulis menggunakan metode wawancara langsung ke *followers* Instagram @dr.tirta

Tabel 1.

## TELAAH PUSTAKA

No.	Nama	Judul dan Sumber	Persamaan	Perbedaan
1.	Silvi Mefita, Much Yulianto	FENOMENA GAYA HIDUP SELEBGRAM (STUDI FENOMENOLOGI SELEBGRAM AWKARIN) Sumber : Jurnal Universitas Diponegoro Semarang Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	1. Memiliki variabel gaya hidup yang sama , dan tertuju pada pengguna sosial media	1. Analisis subjek yang diteliti berbeda yaitu antara Mahasiswa PGSD UNUSA dengan <i>followers</i> Instagram <i>@dr.tirta</i>
2.	Eko Irawan	INSTAGRAM SEBAGAI GAYA HIDUP MASYARAKAT KOTA PEKANBARU (STUDI KOMUNITAS INSTAGRAM DI KOTA PEKANBARU) Sumber : Jurnal Universitas Riau Kampus Bina Widya, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Vol. 4 No. 2 Oktober 2017	1. Memiliki persamaan pada subjek penelitian yaitu pengguna media sosial Instagram	1. Konten yang diteliti pada penelitian ini merupakan konten terkait produk lokal Indonesia
3.	Muhammad Azhari, Apriadi	ANALISIS RESEPSI FOLLOWERS AKUN INSTAGRAM <i>@Maknews</i> PADA KONTEN RELIGI <i>#JumatBerkah</i> Sumber : Jurnal Universitas Teknologi Sumbawa Program Studi Ilmu Komunikasi Volume 2 No 1 Mei 2020	1. Mencari pengaruh sosial media Instagram terhadap <i>followers</i> remaja masa kini pengguna Instagram	1. Analisis subjek yang diteliti hanya pengguna Instagram saja dan khususnya pengikut akun Instagram <i>@dr.tirta</i> saja 2. Terfokus pada gaya hidup <i>followers @dr.tirta</i>

Sumber : Olahan Peneliti

## F. LANDASAN TEORI

### 1. TEORI PEMBELAJARAN SOSIAL

Teori ini menjelaskan bahwa pemirsa meniru apa yang mereka lihat di televisi, melalui suatu proses *observational learning* (pembelajaran hasil pengamatan), Kappler menganggap bahwa “ganjaran” dari karakter TV diterima mereka sebagai perilaku, termasuk menjadi toleran terhadap perilaku perampokan dan kriminalitas, menggandrungi kehidupan glamor seperti di televisi (Harun & Ardianto, n.d.: 64). Teori ini dikembangkan oleh Albert Bandura.

Teori ini memberikan penjelasan bahwa khalayak masyarakat atau penonton dapat terpengaruh oleh suatu media, seperti halnya media sosial Instagram. Studi Bandura tentang pemodelan melalui *observational learning* didasari oleh kondisi situasi politik Amerika Serikat yang terjadi di akhir tahun 1950-an. Pada saat itu, jangkauan siaran televisi telah menyebar dengan cepat ke seluruh masyarakat. Industri penyiaran saat itu banyak menampilkan model dengan adegan kekerasan karena alasan bahwa kekerasan lebih menjual. Televisi memberikan tontonan tentang perilaku pembunuh. Muncul kekhawatiran publik tentang kemungkinan efek kekerasan di televisi pada anak-anak.

Penerapan Teori Pembelajaran sosial ini menggunakan teknik *modeling*. Pemodelan (*modeling*) adalah pembelajaran dengan metode percontohan atau teladan. (Afdalita & Purwanto, 2015: 29) juga berpendapat bahwa *modeling* merupakan salah satu pengaplikasian teori

belajar sosial dalam pembentukan perilaku individu. (Santrock, 2012: 326-327) mengemukakan pendapat yang berkaitan dengan empat proses yang mempengaruhi proses *modeling* yaitu :

- a) Proses perhatian, pada tahap ini anak mengikuti apa yang dilakukan atau dikatakan oleh model.
- b) Tahap memori, pada tahap ini anak harus dapat menerima informasi berupa apa yang dilakukan atau dikatakan oleh model dan menyimpannya dalam memori.
- c) Proses produksi, pada tahap ini anak mulai mengikuti model dan apabila anak mengalami kesulitan maka anak diberi bantuan.
- d) Proses motivasi, pada tahap ini anak mulai melakukan apa yang diajarkan oleh model namun anak perlu diberi dilatih agar anak termotivasi untuk melakukan yang diajarkan oleh model. Dengan demikian, proses belajar sosial dapat terjadi melalui aktivitas peniruan (*imitation*) dan penyajian contoh perilaku (*modeling*).

Dalam teori tersebut dicontohkan penonton televisi meniru kehidupan glamor yang disajikan, begitu juga dengan media sosial Instagram yang dapat memberikan postingan yang menunjukkan gaya hidup seseorang. Teori ini juga dapat digunakan dalam aplikasi komunikasi kesehatan masyarakat. Misalnya untuk kampanye tentang pencegahan penularan suatu penyakit. Dalam kampanye ditampilkan model yang menunjukkan perilaku yang diharapkan dicontoh oleh masyarakat. Hal itu

pun digunakan oleh media Instagram yang memang sudah tidak asing lagi dikalangan remaja, hampir semuanya menggunakan Instagram.

Namun tidak semua remaja khususnya pengikut dari akun Instagram @dr.tirta mengikuti dan menjadikan dr.Tirta sebagai *role model* dalam adaptasi gaya hidup saat pandemi ini. Sehingga dapat dibagi kedalam dua kategori dalam penelitian ini yaitu para pengikut akun Instagram @dr.tirta yang terpengaruh gaya hidupnya karena Instagram dan para pengikut akun Instagram @dr.tirta yang tidak terpengaruh gaya hidupnya dengan adanya Instagram. Pada pandemi Covid 19 ini tentunya media massa dan media sosial menjadi wadah informasi bagi masyarakat Indonesia. Khususnya media sosial Instagram akan gencar memberikan informasi tentang berbagai topik yang menjadi penting di saat ini seperti kesehatan, ekonomi, pariwisata dan berbagai bidang yang terdampak.

## 2. MEDIA SOSIAL

Media sosial merupakan media yang tergolong pada kelompok yang dinamakan *New Media* atau media baru. Media ini merupakan media yang berbasis pada internet dalam penggunaannya. Seperti yang diberitakan pada *kompas.com* 10 Juni, 2020 media sosial sendiri berkembang setelah ditemukannya komputer dan internet. Perkembangan media sosial sendiri terjadi kurang lebih selama 2 dekade ini. Datangnya media sosial diawali dengan munculnya MySpace. Kemudian disusul seperti media sosial lainnya seperti Yahoo, Friendster, dan, Blogger yang memulai memulai era

perkembangan web hosting yaitu membuat laman jejaring sosial agar bisa diakses melalui jaringan internet. Kemudian pada tahun 2010 mulai ditemukan aplikasi untuk berbagi foto, video, disertai dalam bentuk *caption* / tulisan yang bernama Instagram (Holy Kartika Nurwigati Sumarningtyas, 2020)

Menurut (Carr & Hayes, 2015) media sosial adalah media berbasis Internet yang memungkinkan pengguna berkesempatan untuk berinteraksi dan mempresentasikan diri, baik secara seketika ataupun tertunda, dengan khalayak luas maupun tidak yang mendorong nilai dari *user-generated content* dan persepsi interaksi dengan orang lain. Media sosial tidaklah sesimple itu, media sosial memiliki. Menurut Anton (Mayfield, 2014) dalam e-booknya yang berjudul “What is Social Media?” pada dasarnya terdapat 7 jenis media sosial, yaitu :

#### 1) Jaringan Sosial (Social Networks)

Pada situs-situs ini memungkinkan orang untuk membangun halaman web pribadi dan kemudian terhubung dengan teman untuk berbagi konten dan komunikasi. Seperti Facebook dan Instagram.

#### 2) Blog

Dapat dikatakan bentuk media sosial yang awal mulanya menyebabkan media sosial dikenal, blog adalah jurnal online.

#### 3) Wiki

Situs web ini memungkinkan orang untuk menambahkan konten atau mengedit informasi tentang mereka, bertindak sebagai

dokumen atau database komunal. Wiki paling terkenal adalah Wikipedia, ensiklopedia online yang memiliki lebih dari 2 juta artikel berbahasa Inggris.

#### 4) Podcast

File audio dan video yang tersedia dengan berlangganan, melalui layanan seperti Apple iTunes. Untuk sekarang sudah banyak podcast yang disiarkan secara online dan gratis seperti Spotify.

#### 5) Forum

Area untuk diskusi online, sering kali seputar topik dan minat tertentu. Forum muncul sebelum istilah "media sosial" dan merupakan elemen yang kuat dan populer dari komunitas online.

#### 6) Komunitas Konten (Content Communities)

Komunitas yang mengatur dan berbagi jenis konten tertentu. Komunitas konten paling populer cenderung terbentuk di sekitar foto (Flickr), tautan bookmark (del.icio.us), dan video (YouTube).

#### 7) Microblogging (Mikroblog)

Jaringan sosial yang digabungkan dengan blogging berukuran kecil, di mana sejumlah kecil konten didistribusikan secara online dan melalui jaringan telepon seluler. Twitter adalah salah satu contoh konkrit dari hal ini.



### 3. INSTAGRAM

Instagram adalah media yang memberi kemudahan cara berbagi secara online oleh foto-foto, video dan juga layanan jejaring sosial yang dapat digunakan pengguna untuk mengambil dan membagi ke teman mereka (Budiargo, 2015: 48) . Sehingga Instagram merupakan aplikasi yang berbagi foto atau gambar kepada teman-teman sesama pengguna Instagram. Pengguna Instagram cenderung menginginkan reaksi dari teman-teman mereka dan saling memberikan *like* maupun komentar dari foto maupun video yang diunggah.

Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa Instagram adalah media baru karena komunikasi dapat menyampaikan pesan dan pengguna Instagram lainnya sebagai komunikator dapat menanggapi secara langsung pesan yang disampaikan oleh komunikasi dengan melalui pesan langsung atau mengisi kolom komentar. Seperti pengikut akun Instagram @dr.tirta yang gemar melakukan interaksi dengan dr.Tirta maupun sesama pengikutnya mengenai gaya hidup dan tren apa yang menjadi perbincangan oleh remaja saat ini. Menurut (Juju & Feri, 2010: 7), karakteristik media sosial modern adalah sebagai berikut :

a) Transparansi (*Transparancy*)

Segalanya tampak keterbukaan karena elemen-elemen dan materinya memang ditujukan untuk konsumsi publik atau sekelompok orang.

b) Dialog & Komunikasi (*Dialogue & Communication*)

Setiap orang akan berargumen dan setiap orang memiliki pandangan yang relatif, entah itu benar, salah atau berada dalam grey area, ini tertuang dalam Didalamnya akan terjalin sebuah hubungan yang sepenuhnya berupa komunikasi, misalnya antara brand dengan para “fans”nya.

c) Jejaring Relasi (*Networking Relationship*)

Hubungan antara elemen – elemen penyusun akan terjalin dan juga relasi ini akan terbentuk pula antara individu atau kumpulan individu atau suatu perwakilan yang dimotori oleh individu.

d) Multi Opini (*Multi Opinion*)

Setiap orang akan berargumen dan setiap orang memiliki pandangan yang relatif, entah itu benar, salah atau berada dalam grey area, ini tertuang dalam wujud komunikasi sebagai medianya.

#### 4. GAYA HIDUP

Gaya hidup secara luas didefinisikan sebagai cara hidup yang diidentifikasi oleh bagaimana seseorang menghabiskan waktu mereka (aktivitas), apa yang mereka anggap penting dalam lingkungannya (ketertarikan), dan apa yang mereka pikirkan tentang diri mereka sendiri dan juga dunia sekitarnya (pendapat) (Nugroho, 2013: 80). Sehingga gaya hidup dapat dikatakan mempengaruhi segala bentuk aktivitas manusia. Sedangkan gaya hidup itu sendiri dapat dipengaruhi oleh sosial media khususnya Instagram. Contohnya pada masa pandemi Covid 19 ini perubahan gaya

hidup dari hal yang biasa kita lakukan seperti keluar rumah tidak menggunakan masker dan pergi ke tempat kerumunan tanpa rasa khawatir dan rasa takut berubah menjadi kebiasaan baru atau biasa kita sebut dengan *new normal* seperti menggunakan masker saat keluar rumah, menjaga jarak, dan menghindari kerumunan. Hal ini tentunya bisa terjadi karena informasi yang disampaikan baik oleh pemerintah dan tentunya kesadaran diri sendiri untuk mampu beradaptasi dengan gaya hidup baru dan ada kecenderungan meniru. Terdapat beberapa indikator mengenai gaya hidup seseorang, menurut Sunarto terdapat tiga indikator gaya hidup seseorang yaitu

A. Kegiatan, kegiatan adalah apa yang dikerjakan konsumen, produk apa yang dibeli atau digunakan, kegiatan apa yang dilakukan untuk mengisi waktu luang. Kegiatan dalam gaya hidup di saat Pandemi Covid 19 ini meliputi aktivitas yang dilakukan untuk menanggulangi penyebaran Covid 19 seperti

- a) Menggunakan masker saat berkegiatan di luar dan di keramaian
- b) Mencuci tangan saat hendak bepergian dan setelah beraktivitas
- c) Menjaga jarak dan menjauhi keramaian
- d) Rajin berolahraga dan berjemur saat pagi hari

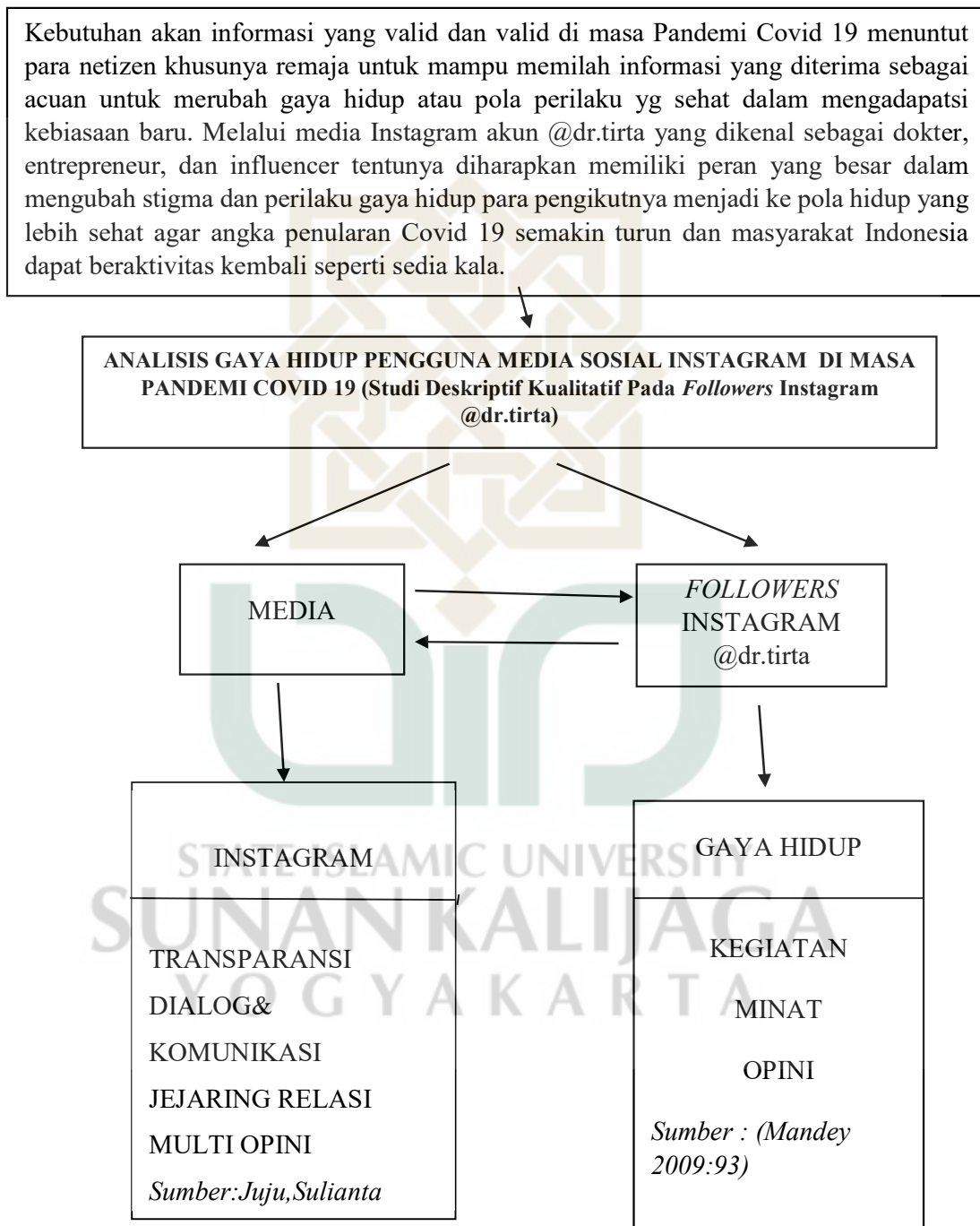
B. Kedua adalah minat, minat adalah objek peristiwa atau topik dalam tingkat kegairahan yang menyertai perhatian khusus maupun terus-menerus kepadanya. Minat dalam penelitian ini

terkait dengan followers dari dr.Tirta yang suka terhadap topik pembicaraan mengenai Covid-19 di Indonesia yang selanjutnya akan berlanjut melalui interaksi antara followers dengan netizen dan tentu saja dengan dr. Tirta itu sendiri sebagai pemilik akun dan 2terkait pola gaya hidup yang baru di Pandemi Covid 19 ini.

C. Ketiga adalah opini, opini adalah pandangan dan perasaan konsumen dalam menanggapi isu-isu global, lokal, dan sosial (Silvy, 2009: 93). Pada penelitian ini opini yang dimaksud adalah bagaimana pendapat para *followers* akun Instagram @dr.tirta mengenai isu-isu Covid 19 yang hadir di Indonesia. Melalui kolom komentar dan postingan diharapkan bisa menjalin interaksi yang baik untuk saling bertukar pesan dan pendapat.

## G. KERANGKA PEMIKIRAN

Gambar 4. Kerangka Pemikiran



Sumber : Olahan Peneliti

## H. METODOLOGI PENELITIAN

### 1. JENIS PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif kualitatif. Menurut (Sugiyono, 2013: 9) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis metode kualitatif dengan jenis riset deskriptif. Menurut Sukmadinata, penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang menggunakan deskripsi dalam menganalisis suatu kejadian atau fenomena, kepercayaan, persepsi, sikap, sosial dan manusia atau kelompok orang itu sendiri. Dalam menggunakan jenis penelitian kualitatif biasanya menggunakan wawancara, pengamatan, observasi, dan pemanfaatan dokumen. ( Arif Furchan, 1992 : 21)

Memberikan deskripsi mengenai apa yang terjadi sebenarnya (fakta) adalah jenis penelitian ini yang bersifat deskriptif. Penelitian ini mengklarifikasi terhadap apa yang terjadi pada fenomena atau kenyataan sosial dengan cara pengumpulan data baik berupa pengamatan atau wawancara di lapangan. Penelitian deskriptif sendiri

menggambarkan suatu kejadian dari tindakan yang dilakukan oleh manusia baik hal tersebut merupakan alamiah atau rekayasa yang dibuat manusia itu sendiri. Penelitian deskriptif juga menunjukkan suatu perbedaan antara fenomena satu dengan fenomena yang lain baik berupa bentuk, aktivitas, karakteristik, perubahan, dan hubungan. Fenomena tersebut dideskripsikan yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti dengan hasil penelitian yang hanya berupa deskripsi mengenai variabel yang akan diteliti dan menyajikan kualifikasi dalam variabel tersebut. (Mulyadi, 2011: 132-133)

## 2. SUBJEK DAN OBJEK PENELITIAN

### a. Subjek

**Subjek** penelitian merupakan ada sesuatu yang terkait dengan hal yang akan diteliti. Sedangkan sumber data ialah suatu benda, hal, atau orang dan tempat dimana peneliti mengamati, membaca, atau bertanya tentang data. Penentuan sumber data pada orang yang diwawancarai dilakukan secara *purposive* (Sugiyono 2013:52). Subjek dari penelitian ini adalah *followers* dari akun Instagram @dr.tirta yang memiliki kiriterita untuk menjadi subjek dan partisipan wawancara penelitian sebagai berikut :

1. *Followers* dari akun Instagram @dr.tirta
2. Umur 17-24 tahun



3. Aktif dalam bersosial media
4. Mengetahui informasi tentang Covid 19 di Indonesia dengan baik

**b. Objek Penelitian**

Objek penelitian merupakan suatu kondisi yang menggambarkan atau menerangkan suatu situasi dari objek yang akan diteliti untuk mendapatkan gambaran yang jelas dari suatu penelitian. Untuk objek penelitian ini adalah perubahan gaya hidup dari *followers* Instagram @dr.tirta di masa pandemi Covid 19.

**I. TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Data dapat didefinisikan sebagai sekumpulan informasi atau angka hasil pencatatan atas suatu kejadian atau sekumpulan informasi yang digunakan untuk menjawab permasalahan penelitian (Yuwono & Mujia, 2016: 84)

**1. Data Primer**

Data primer data yang diperoleh secara langsung dan menjadi sumber utama data di lapangan. Data primer dari penelitian ini diperoleh melalui wawancara langsung. Wawancara sendiri merupakan suatu teknik atau cara pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh informasi langsung dari sumbernya (Sudaryono 2016:82). Penelitian menggunakan teknik pengambilan data secara *nonprobability sampling*. *Nonprobability*

*Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Teknik sampel ini meliputi, sampling sistematis, kuota, aksidental, purposive, jenuh, snowball (Sugiyono 2013 : 218). Melalui purposive sampling sampel dipilih sesuai dengan kriteria penelitian ini.

## 2. Data Sekunder

Data sekunder penelitian ini adalah Observasi. Observasi pada penelitian ini dilakukan secara virtual pada akun media sosial Instagram @dr.tirta baik itu pada konten dan interaksi antara para netizen dan tentunya *followers* Instagram @dr.tirta. Penelitian ini juga menggunakan studi dokumen. Studi dokumen menurut (Sugiyono, 2013:240) merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), cerita, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film, dan lain-lain.

Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Pada penelitian ini bisa diperoleh dokumen yang berupa postingan ,foto

dan, video terkait konten Instagram dr. Tirta serta bentuk media lainya sebagai pelengkap data. Melalui data sekunder ini juga dilakukan pengamatan pada media Instagram @dr.Tirta seperti interaksi dan aktivitas yang dilakukan pada *followers* Instagram @dr.Tirta untuk saling bertukar informasi dan pendapat tentang Covid 19 di Indonesia, baik itu dari pengalaman sendiri maupun informasi yang mereka peroleh dari teman serta informasi dari media lainya.



## **J. METODE ANALISIS DATA**

### **1. Reduksi Data**

Reduksi data merupakan proses pemilahan, pengabstrakan, dan penyederhanaan dalam mengelola data di dalam proses pengumpulan data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan (Sugiyono, 2013 : 247). Data tersebut masih mentah untuk dijadikan kajian dalam penelitian ini. Dalam proses reduksi data ini dilakukan secara berulang-ulang dan berkelanjutan dalam pengumpulan data hingga penelitian dalam karya tulis ilmiah ini selesai.

Reduksi data merupakan bagian dalam penelitian untuk menganalisis dan menyederhanakan kata-kata maupun kalimat agar lebih sederhana yang kemudian ditarik menjadi kesimpulan dan memperoleh data yang terverifikasi.

### **2. Penyajian Data**

Penyajian data merupakan penggabungan data yang telah terkumpul menjadi suatu informasi yang kemudian akan dijadikan data untuk kesimpulan dan pengambilan keputusan yang bisa juga berupa tindakan dalam penelitian. Setelah data direduksi, maka

langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Kalau dalam penelitian kuantitatif penyajian data ini dapat dilakukan dalam bentuk tabel, grafik, pie chart, pictogram dan sejenisnya. Melalui penyajian data tersebut, maka data terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin mudah dipahami (Sugiyono, 2013 : 249)

### 3. Penarikan Kesimpulan

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel (Sugiyono, 2013 : 252).

Penarikan kesimpulan yaitu peninjauan kembali seseorang penelitian terhadap catatan atau data yang dikumpulkan. Ketika peneliti mengumpulkan data yang telah terverifikasi, secara bersamaan peneliti juga telah membuat kesimpulan berdasarkan penelitian tersebut. Dalam penarikan kesimpulan data yang diperoleh akan disimpulkan dan diverifikasi kembali hingga akhir penelitian agar mampu dipertanggungjawabkan kebenarannya

## K. TRIANGULASI DATA

Pada uji keabsahan data dalam penelitian menurut (Sugiyono, 2013:270) terdiri dari uji *credibility* (validitas interval), *transferability* (validitas eksternal), *dependability* (reliabilitas), *confirmability* (objektivitas). Pada penelitian ini menggunakan uji *credibility* yaitu dengan teknik triangulasi. Ada empat macam triangulasi menurut (Pujileksono, 2015), yaitu triangulasi metode, triangulasi antar peneliti, triangulasi sumber data dan triangulasi teori. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber data yaitu untuk mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber (Sugiyono, 2013:274). Dengan triangulasi sumber, peneliti mencari berbagai sumber data yang berbeda-beda statusnya untuk kemudian diverifikasi kembali untuk dicari persamaan dan perbedaan dari berbagai sumber yang melalui metode wawancara untuk memperoleh data yang lebih valid. Untuk triangulasi pada penelitian ini yaitu psikolog klinis Sanidya Prabaswara, M.Psi

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Berbagai bentuk kemajuan zaman mulai membentuk manusia yang beradaptasi dengan lingkungannya. Dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi manusia memiliki gaya hidup baru. Pada pandemi Covid 19 yang telah berjalan hampir 2 tahun khususnya di Negara Indonesia membuat banyak pemerintah dan masyarakat mulai saling bekerja sama dalam menanggulangi dampak Covid 19 yang cukup luas. Sebagai dokter dan influencer dr.Tirta hadir untuk mengedukasi melalui platform media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia yaitu Instagram.

Berbagai bentuk faktor yang membuat perubahan gaya hidup seseorang dapat berubah yaitu melalui faktor internal dan eksternal seperti diri sendiri dan lingkungan dan perubahan gaya hidup ini bisa terjadi sesuai dengan kemampuan followers dr.Tirta dalam beradaptasi dengan gaya hidup yang baru. Dengan media Instagram yang memiliki karakteristik transparansi, jejaring relasi, multi opini, dan dialog komunikasi, membuat dr.Tirta lebih mudah dalam melakukan edukasi terhadap followersnya sehingga 3 followers dari penelitian ini mengungkapkan bahwa dr.Tirta menjadi salah satu role model dalam perubahan gaya hidup pada pandemi Covid 19 di Indonesia. Melalui postingan dr.Tirta Mas Tama, Aldi, dan Alin banyak belajar bagaimana penanganan dan berbagai tips dan trik dalam memulai gaya hidup yang lebih sehat. Untuk 2 followers dari penelitian ini



mengungkapkan bahwa perubahan gaya hidup mereka terjadi karena faktor lain dan tidak menjadikan dr.Tirta sebagai role model dalam perubahan gaya hidup mereka di masa pandemic Covid 19.

Dibantu melalui diri sendiri, kebiasaan atau perilaku, dan lingkungan membuat 3 followers dari penelitian ini mampu belajar dan meniru dari sosok dr.Tirta dan kemudian mengaplikasikannya pada kehidupan sehari-hari dan tentunya juga ikut mengajarkan apa yang diperoleh dari observasi dan pembelajaran sosial yang dilakukan salah satunya melalui media sosial Instagram dari konten dr.Tirta. Dengan adanya perubahan gaya hidup yang lebih sehat membuat followers Instagram @dr.tirta lebih waspada dan senantiasa menjaga pola hidup sehat.

## **B. SARAN**

Setelah melakukan penelitian terkait analisis perubahan gaya hidup followers Instagram @dr. Tirta di masa pandemi Covid 19 saran yang bisa diambil yaitu adalah

1. Bagi followers Instagram @dr.tirta untuk bisa memilah informasi lebih baik lagi dan tetap menjadi netizen yang baik serta menghargai pendapat orang lain. Karena pada pandemi Covid 19 ini kita diberikan ujian dan permasalahan terkait bahaya Covid 19 ini. Tentunya dalam menghadapi pandemi harus senantiasa waspada dan selalu mengajarkan bagaimana pola gaya hidup lebih sehat kepada masyarakat di sekitarnya
2. Bagi peneliti, peneliti sadar masih banyak kekurangan dalam segi penelitian ini, maka dari itu peneliti berharap bahwa penelitian ini bisa menjadi bahan

yang bisa disempurnakan di penelitian selanjutnya dengan mengkaji dari berbagai aspek khususnya dalam bidang kesehatan dalam upaya penerapan gaya hidup yang lebih sehat melalui media Instagram



## DAFTAR PUSTAKA

- Abu Ahmadi. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Afdalita, E., & Purwanto. (2015). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation Terhadap Hasil Belajar Fisika Pada Materi Pokok Listrik Dinamis di SMA Amir Hamzah Medan. *Inpafi*, 3(1), 29.
- Budiargo, D. (2015). *Berkomunikasi Ala Net Generation*. Kompas Gramedia.
- Bandura, A. 1977. *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Carr, C. T., & Hayes, R. (2015). Social Media: Defining, Developing, and Divining, *Atlantic Journal of Communication*. *Communication*.
- Galuh Palupi Swastyastu. (2016, October 5). *Bangga Tiru Nakalnya Awkarin, Tingkah Para Remaja Ini Bikin Kita Ngelus Dada - Tribun Solo*. Tribun Solo. <https://solo.tribunnews.com/2016/10/05/bangga-tiru-nakalnya-awkarin-tingkah-para-remaja-ini-bikin-kita-ngelus-dada>
- Harun, R., & Ardianto, E. (n.d.). *Komunikasi Pembangunan dan Perubahan Sosial : Perspektif Dominan, Kaji Ulang dan Teori Kritis* (1st ed.). Raja Grafindo Persada
- Holy Kartika Nurwigati Sumarningtyas. (2020, June 10). *Era Media Sosial Facebook Jadi yang Terpopuler di Indonesia Halaman all - Kompas.com*. KOMPAS. <https://www.kompas.com/sains/read/2020/06/10/163300823/era-media-sosial-facebook-jadi-yang-terpopuler-di-indonesia?page=all>
- Joyner, J. (2015). *Instagram for Beginners: Learn the Basic of Instagram, Get More Likes, Attract New Followers Guide* (1st ed.). Mihails Konoplovs.
- Juju, & Feri, S. (2010). *Branding Promotion With Social Network*. PT.Elex Media Komputindo.
- Mayfield, A. (2014). *What is Social Media? Social Media Security*, 1–20. <https://doi.org/10.1016/b978-1-59749-986-6.00001-1>
- Nugroho, J. S. (2013). *Perilaku Konsumen* (Revisi). Kencana Perdana Media Grup.
- Profil Instagram dr.Tirta. (2021, September 3). *Cipeng | TIRTA (@dr.tirta) • Foto dan video Instagram*. Instagram. <https://www.instagram.com/dr.tirta/?hl=id>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)* (B. Widayantina (ed.); 13th ed.). Erlangga.
- Silvyia, L. M. (2009). *Pengaruh Faktor Gaya Hidup Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen*. 6(1), 93.
- Simon Kemp. (2021, February 11). *Digital in Indonesia: All the Statistics You*

*Need in 2021 — DataReportal – Global Digital Insights*. Data Reportal.  
<https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>

Shihab, Muhammad Quraish. 2007. *Tafsir al-Mishbah (Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Quran) Jilid 7*, Jakarta: Lentera Hati.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*. Alfabeta.

West, R., & H, T. L. (2008). *Pengantar Teori Komunikasi Analisis dan Aplikasi* (3rd ed.). Salemba Humanika.

World Health Organization. (n.d.). *Coronavirus*. Retrieved September 3, 2021, from [https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1)

Yuwono, E., & Mujia, R. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*. PT Raja Grafindo Persada.

