

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Globalisasi membawa pengaruh pada perubahan gaya hidup masyarakat Indonesia, salah satunya perubahan pada pola makan dan kesehatan (Khomsan dan Faisal, 2018: 10). Perubahan gaya hidup cenderung dialami oleh remaja, seperti yang dikemukakan oleh Sarintohe dan Prawitasari (2006: 347) bahwa remaja biasa mengalami perubahan yang cenderung tidak sehat pada perilaku makan dan rentan terhadap perubahan fisik karena adanya pengaruh dari media massa dan interaksi sosial. Remaja menurut World Health Organization (WHO) berada dalam rentang usia 12 sampai 24 tahun dalam masa peralihan menuju dewasa yang melibatkan perubahan biologis, sosial-emosional, dan kognitif (Santrock, 2003: 26).

Dewasa ini masyarakat cenderung beralih ke produk olahan cepat saji yang tinggi lemak dan garam. Kecanggihan teknologi turut andil dalam perubahan gaya hidup yang mengurangi aktivitas fisik individu. Guyton dan Hall (2007: 850) mengklaim bahwa ketidakseimbangan energi masuk dengan yang keluar akan menimbulkan obesitas. Hal ini menunjukkan perilaku makan dan aktifitas fisik menjadi komponen penting dalam gaya hidup remaja. Pemenuhan gizi remaja harus diperhatikan dengan mengonsumsi makanan bergizi agar membentuk perilaku makan yang sehat, mengingat ketidakseimbangan energi dari gizi yang masuk dan keluar akan menimbulkan obesitas. Nyatanya keberagaman masalah gizi khususnya remaja di Indonesia masih memerlukan perhatian.

Berdasarkan *baseline survey* UNICEF pada 2017 yang dilansir dalam artikel Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada 2020 menyebutkan bahwa adanya perubahan aktivitas fisik dan pola makan pada remaja menyebabkan timbulnya permasalahan gizi yang tinggi bagi masyarakat Indonesia. Adapun Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) menyebutkan prevalensi obesitas remaja dalam cakupan usia 18 tahun keatas terus meningkat.

Tabel 1.1
Proporsi Berat Badan Lebih dan Obesitas pada > 18 Tahun

2007	2013	2018
10.5%	14.8%	21.8%

Sumber: Riskesdas, 2018

Obesitas termasuk dalam masalah gizi yang memiliki dampak kesehatan yang serius di masyarakat. Obesitas menimbulkan kurangnya tenaga produktif dan pembengkakan biaya kesehatan yang harus ditanggung negara. Penting bagi pemangku kepentingan terkait untuk memperhatikan faktor penyebab tingginya tingkat obesitas.

Kecanggihan teknologi media turut mengubah gaya hidup dengan aktivitas fisik yang dulunya aktif namun sekarang berkurang drastis (Khan, dkk., 2002: 73). Khalayak masyarakat sekarang ini sangat terpaku pada *new media*. Tercatat dalam hasil laporan perusahaan media asal Inggris pada 2022, *We Are Social* melaporkan jumlah yang menggunakan internet di Indonesia sekitar 204,7 juta dengan penetrasi 73,7% dari seluruh populasi Indonesia (Hootsuite, 2022).

Berdasarkan riset *We Are Social* (2022), YouTube sebagai salah satu *new media* saat ini yang cukup populer di kalangan pengguna internet. Indonesia menjadi negara ketiga yang paling banyak menggunakan aplikasi YouTube. Dari total keseluruhan populasi pengguna internet menunjukkan bahwa sekitar 93,8% merupakan pengguna YouTube dalam rentang usia 16-64 tahun. Tercatat 135,1 juta orang dengan penetrasi 74,3% menghabiskan waktu untuk menonton vlog atau video blog atau konten lainnya di YouTube. Hal tersebut tidak dapat diragukan, melihat keanekaragaman konten menarik yang diunggah di platform yang menempati posisi pertama layanan *video streaming* populer tersebut. Terlampir rata-rata waktu menonton *broadcast* dan *streaming*, pengguna YouTube memilih secara bebas konten apa yang diminati dengan menghabiskan 2 jam 50 menit setiap harinya (Hootsuite, 2022)

Fitur kebebasan mengunggah dan mengakses video menjadikan YouTube menjadi pilihan favorit pengguna internet meski tetap adanya kebijakan dan pedoman yang seharusnya. Konten-konten kreatif bermunculan seiring perkembangan internet, maka sangatlah mudah bagi sebuah fenomena

tersebarkan secara luas. Salah satunya adalah fenomena yang sangat diminati dalam beberapa tahun ini di Youtube, yakni Mukbang.

Awalnya mukbang merupakan suatu kegiatan seseorang memperlihatkan dirinya sedang memakan berbagai macam makanan dalam jumlah banyak yang direkam untuk diperlihatkan kepada audiens. Dibuktikan dalam penelitian Eunkyo Kang, dkk (2020: 2), *mukbang* menjadi sangat populer di Korea dengan meningkatnya popularitas media siaran langsung pembuat konten makan sendiri atau dengan seseorang dan terus berkomunikasi dengan pemirsa. “Mukbang” berasal dari gabungan dua kata Bahasa Korea yaitu *Meokneun* dan *Bangsong*, yaitu siaran makan. Sebelumnya, mukbang disiarkan di situs Afreeca TV pada 2008. Namun kini mukbang menarik lebih banyak penonton melalui YouTube secara global. Mukbang yang merupakan salah satu konten kuliner kini sangat diminati oleh khalayak di Indonesia. Ditunjukkan berdasarkan hasil riset Asosiasi Penyelenggara Data Internet (APJII) yang dirilis pada November 2020 bahwa kuliner termasuk urutan ketiga sebagai konten yang paling sering ditonton pengguna internet sebanyak 7,7%.

Hubungan mukbang dan keterkaitannya dengan perilaku makan seseorang ditinjau dari komponen penting perilaku makan berdasarkan Grimm dan Steinle (2011) yang memengaruhi waktu makan, kuantitas asupan makanan, dan menentukan pilihan makanan sebagai tolak ukur terpaan tayangan (Ardianto, dkk, 2014: 34). Suhardjo (1989) dalam Purwaningrum (2008: 10) mengemukakan perilaku makan merupakan pengaruh fisiologis, psikologis, sosial, dan budaya terhadap cara seseorang memilih makanan untuk dikonsumsi sebagai reaksinya.

Dalam penelitian EunKyo Kang, dkk (2020: 2), terdapat beberapa faktor mengapa mukbang menjadi populer. Pertama, kesepian. Korea memiliki budaya makan bersama. Ketika orang Korea makan, mereka tidak hanya berbagi meja, tetapi juga berbagi makanan yang sama. Namun dengan meningkatnya jumlah orang yang memutuskan hidup sendiri dengan berbagai alasan di Korea, maka lebih sedikit orang yang makan dengan keluarga mereka. Pada generasi saat ini, menonton mukbang melalui siaran online merupakan salah satu cara alternatif untuk memuaskan hasrat makan bersama.

Dalam penelitian yang sama tersebut menyebutkan beberapa khalayak menonton video mukbang sambil makan. Dengan kata lain, banyak anak muda yang menganggap mukbang sebagai teman makan baru mereka. Kedua, mirip dengan “acara makan”, penonton mukbang merasakan kepuasan yang diwakilkan saat menonton video tersebut. Untuk meningkatkan kepuasan penonton, pembuat mukbang sengaja makan dengan suara keras atau menempatkan makanan di dekat kamera. Melalui rangsangan visual dan pendengaran ini, penonton mukbang merasa bahwa keinginan mereka akan makanan terpenuhi secara bergantian. Melihat fakta tersebut, dapat diperoleh gambaran adanya pengaruh kepada audiens yang ditimbulkan oleh media massa menjadi poin penting yang akan dilakukan dalam penelitian ini. Penelitian Casey, dkk (2008) mengemukakan pernyataan yang sama bahwa adanya pengaruh yang spesifik dari konten media massa terhadap cara pikir audiens. Frekuensi, durasi, dan atensi tayangan menjadi tolak ukur pada pengaruh tayangan melalui konsep Rosengren (1974) dalam Rakhmat (2004: 66).

Hadirnya mukbang di Indonesia, mengundang konten kreator memilih untuk menjadikan mukbang sebagai isi kontennya. Salah satu YouTuber mukbang yang memenangkan penghargaan *Video Content Creator Awards* 2021 dalam kategori *Content Creator* Kuliner Terfavorit yang diselenggarakan GTV dan memiliki *subscriber* terbanyak di Indonesia dengan konten kuliner menurut penelusuran Lokadata per 31 Maret 2021 dan CNBC Indonesia, yakni kanal Tanboy Kun. Bernama asli Bara Ilham ini melalui kanal Tanboy Kun memuat konten mukbang dengan berbagai jenis makanan dengan waktu yang cepat dan dalam jumlah banyak. Tanboy Kun bergabung dengan YouTube sejak 27 Oktober 2016 dan berhasil mendapatkan 15,2 juta *subscriber* dengan 519 video yang berisi mukbang per 09 Maret 2022.

Gambar 1.1
Video Tanboy Kun dengan Jumlah Penonton Terbanyak
 Sumber: Olahan Peneliti, 2022



Tabel 1.2

Daftar Video Tanboy Kun dengan Jumlah Penonton Terbanyak

Judul Video	Tanggal Unggah	Jumlah Penonton
<i>GILA!!! 10 AYAM DAN 3 CHEESE BURGER MCDONALD PAKE 2 BOTOL SAOS SAMYANG NUCLEAR 4X LEBIH PEDES</i>	13 Juli 2019	85,257,709
<i>MADNESS !! OPEN FAST WITH 15 KENTUCKY FRIED CHICKEN MIXED WITH 2 BOTTLES SAMYANG NUCLEAR SAUCE !!</i>	19 Mei 2019	67,409,827
<i>PAQUI ONE CHIP CHALLENGE MIXED WITH GHOST PEPPER NOODLE / 2.5 MILLION LEVEL OF SPICINESS</i>	12 Desember 2019	42,856,024

Sumber: Olahan Peneliti, 2022

Dapat dilihat tiga judul video dengan jumlah tayangan terbanyak di kanal Tanboy Kun dari tabel diatas yang dapat disimpulkan bahwa penonton mukbang di Indonesia yang menonton video Tanboy Kun lebih menyukai konten makanan cepat saji dengan rasa yang sangat pedas dan jumlah yang

banyak menunjukkan bahwa makanan yang dikonsumsi tidak sehat. Maka dari itu, berikut dasar faktor-faktor mengapa penelitian perilaku makan ini penting dilakukan:

Pertama, permasalahan gizi khalayak di Indonesia memerlukan perhatian khusus. Salah satu masalah gizi dengan jumlah tingkat yang tinggi, yakni obesitas yang selalu mengalami peningkatan seiring perkembangan masa. Hal tersebut searah dengan konten video mukbang yang diminati khalayak, menampilkan seorang YouTuber mukbang mengonsumsi makanan cepat saji dalam jumlah yang banyak, cepat, dan pedas. Hal tersebut menjadi harapan dilaksanakannya penelitian ini agar dapat menjadi data bagi pemangku kepentingan terkait untuk menyortir segala bentuk penyebab terjadi permasalahan obesitas yang ada di Indonesia.

Kedua, Penelitian ini dilakukan atas dasar kesadaran perkembangan media saat ini yang sangat pesat membuat arus informasi seakan tidak terbatas yang melibatkan individu terpengaruh akan isi media. Demikian hadirnya fenomena mukbang yang akan memberikan dampak pada siapapun yang menonton. Berikut dalam Rakhmat (2007: 216) mengungkapkan media internet yang menyajikan perilaku kehidupan sehari-hari, seperti cara berpakaian, berperilaku, atau berbicara dapat memungkinkan untuk ditiru bagi yang terlibat. Terutama bagi remaja yang mudah teralihkan yang menjadi fokus penelitian yang ini, di mana segala keinginan, rasa penasaran, dan segala perubahan banyak terjadi pada masa tersebut. Sejalan dengan penelitian perilaku makan yang terjadi pada remaja di masa perkembangan pesat internet saat ini.

Dengan menelaah penyebab obesitas dari perilaku makan yang dilakukan merupakan hal yang menarik dalam penelitian ini. Dengan begitu penelitian ini bisa menjadi bagian data dalam memilah penyebab permasalahan gizi khususnya obesitas khalayak di Indonesia. Peneliti berfokus pada perilaku yang ditampilkan dalam konten mukbang “Tanboy Kun” terhadap perilaku makan penonton remaja yang mengikuti kanal Tanboy Kun. Dengan menggunakan metode kuantitatif, peneliti akan memberikan analisis regresi kuantitatif dengan mempelajari sampel populasi yang didapatkan. Demikian hasil sampel akan

digeneralisasikan dan diuji berdasarkan dampak yang dihasilkan dari faktor yang memengaruhi (Creswell, 2009: 145).

Variabel X dalam penelitian ini adalah pengaruh terpaan mukbang (siaran makan) dengan variabel Y adalah perilaku makan. Adapun teori yang digunakan ialah Teori Kultivasi yang merupakan teori komunikasi massa yang meneliti efek jangka panjang media massa pada khalayak.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang, rincian rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah intensitas waktu menonton mukbang berpengaruh terhadap perilaku makan remaja?
2. Apakah jenis isi konten mukbang berpengaruh terhadap perilaku makan remaja?
3. Apakah atensi mukbang berpengaruh terhadap perilaku makan remaja?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian dilaksanakan untuk mencapai tujuan berikut:

1. Menganalisis pengaruh intensitas waktu menonton mukbang terhadap perilaku makan
2. Menganalisis pengaruh jenis isi konten mukbang terhadap perilaku makan
3. Menganalisis pengaruh atensi mukbang terhadap perilaku makan

1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan dapat menyumbangkan gagasan dan memperkuat teori yang sudah ada, serta memberikan kontribusi dalam penelitian lanjutan dengan yang serupa.

2. Manfaat Kebijakan

Penelitian diharapkan dapat menjadi pijakan pemangku kepentingan terkait, terutama Kementerian Kesehatan (Kemenkes) untuk meninjau media massa terhadap faktor permasalahan gizi khalayak di Indonesia.

3. Manfaat Praktis

Penelitian diharapkan dapat menjadi pijakan dan kesadaran dalam perubahan yang lebih positif terhadap perilaku makan yang baik, serta diharapkan menjadi bahan rujukan bagi penelitian berikutnya.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Skripsi ini memuat lima bab silih berhubungan yang setiap babnya ditulis dalam beberapa sub bab sebagai ekspansi uraian skripsi. Sistematika skripsi disajikan sebagai berikut:

1. Bab 1 (Pendahuluan) bab ini memuat latar belakang penelitian, rumusan masalah dalam penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan struktur organisasi penelitian.
2. Bab 2 (Kajian Pustaka) bab ini memuat seluruh kajian pustaka terkait variabel yang diajukan, penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini, serta kerangka berpikir yang diterapkan dalam penelitian.
3. Bab 3 (Metode Penelitian) bab ini memuat rancangan desain penelitian, partisipan, populasi, sampel, instrumen penelitian, operasionalisasi variabel, pengujian instrumen penelitian, dan teknik analisis data beserta pengujian hipotesis.
4. Bab 4 (Temuan dan Pembahasan) bab ini memuat hasil temuan peneliti berdasarkan hasil olahan data serta pembahasannya.
5. Bab 5 (Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi) bab terakhir ini memuat sub-bab yang berkaitan dengan simpulan penelitian, implikasi, dan rekomendasi penelitian untuk ditujukan kepada pihak terkait.