

PENGARUH PAPARAN KONTEN KESEHATAN DI TIKTOK TERHADAP PENGETAHUAN KEHAMILAN SEHAT PADA GEN Z

Arum Dwi Anjani^{1*}, Devy Lestari Nurul Aulia², Niza Oktaviona³, Duriyanti⁴, Ireza Fuja Andara⁵, Alini⁶, Nailah Al-Hikmah⁷

Universitas Batam^{1,2,3,4,5,6,7}

*Corresponding Author : arum.dwianjani05@univbatam.ac.id

ABSTRAK

TikTok telah menjadi platform yang sangat populer di kalangan generasi muda, khususnya Gen Z, sebagai sumber informasi kesehatan. Dengan format video pendek yang menarik dan mudah dipahami, konten yang disajikan di TikTok memiliki potensi untuk meningkatkan pemahaman tentang pentingnya perawatan kesehatan selama kehamilan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif berbasis analisis data sekunder yang mencakup tiga sumber utama data: TikTok, Google Trends, dan laporan kesehatan dari organisasi resmi. Data TikTok diambil dari hashtag terkait kehamilan sehat, sedangkan Google Trends digunakan untuk mengamati tren pencarian informasi tentang kehamilan sehat di kalangan Gen Z. Selain itu, laporan kesehatan dari organisasi seperti WHO dan Kementerian Kesehatan RI dijadikan referensi untuk memperoleh gambaran lebih komprehensif tentang tingkat kesadaran kesehatan kehamilan pada generasi muda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan konten edukasi kesehatan di TikTok berpengaruh positif terhadap peningkatan kesadaran Gen Z mengenai pentingnya perawatan kesehatan selama kehamilan. Konten yang sering kali berisi tips praktis dan informasi yang mudah dipahami mampu menarik perhatian audiens muda. Namun, penelitian ini juga menyoroti pentingnya verifikasi informasi yang tersebar di TikTok, mengingat tantangan terkait penyebaran misinformasi yang dapat mempengaruhi pemahaman pengguna. Oleh karena itu, kewaspadaan terhadap kualitas dan akurasi informasi menjadi hal yang sangat penting dalam memanfaatkan platform ini sebagai sumber edukasi.

Kata kunci : edukasi kesehatan kehamilan, gen z, tiktok

ABSTRACT

TikTok has become a very popular platform among the younger generation, especially Gen Z, as a source of health information. With a short video format that is interesting and easy to understand, the content presented on TikTok has the potential to increase understanding of the importance of health care during pregnancy. This study uses a quantitative approach based on secondary data analysis that includes three main sources of data: TikTok, Google Trends, and health reports from official organizations. TikTok data was drawn from hashtags related to healthy pregnancy, while Google Trends was used to observe trends in the search for information about healthy pregnancy among Gen Z. In addition, health reports from organizations such as WHO and the Indonesian Ministry of Health were referenced to obtain a more comprehensive picture of the level of pregnancy health awareness in the younger generation. The results showed that exposure to health education content on TikTok had a positive effect on increasing Gen Z's awareness of the importance of health care during pregnancy. Content that often contains practical tips and easy-to-understand information is able to attract the attention of young audiences. However, this study also highlights the importance of verifying the information shared on TikTok, given the challenges related to health education.

Keywords : gen Z, Pregnancy Health Education, Tiktok

PENDAHULUAN

TikTok semakin populer di kalangan Gen Z sebagai sumber informasi kesehatan karena format kontennya yang singkat, menarik, dan mudah diakses. Dengan fitur video pendek dan algoritma yang menyesuaikan preferensi pengguna, TikTok memungkinkan penyebaran informasi kesehatan secara cepat. Banyak tenaga medis, seperti dokter dan ahli gizi,

memanfaatkan platform ini untuk memberikan edukasi kesehatan yang dikemas secara ringan dan mudah dipahami. Selain itu, tren kesehatan, seperti diet, olahraga, dan tips mental health, sering kali viral di TikTok, menarik minat Gen Z yang cenderung mencari informasi secara instan dan visual (Adistri dan Rusman 2024). Namun, di balik potensinya sebagai alat edukasi, TikTok juga memiliki risiko besar terkait penyebaran misinformasi. Tidak semua konten yang viral dibuat oleh sumber yang kredibel, sehingga hoaks atau mitos kesehatan dapat dengan mudah menyebar. Banyak pengguna yang menerima informasi tanpa melakukan verifikasi, sehingga berisiko mempercayai hal-hal yang salah, terutama dalam bidang kesehatan dan sains (Alvin dan Kom 2022). Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk selalu bersikap kritis, memeriksa sumber informasi, dan mengandalkan referensi dari ahli sebelum mengikuti tren atau saran yang beredar di TikTok. Regulasi platform serta edukasi literasi digital menjadi kunci dalam mengurangi dampak negatif dari misinformasi ini (Alvin dan Kom 2022).

Selain dalam bidang kesehatan, TikTok juga memiliki potensi besar sebagai alat edukasi di berbagai bidang, termasuk sains dan pendidikan. Platform ini memungkinkan para ahli dan pendidik untuk menyampaikan informasi dengan cara yang kreatif dan interaktif, menjadikannya lebih menarik bagi audiens muda (Supriadi dan Priyanti 2022). Dengan algoritma yang dapat menyesuaikan konten sesuai minat pengguna, TikTok mampu menyebarkan edukasi ke jutaan orang dalam waktu singkat. Banyak tenaga profesional, seperti dokter, guru, dan ilmuwan, telah memanfaatkan TikTok untuk memberikan wawasan yang bermanfaat dengan cara yang lebih ringan dan mudah diterima (Rukmana dkk. 2023). Namun, seperti halnya di bidang kesehatan, informasi yang tidak akurat juga sering beredar dalam bentuk video edukatif. Oleh karena itu, literasi digital sangat diperlukan agar pengguna dapat memilah mana informasi yang benar-benar valid dan mana yang hanya sekadar sensasional atau tidak berdasar (Rukmana dkk. 2023).

Edukasi kehamilan sehat juga menjadi salah satu aspek penting yang harus diperhatikan dalam era digital ini. Dengan pemahaman yang baik tentang pola makan yang seimbang, pemeriksaan kehamilan rutin, serta gaya hidup yang sehat, ibu hamil dapat mengurangi risiko komplikasi seperti preeklamsia, diabetes gestasional, dan kelahiran prematur (Wahyuni dkk. 2024). Selain itu, edukasi yang baik juga membantu ibu dalam mengenali tanda-tanda bahaya selama kehamilan sehingga dapat segera mencari pertolongan medis jika diperlukan. Tidak hanya kesehatan fisik, edukasi kehamilan juga berperan dalam menjaga kesehatan mental ibu. Kehamilan dapat menjadi fase yang penuh tantangan, baik secara emosional maupun psikologis, sehingga penting bagi ibu untuk memahami cara mengelola stres dan kecemasan (Lubis dkk. 2023). Dukungan dari tenaga medis, keluarga, dan komunitas juga berperan dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi ibu hamil (Lubis dkk. 2023).

Dengan semakin berkembangnya media sosial sebagai sumber informasi, edukasi digital menjadi hal yang tidak bisa diabaikan. Masyarakat, terutama Gen Z yang sangat aktif di media sosial, harus memiliki kemampuan untuk menyaring informasi yang mereka konsumsi. TikTok dan platform sejenis memang memberikan kemudahan dalam mengakses berbagai pengetahuan, tetapi tanpa sikap kritis, risiko misinformasi bisa berdampak serius, terutama dalam bidang kesehatan. Oleh karena itu, kolaborasi antara platform media sosial, tenaga profesional, serta edukator digital sangat diperlukan untuk memastikan bahwa informasi yang tersebar tetap valid dan bermanfaat bagi masyarakat luas (Junita, 2024).

Media sosial telah menjadi salah satu sumber utama informasi kesehatan bagi masyarakat, terutama di kalangan generasi muda. Dengan kemudahan akses dan format konten yang menarik, berbagai platform seperti TikTok, Instagram, dan YouTube digunakan untuk menyebarkan informasi kesehatan dalam bentuk yang lebih mudah dipahami. Banyak tenaga medis dan ahli kesehatan memanfaatkan media sosial untuk mengedukasi masyarakat tentang berbagai topik, mulai dari pola makan sehat, olahraga, kesehatan mental, hingga

pencegahan penyakit (Junita, 2024). Namun, di sisi lain, media sosial juga menjadi tempat berkembangnya misinformasi, di mana informasi yang tidak akurat atau bahkan menyesatkan dapat menyebar dengan cepat tanpa adanya verifikasi yang memadai. Oleh karena itu, penting bagi pengguna untuk selalu kritis dalam menyaring informasi kesehatan yang mereka terima (Junita, 2024).

TikTok, sebagai salah satu platform media sosial yang sedang naik daun, memiliki peran besar dalam edukasi kesehatan. Dengan fitur video pendek dan algoritma yang menyesuaikan konten sesuai minat pengguna (Puspitasari, Purwani, dan Sos 2022), TikTok memungkinkan penyebaran informasi kesehatan secara luas dan cepat. Banyak dokter, ahli gizi, dan profesional medis lainnya menggunakan TikTok untuk menyajikan edukasi kesehatan dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh masyarakat. Berbagai tren kesehatan, seperti diet, olahraga, dan tips kesehatan mental, sering kali viral di platform ini, menarik minat banyak pengguna, terutama Gen Z. Namun, di balik manfaatnya (Ramby 2022), TikTok juga memiliki tantangan dalam hal akurasi informasi. Tidak semua konten dibuat oleh ahli, sehingga pengguna harus lebih selektif dalam memilih sumber informasi agar tidak terjebak dalam tren kesehatan yang tidak memiliki dasar ilmiah (Ramby, 2022).

Generasi Z (Gen Z), yang tumbuh di era digital, memiliki akses luas terhadap berbagai informasi, termasuk mengenai kehamilan sehat. Kehamilan sehat mengacu pada kondisi di mana ibu hamil dan janin mendapatkan perawatan yang optimal, baik dari segi fisik maupun mental, untuk memastikan perkembangan janin yang baik serta mengurangi risiko komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Indikator kehamilan sehat meliputi asupan nutrisi yang seimbang, pemeriksaan kehamilan rutin, aktivitas fisik yang sesuai, serta manajemen stres dan kesehatan mental ibu. Selain itu, pemahaman tentang tanda-tanda bahaya kehamilan, seperti tekanan darah tinggi, perdarahan, atau penurunan gerakan janin, juga menjadi bagian penting dalam memastikan kesehatan ibu dan bayi (Taufiq 2024).

Penelitian sebelumnya telah menyoroti pengaruh media sosial terhadap kesehatan ibu dan anak. Sebuah studi yang meneliti pengaruh media promosi kesehatan terhadap perilaku ibu dalam pencegahan stunting selama pandemi COVID-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media promosi kesehatan memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu terkait pencegahan stunting pada anak usia dini (Kirana, Aprianti, dan Hariati 2022). Selain itu, fenomena "Sosmedika Mom" menggambarkan bagaimana ibu-ibu modern menggunakan media sosial untuk mencari informasi, berbagi pengalaman, dan mendapatkan dukungan dalam pengasuhan anak. Penelitian yang lain menemukan bahwa media sosial berperan penting dalam membentuk pola asuh ibu-ibu modern (Sugitanata dan Aqila 2024).

Terkait dengan pola pencarian informasi kesehatan oleh Generasi Z, sebuah studi yang meneliti perilaku pencarian informasi kesehatan oleh Generasi Z terkait vaksinasi COVID-19. Namun, mereka juga menghadapi tantangan dalam memilah informasi yang akurat di tengah maraknya disinformasi. Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut menyoroti peran penting media sosial dalam penyebaran informasi kesehatan, baik bagi ibu maupun Generasi Z (Irfaniah, Hak, dan Rianti 2021). Namun, tantangan terkait akurasi informasi dan kemampuan memilah informasi yang valid tetap menjadi perhatian utama agar masyarakat dapat mengambil keputusan yang tepat mengenai kesehatan mereka ((Irfaniah, Hak, dan Rianti 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana paparan konten kesehatan di TikTok berpengaruh terhadap kesadaran dan pengetahuan Generasi Z mengenai kehamilan sehat. Dalam era digital, media sosial telah menjadi salah satu sumber utama informasi bagi generasi muda, termasuk dalam bidang kesehatan reproduksi. TikTok, dengan format video pendek yang menarik dan algoritma yang dapat menyesuaikan preferensi pengguna, menjadi platform yang efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengevaluasi apakah konten edukasi kesehatan yang tersedia di TikTok mampu

meningkatkan pemahaman Gen Z mengenai kehamilan sehat, serta bagaimana tingkat kesadaran mereka terhadap pentingnya perawatan kesehatan selama masa kehamilan.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai efektivitas media sosial, khususnya TikTok, dalam menyampaikan informasi kesehatan dan meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama di kalangan Gen Z. Dari sisi praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan rekomendasi bagi tenaga kesehatan dalam memanfaatkan media sosial sebagai sarana edukasi yang lebih efektif. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi panduan bagi para pembuat konten kesehatan di TikTok agar dapat menyajikan informasi yang lebih akurat, menarik, dan berbasis bukti ilmiah, sehingga dapat berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran generasi muda terhadap kehamilan sehat.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif berbasis analisis data sekunder untuk mengevaluasi pengaruh konten kesehatan di TikTok terhadap kesadaran kehamilan sehat pada Generasi Z (Suci Sukmawati dkk. 2023). Metode ini dipilih karena memungkinkan analisis data dalam skala besar untuk memahami pola keterlibatan pengguna dengan konten kesehatan di media sosial. Dengan mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana TikTok berperan dalam menyebarkan informasi kesehatan dan apakah paparan konten tersebut memiliki hubungan dengan peningkatan kesadaran tentang kehamilan sehat. Teknik analisis yang digunakan meliputi analisis statistik deskriptif dan analisis korelasi untuk melihat hubungan antara keterlibatan dengan konten kesehatan dan tingkat pencarian informasi terkait di Google Trends.

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh pengguna TikTok dari Generasi Z yang terpapar konten kesehatan terkait kehamilan sehat. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih responden dengan karakteristik tertentu, yaitu individu dari Generasi Z yang aktif mengonsumsi dan berinteraksi dengan konten tersebut. Kriteria inklusi mencakup pengguna aktif yang mengikuti atau terlibat dengan konten kehamilan sehat, sedangkan kriteria eksklusi mencakup pengguna yang tidak aktif atau tidak memiliki keterlibatan dengan topik tersebut. Ukuran sampel ditentukan berdasarkan jumlah unggahan, interaksi pengguna, serta tren pencarian terkait di TikTok. Data diperoleh melalui API TikTok atau manual scraping dengan fokus pada hashtag terkait, serta dianalisis bersama tren pencarian di Google Trends untuk melihat kesadaran dan minat terhadap topik ini. Selain itu, laporan kesehatan dari WHO, Kementerian Kesehatan RI, BKKBN, dan UNICEF digunakan sebagai sumber data tambahan untuk memahami tingkat kesadaran dan pengetahuan kehamilan sehat secara lebih luas.

Prosedur penelitian mencakup pengumpulan data melalui API TikTok, manual scraping, serta analisis tren dari Google Trends, yang kemudian dikategorikan berdasarkan variabel utama, seperti jumlah interaksi, frekuensi unggahan, dan tren pencarian terkait kehamilan sehat. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mengidentifikasi pola keterlibatan pengguna, serta analisis korelasi untuk menguji hubungan antara popularitas konten kesehatan di TikTok dengan tingkat pencarian informasi di Google Trends. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah $p < 0.05$, di mana nilai p yang lebih kecil dari 0.05 menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik antara keterlibatan dengan konten kesehatan dan minat pencarian informasi terkait di Google Trends (Jailani dan Saksitha 2024).

HASIL

Tren konten kesehatan kehamilan di TikTok menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir, seiring dengan semakin populernya platform ini di kalangan

Gen Z. Misalnya, pada tahun 2024, hashtag #KehamilanSehat di TikTok telah mengumpulkan lebih dari 500 juta tampilan (views), sementara hashtag #EdukasiKehamilan mencapai lebih dari 200 juta tampilan. Konten yang berfokus pada edukasi kehamilan sehat, tips perawatan selama kehamilan, serta berbagi pengalaman pribadi dari ibu hamil atau profesional medis semakin banyak ditemukan. Video-video ini sering kali menggunakan format yang ringan, kreatif, dan mudah dipahami, membuat topik kesehatan kehamilan menjadi lebih menarik untuk ditonton oleh audiens muda.

Engagement rate, atau tingkat keterlibatan pengguna terhadap konten kehamilan sehat di TikTok, cenderung tinggi, dengan rata-rata video yang mendapatkan sekitar 50.000 hingga 100.000 like dan 1.000 hingga 5.000 komentar per video. Ini menunjukkan bahwa pengguna tidak hanya tertarik untuk menonton, tetapi juga berinteraksi dengan konten tersebut, baik dengan memberikan respons, bertanya, atau berbagi pengalaman mereka sendiri. Tingginya *engagement rate* ini mencerminkan bagaimana platform TikTok berhasil menciptakan komunitas yang aktif, di mana individu dapat berdiskusi dan belajar dari pengalaman orang lain. Konten dengan *engagement* tinggi sering kali menjadi viral, membantu meningkatkan jangkauan informasi kesehatan kehamilan kepada lebih banyak orang, terutama di kalangan Gen Z yang sangat aktif di media sosial.

Selain itu, popularitas konten kesehatan kehamilan di TikTok dapat diukur dari jumlah tayangan (views) yang diterima oleh video terkait. Video yang mendapatkan banyak views cenderung memiliki daya tarik visual yang kuat dan mampu menyampaikan pesan kesehatan dengan cara yang menarik dan mudah dipahami. Pada bulan Januari 2025, beberapa video dengan tips kehamilan sehat telah meraih lebih dari 10 juta views, dan sering kali muncul tren viral yang dapat meningkatkan popularitas konten kehamilan sehat secara keseluruhan. Misalnya, video yang berisi tips tentang pola makan sehat selama kehamilan atau cara-cara praktis merawat diri selama kehamilan sering kali mendapat perhatian lebih. Meskipun banyak konten ini memberikan edukasi yang bermanfaat, penting juga untuk memverifikasi kebenaran informasi yang disampaikan agar tidak ada penyebaran informasi yang salah atau menyesatkan.

Hasil analisis uji t-test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat keterlibatan pengguna antara konten edukasi kehamilan sehat dan konten non-edukasi. Rata-rata interaksi pada konten edukasi mencapai 1.250, sementara pada konten non-edukasi hanya 900. Dengan jumlah sampel yang sama pada kedua kelompok, yaitu 50 pengguna, dan standar deviasi masing-masing 300 dan 280, hasil perhitungan menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$, yang berarti perbedaan ini signifikan secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa pengguna TikTok dari Generasi Z lebih aktif berinteraksi dengan konten yang memiliki unsur edukasi dibandingkan dengan konten yang tidak berfokus pada edukasi kesehatan. Hal ini bisa disebabkan oleh meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi, khususnya kehamilan sehat, di kalangan anak muda. Interaksi yang lebih tinggi pada konten edukasi juga dapat mencerminkan bahwa pengguna merasa informasi yang disajikan relevan dan bermanfaat bagi mereka.

Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat antara jumlah tayangan konten edukasi kehamilan sehat di TikTok dengan volume pencarian terkait di Google Trends. Dari data yang dikumpulkan selama sepuluh minggu, nilai korelasi yang diperoleh adalah $r = 0.89$, yang menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi jumlah views konten kehamilan sehat di TikTok, semakin tinggi pula pencarian informasi terkait di Google. Sebagai contoh, pada minggu ke-1, rata-rata views konten TikTok mencapai 120.000, sementara skor Google Trends berada di angka 45. Seiring meningkatnya jumlah views pada minggu ke-10 menjadi 180.000, skor *Google Trends* juga mengalami peningkatan hingga 65, menunjukkan adanya hubungan linier antara paparan konten di TikTok dan peningkatan pencarian informasi di

Google. Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa setiap kenaikan 10.000 views pada konten TikTok berhubungan dengan kenaikan rata-rata 1,5 hingga 2 poin dalam skor Google Trends. Misalnya, ketika jumlah views meningkat dari 135.000 pada minggu ke-2 menjadi 150.000 pada minggu ke-3, skor Google Trends naik dari 50 ke 55, menunjukkan bahwa eksposur yang lebih tinggi terhadap konten TikTok mendorong pengguna untuk mencari informasi tambahan melalui Google. Begitu pula pada minggu ke-7, ketika rata-rata views mencapai 175.000, skor Google Trends naik menjadi 62, mengindikasikan bahwa popularitas suatu topik di media sosial dapat memengaruhi perilaku pencarian informasi di platform lain. Dengan nilai $p < 0.05$, hubungan ini dapat dikatakan signifikan secara statistik, menegaskan bahwa kenaikan views di TikTok secara konsisten diikuti oleh peningkatan tren pencarian di Google.

PEMBAHASAN

Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa TikTok berperan sebagai pemicu awal dalam meningkatkan kesadaran pengguna terhadap topik kesehatan, yang kemudian mendorong mereka untuk melakukan pencarian informasi lebih lanjut di Google. Dengan demikian, pembuat konten dan institusi kesehatan dapat menggunakan strategi berbasis media sosial untuk meningkatkan keterjangkauan dan efektivitas kampanye edukasi kesehatan. Jika tren ini dimanfaatkan secara optimal, maka distribusi informasi kesehatan dapat lebih luas dan memiliki dampak yang lebih besar dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat, khususnya dalam hal kehamilan sehat.

Perubahan pola pencarian informasi tentang kehamilan sehat di Google Trends dapat mencerminkan dampak langsung dari viralnya video edukasi di TikTok. Sebagai contoh, setelah video edukasi tentang kehamilan sehat yang viral pada Maret 2024, pencarian untuk kata kunci "kehamilan sehat" di Google meningkat lebih dari 50% dalam dua minggu setelahnya. Peningkatan ini menunjukkan bahwa video-video viral di TikTok berpengaruh langsung pada minat untuk mencari informasi lebih lanjut mengenai topik tersebut, terutama di kalangan Gen Z yang sangat aktif mencari informasi di internet.

Peningkatan pencarian ini dapat dijelaskan oleh dampak konten viral yang telah menarik perhatian audiens yang lebih luas. Video edukasi yang mendapat banyak like, komentar, dan berbagi cenderung mendorong pengguna untuk mencari informasi lebih lanjut untuk memperdalam pemahaman mereka tentang kesehatan kehamilan. Seiring dengan lonjakan pencarian di Google Trends, data menunjukkan bahwa lebih dari 100.000 pencarian terkait "tips kehamilan sehat" terjadi dalam waktu 24 jam setelah video viral yang dibagikan oleh seorang profesional medis. Hal ini menggambarkan bagaimana audiens yang tertarik kemungkinan akan mencari sumber daya lebih lanjut, seperti artikel, panduan, atau video lain yang terkait dengan kehamilan sehat, yang tercermin dalam lonjakan volume pencarian di Google Trends. Oleh karena itu, viralnya konten edukasi di TikTok dapat memicu perubahan pola pencarian informasi, meningkatkan kesadaran dan minat masyarakat terhadap pentingnya kesehatan kehamilan. Peningkatan pencarian ini juga menunjukkan bahwa media sosial memiliki peran besar dalam membentuk pola pikir dan minat masyarakat mengenai isu-isu kesehatan. Dengan cara ini, TikTok bukan hanya menjadi sumber hiburan, tetapi juga sarana edukasi yang dapat mendorong pencarian informasi lebih lanjut yang mendalam.

Paparan konten edukasi tentang kehamilan sehat di TikTok kemungkinan besar berhubungan positif dengan peningkatan kesadaran Gen Z mengenai topik tersebut. TikTok, sebagai platform yang sangat visual dan interaktif, memungkinkan penyampaian informasi yang lebih mudah dipahami, terutama di kalangan generasi muda yang cenderung lebih terhubung dengan media sosial. Konten edukasi yang dibagikan melalui video pendek, yang sering kali berfokus pada tips praktis, mitos dan fakta tentang kehamilan, serta pengalaman

pribadi, memiliki daya tarik yang besar bagi audiens muda. Dengan jumlah konten yang terus berkembang dan semakin populer, kesadaran Gen Z tentang pentingnya kesehatan selama kehamilan dapat meningkat seiring dengan semakin banyaknya informasi yang mereka terpapar.

Semakin banyak konten edukasi di TikTok dapat berfungsi sebagai katalisator untuk peningkatan kesadaran tersebut, terutama jika video-video ini dapat menarik perhatian dan mendorong audiens untuk mencari informasi lebih lanjut. Konten yang mendapatkan banyak perhatian melalui like, komentar, dan share cenderung meningkatkan jangkauan, sehingga lebih banyak individu akan terpapar pada topik kesehatan kehamilan yang relevan. Selain itu, keterlibatan aktif seperti berkomentar atau berdiskusi tentang video edukasi juga dapat memperdalam pemahaman mereka. Hal ini menunjukkan bahwa paparan informasi yang terus-menerus dan mudah diakses melalui TikTok dapat mempengaruhi pola pikir dan pengetahuan Gen Z tentang pentingnya menjaga kesehatan selama kehamilan.

Namun, untuk memastikan apakah ada korelasi yang signifikan antara banyaknya konten edukasi dan peningkatan kesadaran, penelitian lebih lanjut diperlukan dengan menggunakan analisis data yang menghubungkan frekuensi konten yang dibagikan dengan tingkat kesadaran atau pengetahuan Gen Z tentang kehamilan sehat. Jika ada bukti bahwa semakin banyak konten edukasi yang diakses di TikTok, maka dapat disimpulkan bahwa media sosial memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran kesehatan kehamilan di kalangan Gen Z. Temuan mengenai pengaruh paparan konten edukasi kesehatan di TikTok terhadap kesadaran kehamilan sehat pada Gen Z dapat dibandingkan dengan hasil penelitian sebelumnya yang juga meneliti dampak media sosial terhadap kesadaran kesehatan. Sejumlah studi sebelumnya menunjukkan bahwa media sosial, terutama platform seperti Facebook, Instagram, dan YouTube, memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan di kalangan generasi muda. Sebagai contoh, penelitian yang diterbitkan dalam Jurnal Inovasi Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial untuk promosi kesehatan dapat meningkatkan kesadaran ibu tentang pentingnya pencegahan stunting. Hasil tersebut menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi sarana efektif untuk mendidik masyarakat mengenai isu kesehatan yang relevan.

Penelitian yang lebih spesifik tentang Gen Z, seperti studi yang dipublikasikan dalam Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi, juga menemukan bahwa generasi muda cenderung menggunakan media sosial dan sumber elektronik sebagai referensi utama untuk informasi kesehatan, termasuk terkait vaksinasi COVID-19. Meskipun demikian, studi tersebut juga mencatat tantangan dalam memilah informasi yang benar, terutama di tengah maraknya disinformasi. Dengan demikian, temuan ini sejalan dengan hasil yang menunjukkan bahwa TikTok memiliki potensi besar dalam mempengaruhi pengetahuan dan kesadaran kesehatan, namun juga harus diimbangi dengan kesadaran akan risiko misinformasi.

Perbandingan dengan temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa TikTok, sebagai platform yang lebih baru dan sangat populer di kalangan Gen Z, berperan penting dalam menyebarkan informasi kesehatan dengan cara yang lebih menarik dan mudah dicerna. Meskipun memiliki potensi yang besar, penelitian sebelumnya mengingatkan pentingnya verifikasi informasi yang diterima melalui media sosial. Oleh karena itu, temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, tetapi juga menambah bukti bahwa TikTok dapat mempengaruhi kesadaran kesehatan dengan cara yang lebih interaktif dan visual, meskipun tantangan terkait akurasi informasi tetap menjadi perhatian utama.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa paparan konten edukasi kesehatan mengenai kehamilan sehat di TikTok berpengaruh positif terhadap peningkatan kesadaran

Gen Z mengenai topik tersebut. Semakin banyaknya konten edukatif yang dibagikan dan keterlibatan aktif dari pengguna, seperti like, komentar, dan share, dapat memperluas jangkauan informasi dan mendalami pemahaman tentang pentingnya kesehatan selama kehamilan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa media sosial, terutama TikTok, berpotensi besar dalam meningkatkan kesadaran kesehatan, meskipun tantangan terkait akurasi informasi tetap perlu diwaspadai.

Implikasi dari penelitian ini mengarah pada pentingnya pembuat konten dan tenaga kesehatan untuk lebih berhati-hati dalam memverifikasi informasi yang disampaikan melalui TikTok, agar dapat memberikan edukasi yang akurat dan bermanfaat bagi audiens. Pengguna TikTok juga diharapkan dapat lebih kritis dalam mengonsumsi informasi yang ada di platform ini. Sementara itu, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam metode pengumpulan data, terutama dalam mengukur dampak langsung dari konten edukasi terhadap pengetahuan pengguna secara mendalam. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan metode yang lebih komprehensif, seperti survei longitudinal atau eksperimen terkontrol, untuk menggali lebih jauh hubungan antara paparan konten edukasi dan perubahan perilaku atau pengetahuan kesehatan pada Gen Z.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini, khususnya para responden dari generasi Z yang telah meluangkan waktu untuk berbagi pengalaman dan wawasan mereka. Terimakasih juga kepada para akademisi, tenaga kesehatan, serta rekan-rekan sejawat yang telah memberikan masukan berharga dalam penyusunan jurnal ini. Tidak lupa, apresiasi kami sampaikan kepada platform TikTok sebagai ruang berbagi informasi kesehatan yang semakin berperan dalam meningkatkan pemahaman mengenai kehamilan sehat. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat luas serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam bidang kesehatan digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Adistri, N., & Rusman, A. A. (2024). Pemenuhan kebutuhan informasi pada TikTok: Studi *uses and gratification di era digital*. *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi*, 8(2), 103–116.
- Alvin, S., & Kom, S. I. (2022). *Komunikasi politik di era digital: dari big data, influencer relations & kekuatan selebriti, hingga politik tawa*. Deepublish.
- Irfaniah, H., Hak, A. A., & Rianti, F. (2021). Penerapan e-literasi dalam menanggapi infodemic COVID-19 di media sosial. *Berkala Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 19(2), 208–222.
- Jailani, M. S., & Saksitha, D. A. (2024). Teknik analisis data kuantitatif dan kualitatif dalam penelitian ilmiah. *Jurnal Genta Mulia*, 15(2), 79–91.
- Junita, D. (2024). Realitas keterlibatan Gen Z dalam media sosial Tiktok perspektif sosiokultural. *INTERCODE*, 4(1).
- Kirana, R., Aprianti, A., & Hariati, N. W. (2022). Pengaruh media promosi kesehatan terhadap perilaku ibu dalam pencegahan stunting di masa pandemi Covid-19 (pada anak sekolah TK Kuncup Harapan Banjarbaru). *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(9), 2899–2906.
- Lubis, D. P. U., Meilani, S. M., Wulandari, R. P., & Keb, S. T. (2023). *Peningkatan quality of life pada ibu hamil*. Penerbit K-Media.
- Puspitasari, N., & Purwani, D. A. (2022). *Cyber public relations*. Adipura Book Centre.
- Ramby, K. (2022). Konsistensi kreator konten Tiktok dalam memproduksi video sebagai aplikasi nomor satu di App Store.

- Rukmana, A. Y., Zebua, R. S. Y., Aryanto, D., Nur'Aini, I., Ardiansyah, W., Adhicandra, I., & Setiawan, Z. (2023). *Dunia multimedia: Pengenalan dan penerapannya*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Sugitanata, A., & Aqila, S. (2024). Transformasi pengasuhan anak di era digital: Analisis fenomena 'Sosmedika Mom' dan dampaknya terhadap ibu-ibu modern. *SPECTRUM: Journal of Gender and Children Studies*, 4(1), 17–31.
- Sukmawati, A. S., Rusmayadi, G., Amalia, M. M., Hikmah, H., Rumata, N. A., Abdullah, A., Sari, A., Hulu, D., Wikaningtyas, R., & Munizu, M. (2023). *Metode penelitian kuantitatif: Teori dan penerapan praktis analisis data berbasis studi kasus*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Supriadi, S. P., & Priyanti, N. A. (2022). *Mengajar di era Tiktok: Strategi jitu media pembelajaran untuk generasi Z*. Cipta Media Nusantara.
- Taufiq, Z. (2024). Gizi dan kelompok. *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 51.
- Wahyuni, S., Akib, A., Rukinah, R., Pammu, R., Wahyuni, R., Rahmawati, R., & Mirnawati, M. (2024). *Free ultrasound examination (ultrasound) with the theme 'optimize pregnancy examination to guard a healthy pregnancy.'* *Jurnal Pengabdian Masyarakat Edukasi Indonesia*, 1(2), 70–76. <https://doi.org/10.61099/jpmei.v1i2.52>