

**TINDAKAN PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI
WANITA PENYANDANG *POLYCYSTIC OVARY
SYNDROME* (PCOS) MELALUI MEDIA INSTAGRAM
(KAJIAN PADA AKUN INSTAGRAM @pcosfighterindonesia)**

SKRIPSI

Program Sarjana (S-1)

Jurusan Sosiologi



Disusun Oleh :

Safira Ayuningtyas

1706026043

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO

SEMARANG

2021

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (lima) eksemplar

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada
Yth. Dekan
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
UIN Walisongo Semarang
Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi, dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Safira Ayuningtyas

NIM : 1706026043

Jurusan : Sosiologi

Judul Skripsi : Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita Penyandang *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS) Melalui Media Instagram – Kajian Pada Akun Instagram @pcosfighterindonesia

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamua'laikum Wr. Wb.

Semarang, 02 November 2021

Pembimbing,

Bidang Substansi Materi



Akhriyadi Sofian, M.A

NIDN. 2022107903

Bidang Metodologi & Tatatulis



Ririh Megah Safitri, M.A

NIP. 199209072019032018

SKRIPSI

**TINDAKAN PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI
WANITA PENYANDANG *POLYCYSTIC OVARY
SYNDROME (PCOS)* MELALUI MEDIA INSTAGRAM
(KAJIAN PADA AKUN INSTAGRAM @pcosfighterindonesia)**

Disusun Oleh:

Safira Ayuningtyas

1706026043

Telah dipertahankan di depan majelis penguji skripsi
pada tanggal 23 November 2021 dan dinyatakan LULUS

Susunan Dewan Penguji

Ketua



Dr. Ahwan Fanani, M.Ag

NIP. 196904252000031001

Sekretaris



Ririh Megah Safitri, M.A

NIP. 199209072019032018

Penguji I

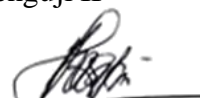


Dr. Moh. Fauzi, M.Ag

NIP. 197205171998031003



Penguji II



Nur Hasyim, M.A

NIDN. 2023037303

Pembimbing I



Akhriyadi Sofian, M.A

NIDN. 2022107903

Pembimbing II



Ririh Megah Safitri, M.A

NIP. 199209072019032018

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 02 November 2021

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Safira', with a long horizontal stroke extending to the right.

Safira Ayuningtyas

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT karena atas nikmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita Penyandang *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS) Melalui Media Instagram – Kajian Pada Akun Instagram @pcosfighterindonesia”.

Selama proses pembuatan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak pengalaman, dukungan, arahan, dan moral dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya untuk semua pihak yang terlibat baik secara langsung maupun tidak langsung, diantaranya adalah :

1. Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M. Ag., selaku Rektor UIN Walisongo Semarang dan seluruh jajarannya.
2. Dr. Misbah Zulfa Elizabeth, M.Hum., selaku Dekan FISIP UIN Walisongo Semarang yang sudah memberikan motivasi, membimbing, dan menyemangati peneliti dalam penulisan skripsi ini.
3. Akhriyadi Sofian, M.A., selaku Wali Dosen dan Dosen Pembimbing Pertama serta Ririh Megah Safitri, M.A., selaku Dosen Pembimbing Kedua yang banyak memberikan bimbingan serta arahan kepada peneliti.
4. Seluruh Dosen dan Staff FISIP UIN Walisongo atas dedikasi, ilmu, dan pelayanan yang diberikan kepada peneliti.
5. Kedua orangtua tercinta yang selalu melimpahkan waktu, kasih sayang, dan dukungan moral serta materil kepada putri satu-satunya.
6. DR. dr. Erwinanto, Sp.OG (K), selaku DPJP dari keluarga peneliti dan inspirasi atas tercetusnya tema skripsi ini. Semoga seluruh kebaikan dokter terbalaskan dan menjadi berkah untuk dokter beserta keluarga.
7. Mbak Andini selaku *founder* dari akun @pcosfighterindonesia beserta seluruh admin dan cyster-cyster semua. *We get this through together!*
8. Adinda Purnama, Agata Resana, Hanum Wandira, dan Putri Listyana. Sahabat-sahabat peneliti sedari SMP dan SMK yang selalu menghibur dan ada dikala peneliti jenuh maupun sedih. Kalian yang terbaik.

9. Farah Aliyya, Faida Rizquna, Husnaini, Sardana, Hafidz Ernanda, Marisa Diah, Dede Faruq, Anggita Rezanti, Nurqom, Evi Layaliya, Ida Purwatiningsih, dan seluruh keluarga Sosiologi 17 lainnya yang tidak bisa peneliti sebutkan seluruhnya. Terimakasih sudah menjadi tempat curhat dan sobat sambat selama masa perkuliahan ini. Sukses dan berkah selalu untuk gelar sarjana kita.
10. Team UKM F-Entre sekaligus adik ketemu gede, terimakasih untuk kebersamaan dan kerja samanya selama 3 tahun terakhir ini.
11. Staf Kecamatan Semarang Barat dan Kelurahan Kalibanteng Kidul. Terimakasih atas pelayanan, kepercayaan, dan pengalaman yang sudah diberikan kepada peneliti selama PPL, KKL, dan KKN.
12. Kawan-kawan KKN MDR-11 Kelompok 23, terimakasih atas kegokilan dan keseruan selama KKN.
13. Seluruh relawan dan staf PILAR PKBI Jateng yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, *you know who you are*. Terimakasih untuk canda tawa dan kekeluargaan yang hangat bagaikan keluarga cemara.
14. Keluarga besar Trah Soedarto dan Trah Moetalib yang selalu mendoakan dan menjadi sumber kebahagiaan peneliti.

Demikian ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada semua pihak baik yang terlibat langsung maupun yang tidak terlibat langsung, semoga segala kebaikan yang sudah diberikan kepada peneliti menjadi berkah untuk kita semua dan dibalas berkali-kali lipat oleh Allah SWT.

Semarang, 02 November 2021



Safira Ayuningtyas

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim....

Karya ini kupersembahkan untuk orang terkasih

Papa Sudaryoko dan Mama Trisanti Anggarini yang sudah membesarkan,
mendukung, serta memberi kasih sayang kepada putri tunggalnya

Seluruh Cyster PCOS Fighter Indonesia

Almamater tercinta Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

UIN Walisongo Semarang Kampus Hijauku

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah does not burden a soul beyond that it can bear”

(Qs. Al-Baqarah : 286)

ABSTRAK

Akun @pcosfighterindonesia diprakasai oleh Andini seorang penyandang *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS) atau dikenal dengan gangguan menstruasi yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi kesehatan lainnya. Andini berusaha mengedukasi masyarakat sebanyak mungkin agar masyarakat lebih *aware* dengan PCOS/gangguan menstruasi. Melalui akun @pcosfighterindonesia, Andini senantiasa mengingatkan pentingnya untuk mengetahui siklus menstruasi normal dan memelihara kesehatan reproduksi mereka kini dan nanti. Tindakan yang Andini lakukan membawa banyak dampak positif serta perubahan bagi pengikut akun @pcosfighterindonesia. Berdasarkan permasalahan tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dampak yang diakibatkan dari akun @pcosfighterindonesia dalam tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita penyandang PCOS melalui media Instagram terhadap *followers* mereka.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan netnografi. Pengumpulan data dilakukan dalam bentuk observasi partisipatoris, wawancara, dan dokumentasi. Sumber data didapatkan melalui data primer yang bersumber langsung dari informan dan data sekunder yang didapatkan secara tidak langsung dari informan dalam bentuk foto, video, maupun dokumen sebagai data pendukung untuk memperkuat penelitian ini. Objek dalam penelitian ini adalah *founder* dari akun @pcosfighterindonesia beserta *followers* akun @pcosfighterindonesia. Penentuan informan dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* untuk *founder* dan *simple random sampling* untuk *followers*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teori tindakan sosial sebagai kerangka teori. Teori ini dipilih karena teori tindakan sosial dapat melihat bagaimana proses aktor bertindak untuk mencapai tujuannya.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan terjadinya tindakan pemeliharaan kesehatan wanita penyandang PCOS oleh *followers* mereka. Tindakan ini dilakukan setelah mereka mendapatkan edukasi melalui konten-konten yang dibagikan oleh akun @pcosfighterindonesia. Ada yang berhasil mendapatkan *self love*, menurunkan berat badan, merasa tidak berjuang sendiri, dsb. Penyampaian pesan-pesan edukasi melalui gambar dan ilustrasi yang apik membuat imbauan-imbauan akun @pcosfighterindonesia mudah dipahami oleh para *followers*. Akun @pcosfighterindonesia berhasil meningkatkan kesadaran tentang PCOS dan kesehatan wanita dengan konten yang edukatif, informatif, dan interaktif.

Kata Kunci : Tindakan Sosial, Kesehatan Reproduksi Wanita, Komunitas PCOS

ABSTRACT

The @pcosfighterindonesia account was initiated by Andini, a person with Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) or known as menstrual disorders which can cause various other health complications. Andini tries to educate as many people as possible so that people are more aware of PCOS/menstrual disorders. Through the @pcosfighterindonesia account, Andini always reminds the importance of knowing the normal menstrual cycle and maintaining their reproductive health now and in the future. Andini's actions brought many positive impacts and changes for followers of the @pcosfighterindonesia account. Based on these problems, this study aims to find out how the impact of the @pcosfighterindonesia account in maintaining reproductive health for women with PCOS through Instagram media on their followers.

This research uses a qualitative research method with a netnographic approach. Data was collected in the form of participatory observation, interviews, and documentation. Sources of data obtained through primary data sourced directly from informants and secondary data obtained indirectly from informants in the form of photos, videos, and documents as supporting data to strengthen this research. The object of this research is the founder of the @pcosfighterindonesia account along with the followers of the @pcosfighterindonesia account. Determination of informants is done by using purposive sampling technique for founders and simple random sampling for followers. In this research, researchers used social action theory as a theoretical framework. This theory was chosen because social action theory can see how the process of actors acting to achieve their goals.

The results of this research indicate the occurrence of health maintenance actions for women with PCOS by their followers. This action was taken after they received education through the content shared by the @pcosfighterindonesia account. Some have managed to get self love, lose weight, feel they are not struggling alone, etc. The delivery of educational messages through beautiful pictures and illustrations makes the @pcosfighterindonesia account's appeals easy to understand for followers. The @pcosfighterindonesia account has succeeded in increasing awareness about PCOS and women's health with educational, informative, and interactive content.

Keyword : Social Action, Woman Health Reproduction, PCOS Community

DAFTAR ISI

NOTA PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO.....	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan.....	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Tinjauan Pustaka	9
F. Kerangka Teori	14
G. Metode Penelitian.....	18
H. Sistematika Penulisan.....	24
BAB II TINDAKAN PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI WANITA PENYANDANG <i>POLYCYSTIC OVARY SYNDROME</i> (PCOS) MELALUI MEDIA INSTAGRAM	

A. Tindakan Sosial.....	26
B. Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita Penyandang <i>Polycystic Ovary Syndrome</i> (PCOS)	29
C. Media Instagram	40
BAB III GAMBARAN UMUM AKUN INSTAGRAM @pcosfighterindonesia	
A. Akun Instagram Kesehatan Reproduksi Wanita di Indonesia	45
B. Akun Instagram @pcosfighterindonesia	50
BAB IV KONTEN PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI AKUN @pcosfighterindonesia	
A. Strategi Penyebaran Konten Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita Akun @pcosfighterindonesia.....	62
B. Langkah Akun @pcosfighterindonesia Mewujudkan Misi ‘ <i>Raise Awareness About PCOS and Women’s Health</i> ’.....	82
BAB V TINDAKAN AKUN @pcosfighterindonesia DALAM PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI WANITA	
A. Motif dan Tujuan Akun @pcosfighterindonesia dalam Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita	101
B. Dampak Tindakan Sosial Akun @pcosfighterindonesia dalam Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita	114
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan	127
B. Saran.....	128
DAFTAR PUSTAKA	130
LAMPIRAN	140
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	143

DAFTAR TABEL

Tabel 1 : Analisis media siber	23
Tabel 2 : Pengguna Instagram berdasarkan usia dan jenis kelamin	45
Tabel 3 : Media Sosial terfavorit untuk mengakses berita dan informasi.....	46
Tabel 4 : Data akun komunitas PCOS dan jumlah <i>followers</i> -nya	52
Tabel 5 : Data jumlah postingan dan <i>like</i> @pcosfighterindonesia	53
Tabel 6 : Data dan jumlah anggota grup WhatsApp.....	59
Tabel 7 : Klasifikasi konten periode Januari - Juni 2021	65
Tabel 8 : Tabel data kegiatan IG <i>live</i> dan webinar April-Juni 2021	70
Tabel 9 : Media sosial sebagai akses informasi utama masyarakat	84
Tabel 10 : Jumlah pengguna media sosial di Indonesia.....	84
Tabel 11 : Klasifikasi <i>caption</i> imbauan	92
Tabel 12 : Alasan mengapa pemuda enggan berobat	101
Tabel 13 : Tindakan pemeliharaan kesehatan informan	121

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Kolaborasi @pcosfighterindonesia dengan dokter obgyn	5
Gambar 2 : Konten edukasi @pcosfighterindonesia	5
Gambar 3 : Tantangan diet 14 hari	6
Gambar 4 : Gambaran USG dengan hasil PCO.....	34
Gambar 5 : Patofisiologi PCOS	36
Gambar 6 : Konsep <i>social model of health</i>	39
Gambar 7 : Logo komunitas @pcosfighterindonesia	56
Gambar 8 : Buku antologi dan jurnal @pcosfighterindonesia	57
Gambar 9 : Klasifikasi tema konten @pcosfighterindonesia.....	64
Gambar 10 : Perbandingan respon <i>audience</i> dalam 2 tema konten.....	65
Gambar 11 : <i>Top post based on reach</i> akun PCOS Fighter	66
Gambar 12: <i>Reach</i> konten IGTV dan IG <i>live</i> yang kurang diminati	72
Gambar 13: Perbandingan jumlah wanita menikah dengan lajang	73
Gambar 14 : Penggunaan hastag @pcosfighterindonesia	77
Gambar 15: <i>Mention</i> rekomendasi akun @pcosfighterindonesia.....	79
Gambar 16 : <i>Tagged</i> dokter Ferry dan Tommy dalam akun PCOS	82
Gambar 17 : Tampilan visual <i>feed</i> akun @pcosfighterindonesia.....	86
Gambar 18: Ilustrasi seorang ibu menggendong bayi-nya.....	88
Gambar 19 : Konsep <i>ice berg</i> PCOS	89
Gambar 20 : Skematis teori aksi Parson	107
Gambar 21 : Salah satu postingan mengenai <i>self love</i>	117
Gambar 22 : Salah satu kisah penyandang PCOS	120
Gambar 23 : Salah satu testimoni kisah perjuangan <i>followers</i>	125

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Permohonan ijin penelitian dengan @pcosfighterindonesia	140
Lampiran 2 : Wawancara dengan Andini, <i>founder</i> @pcosfighterindonesia	140
Lampiran 3 : Penyebaran poster form angket informan	141
Lampiran 4 : Wawancara bersama Ny. T, Ny. C, Ny. A, dan Nn. R.....	141
Lampiran 5 : Wawancara bersama Nn. D dan Nn. E.....	142
Lampiran 6 : Kegiatan webinar via Zoom @pcosfighterindonesia	142

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Instagram merupakan medium komunikasi digital yang banyak dipilih saat ini. Instagram diluncurkan pada tanggal 6 Oktober 2010 oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger. Pada saat Instagram pertama kali di publikasikan, terdapat 25.000 pengguna baru yang melakukan *sign up* (Instagram, 2010). Tanggal 9 April 2012, Facebook mengakuisisi Instagram, dengan bergabungnya dua perusahaan tersebut mereka berusaha untuk membangun serta mengembangkan Instagram menjadi jauh lebih baik lagi (Instagram, 2012). Media sosial ini merupakan sebuah aplikasi berbagi foto dan video gratis yang tersedia di iPhone dan Android. Pengguna bisa mengunggah foto atau video dan membaginya dengan pengikut atau grup teman (Facebook, 2021).

Aplikasi berbasis foto dan video ini banyak digunakan berbagai kalangan sebagai tempat untuk bersosialisasi maupun transaksi jual beli online. Salah satu keunikan dari aplikasi ini adalah rasio atau ukuran dari foto yang hendak di-upload. Rasio ikonik Instagram versi awal hingga saat ini adalah 1:1, yang menghasilkan tampilan foto mirip dengan hasil foto polaroid seperti ikon logo Instagram versi awal. Pada prakteknya, Instagram bagaikan sebuah jurnal pribadi virtual para penggunanya, dimana mereka dapat meng-*upload* foto apapun yang mereka inginkan, setiap saat kapanpun, menentukan lokasi foto dimanapun, serta menuliskan judul foto apapun (Putri, 2016).

Instagram merupakan salah satu media sosial dimana banyak berkembang komunitas kesehatan. Salah satu *point plus* dari media sosial ini adalah memiliki tampilan berbasis visual. Sehingga konten-konten yang diposting menjadi ter-*highlight*, dan pesan-pesan yang disampaikan melalui foto maupun video dapat tersampaikan dengan baik. Berbeda

dengan Facebook, Twitter, maupun Youtube yang tidak memiliki tampilan berbasis visual. *Caption*, status, dan video yang terlalu panjang cenderung membuat jenuh para *audience* sehingga pesan yang disampaikan tidak terserap maksimal.

Seiring dengan berkembangnya penggunaan media sosial, selaras pula dengan masyarakat yang mulai mencari dan bertukar informasi tentang ranah kesehatan dalam media sosial. Perkembangan penyakit merupakan hal yang hampir seimbang bahkan lebih dibandingkan dengan tingkat pertumbuhan penduduk di Indonesia, setiap detik penduduk di Indonesia terkena penyakit yang belum tentu ditemukan obatnya, setiap individu manusia baru merasakan dirinya mengalami penyakit apabila timbul gejala-gejala yang mulai mengganggu, tindakan yang diambil salah satunya adalah mengunjungi dokter dan rumah sakit (Leonita & Jalinus, 2018).

Era digitalisasi saat ini, masyarakat menuntut seluruh kebutuhan pelayanan kesehatan dan pelayanan yang terkait dengan kebutuhan pasien harus dapat dilayani secara efisien yakni; mudah, cepat, akurat, bermutu namun dengan biaya yang terjangkau (Hanifah, 2020). Oleh sebab itu, kini mulai banyak bermunculan *telemedicine* ataupun komunitas berbasis kesehatan di media sosial. Masyarakat tidak perlu mengunjungi dokter maupun rumah sakit untuk mendapatkan informasi kesehatan atau sekedar berdiskusi mengenai penyakitnya.

Kesehatan reproduksi (selanjutnya disingkat menjadi kespro) merupakan satu dari sekian banyak permasalahan kesehatan yang dialami penduduk Indonesia, khususnya kespro pada wanita. Gangguan kespro wanita meliputi; infertilitas, penyakit menular seksual, gangguan haid, dan radang panggul. Kebanyakan penyebab gangguan kespro tersebut diakibatkan oleh gaya hidup serta ketidaktahuan masyarakat tentang pemeliharaan kespro yang baik dan benar. Sangat disayangkan bahwa

sebenarnya gangguan kesehatan ini dapat di cegah dengan baik. Di Indonesia ada anggapan bahwa membicarakan seks adalah hal yang tabu dan pendidikan seks akan mendorong remaja untuk berhubungan seks. Sebagian besar masyarakat masih beranggapan pendidikan seks sebagai suatu hal yang vulgar (Miswanto, 2014).

Media sosial kini memiliki tampilan memberdayakan, menarik, serta mendidik pengguna mengenai ranah kesehatan. Gerakan ini dikenal dengan '*Health 2.0*' yang didefinisikan sebagai pengguna media sosial serta kemampuannya untuk mempromosikan kolaborasi antara pasien, pengasuh, tenaga medis, dan pemangku kepentingan lainnya di dalam bidang kesehatan. Dalam lingkungan '*Health 2.0*', orang dengan kondisi kesehatan kronis dapat berbagi cerita satu sama lain, bukan hanya dalam bentuk dukungan emosional, melainkan pula dalam bentuk berbagi ilmu dengan anggota lain yang memiliki kondisi sama dalam sebuah komunitas *online* (Kahn, 2008).

'*Health 2.0*' sudah ter-aplikasikan dalam ranah Instagram. *Health 2.0* sangat sesuai dengan situasi saat ini, didukung pula dengan sifat internet yang cepat dan interaktif. Salah satu komunitas kesehatan reproduksi wanita yang mengaplikasikan *health 2.0* ialah komunitas *Polycystic Ovary Syndrome Fighter Indonesia*. *Polycystic Ovary Syndrome* (selanjutnya disingkat menjadi PCOS), merupakan kelainan endokrin yang berdampak pada sistem reproduksi wanita (Maggyvin & Barliana, 2019). PCOS merupakan gangguan hormon yang menyebabkan menstruasi seorang wanita menjadi terganggu. Komunitas @pcosfighterindonesia dibentuk oleh Andini Yudita pada Oktober 2017. Pada awalnya Andini hanya ingin menjadikan akun @pcosfighterindonesia sebagai akun pribadinya, bukan akun komunitas. Tidak lama kemudian berkat saran dari temannya ia merubah akun @pcosfighterindonesia menjadi sebuah akun komunitas (Yudita, 2018).

Penelitian yang dilakukan Faiz Satrio Susanto (2019) dalam akun @tabu.id menunjukkan tindakan akun @tabu.id dalam mengedukasi pengikut akunya mengenai informasi kesehatan reproduksi, meningkatkan pengetahuan dan merubah pandangan serta perilaku para pengikutnya mengenai permasalahan kesehatan reproduksi. Akun @tabu.id memiliki *tagline* bahwa akun tersebut merupakan forum ruang belajar tentang kesehatan seksual dan reproduksi untuk orang muda Indonesia, melalui konten-konten dengan ilustrasi yang menarik dan eksistensinya sebagai akun pendidikan mengenai kesehatan seksual dan reproduksi membuat akun ini mendapat kredibilitas yang baik.

Kemudian dalam penelitian yang dilakukan Ingar Ratna Kusuma, Evicenna Naftuhah Riani, dan Dealita Aulia (2020) mengenai promosi kesehatan reproduksi melalui media sosial menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi sarana untuk meningkatkan pengetahuan serta mendorong perubahan perilaku kesehatan reproduksi. Era globalisasi menstimulus masyarakat untuk semakin sering menggunakan media sosial sebagai sarana berinteraksi (Kusuma dkk, 2020). Media sosial menjadi bagian yang penting dalam perkembangan era digitalisasi saat ini. Masyarakat dapat mengakses segala macam informasi melalui media sosial. Melalui media sosial, akses dan sasaran edukasi menjadi lebih luas serta dapat membidik para generasi remaja.

Sejak dibentuk pada tahun 2017, kini @pcosfighterindonesia tercatat memiliki 37.900 pengikut serta 948 postingan (data 3 Juni 2021). Misi dari komunitas @pcosfighterindonesia adalah '*raise awareness about PCOS and women's health*'. Dalam merealisasikan misi tersebut, akun @pcosfighterindonesia melakukan kolaborasi dengan berbagai dokter terutama dokter spesialis obgyn dan tenaga kesehatan professional terkait, guna mengedukasi kewaspadaan tentang PCOS dan kesehatan wanita.

Selain kolaborasi dengan dokter dan tenaga kesehatan terkait, akun @pcosfighterindonesia rutin meng-*upload* konten edukasi dan informasi kesehatan baik via *feed* maupun *insta story* mengenai PCOS dan berbagai dampak turunannya.

Gambar 1 : Kolaborasi @pcosfighterindonesia dengan dokter obgyn



Sumber: postingan @pcosfighterindonesia 2020

Gambar 2 : Konten edukasi @pcosfighterindonesia



Sumber: postingan @pcosfighterindonesia 2020

@pcosfighterindonesia juga mengadakan *mini challenge* berupa '14 day PCOS diet challenge'. Tantangan ini mengajak para pengikut @pcosfighterindonesia untuk diet dan berolahraga selama 14 hari dengan tujuan menurunkan berat badan mereka. Dalam *challenge* ini, setiap hari progres diet mereka wajib dicatat dalam jurnal yang dapat mereka *download* melalui tautan yang dibagikan @pcosfighterindonesia. Kemudian catatan jurnal tersebut di upload ke dalam insta story masing-masing peserta dan *mention* ke @pcosfighterindonesia, nantinya progres diet maupun olahraga peserta akan diperiksa dan diberikan arahan oleh tim @pcosfighterindonesia. Di akhir *challenge* akan diberikan hadiah bagi peserta yang paling konsisten.

Gambar 3 : Tantangan diet 14 hari



Sumber: postingan @pcosfighterindonesia 2020

PCOS tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan saja, PCOS juga mengakibatkan *psychosocial issues* bagi penderitanya. Dampak sosial tersebut muncul secara tidak langsung akibat dari gejala-gejala penyerta seperti; obesitas, berjerawat, rambut rontok, pertumbuhan rambut yang

menyerupai pria, fertilitas, dan kecemasan yang berlebih. Wanita kerap kali dijadikan objek kesalahan masyarakat, tak terkecuali wanita penyandang PCOS. Stereotype gender dalam masyarakat bahwa gambaran wanita-wanita ideal seperti wanita harus putih, langsing, mulus, dan mudah untuk mendapatkan keturunan semakin menyudutkan para penyandang PCOS. Akun @pcosfighterindonesia menjadi tempat bagi penyandang PCOS untuk mendapatkan informasi, *sharing*, dan *support group*. Dimana tindakan ini dapat menjadi penyemangat dan motivasi untuk para penyandang PCOS bergerak melakukan perubahan perbaikan kesehatannya.

Berdasarkan observasi peneliti, kolaborasi edukasi antara akun komunitas @pcosfighterindonesia dengan berbagai tenaga kesehatan terkait melalui media Instagram memiliki dampak yang positif, yakni meningkatnya kesadaran terhadap dampak PCOS dan turunannya. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya *followers* yang memberikan testimoni berupa *tag*, komen maupun insta story akan mulainya pengobatan PCOS dan laporan tentang keberhasilan; diet, regulasi siklus mens, ataupun kehamilannya.

Berlatarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang bagaimana pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita pada akun Instagram @pcosfighterindonesia. Penelitian ini akan mencari tahu bagaimana *cyber community* sebagai media telekomunitas baru dapat menjadi media yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan kewaspadaan terhadap suatu penyakit serta mempengaruhi motivasi individu untuk bertindak, sehingga penelitian ini penting dilakukan untuk dipelajari lebih lanjut.

Analisa akan difokuskan pada interaksi antara akun @pcosfighterindonesia dengan *followers* akun tersebut. Peneliti akan mengamati bagaimana para *followers* akun @pcosfighterindonesia

bertindak untuk mendapatkan *goals* melalui akun @pcosfighterindonesia. *Goals* atau tujuan *followers* di dalam akun @pcosfighterindonesia yang akan diamati peneliti meliputi; pengurangan gejala yang diakibatkan PCOS, regulasi siklus menstruasi, dan kehamilan. Hasil akhir dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam sosiologi berupa pemahaman bahwa perilaku dan tindakan individu terbentuk oleh kelompok serta interaksi sosial di lingkungan sekitar mereka.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana akun @pcosfighterindonesia menyajikan konten pemeliharaan kesehatan reproduksi?
2. Bagaimana dampak tindakan akun @pcosfighterindonesia terhadap pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita?

C. Tujuan

1. Untuk mengetahui bagaimana akun @pcosfighterindonesia melakukan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita melalui media digital
2. Untuk mengetahui mengapa pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita dilakukan oleh @pcosfighterindonesia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a) Menjadi sumber referensi penelitian lebih lanjut tentang pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita melalui media digital serta para peneliti yang tertarik dengan kajian sosiologi *cyber*
 - b) Memberikan kontribusi untuk pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang sosiologi.
2. Manfaat Praktis

- a) Dapat dijadikan bahan evaluasi bagi tenaga kesehatan terkait untuk mempertimbangkan melakukan edukasi kespro melalui media sosial
- b) Dapat memberikan pengetahuan baru bagi peneliti selanjutnya tentang pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita pada akun Instagram @pcosfighterindonesia.

E. Tinjauan Pustaka

Sejauh pengetahuan peneliti, penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Peneliti akan membaginya menjadi tiga tinjauan yang meliputi; pemanfaatan media sosial dalam ranah kesehatan, efektivitas Instagram, dan penggunaan media sosial oleh tenaga medis. Adapun penelitian yang relevan, diantaranya :

1. Pemanfaatan Media Sosial dalam Ranah Kesehatan

Kajian tentang pemanfaatan media digital untuk kepentingan kesehatan telah dikaji oleh Qory Tifani Rahmatika dan La Ode Abd Rahman (2019), Edin Smailhodzic, et al (2016), Emy Leonita dan Nizwardi Jalinus (2018), dan Nia Auliani (2020). Qori dan La Ode (2019) membahas pemanfaatan media sosial sebagai strategi promosi kesehatan reproduksi dengan fokus pada kesehatan reproduksi remaja. Penelitian ini menunjukkan hasil yang efektif dalam penggunaan media sosial sebagai media promosi kesehatan untuk meningkatkan; pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan pada remaja yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Dengan memanfaatkan edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui media sosial, petugas tenaga kesehatan dapat menggunakannya sebagai strategi promotif dan preventif yang efektif serta efisien (Rahmatika & Rahman, 2019).

Penelitian yang dilakukan Edin, et al (2016) mengkaji pemanfaatan media sosial dalam pelayanan kesehatan. Penelitian

ini menunjukkan pasien menggunakan media sosial terutama untuk dukungan sosial, yang diwakili melalui dukungan informasi, dukungan emosional, dan dukungan jaringan. Pemanfaatan media sosial paling banyak dimanfaatkan sebagai wadah pemberdayaan pasien (Smailhodzic et al, 2016).

Emy dan Nizwardi (2018) membahas pemanfaatan media sosial sebagai upaya promosi kesehatan. Penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial sangat efektif untuk melakukan upaya promosi kesehatan dibanding media lainnya. Upaya promosi tersebut menunjukkan meningkatnya pemahaman masyarakat dan perubahan perilaku hidup sehat secara signifikan (Leonita & Jalinus, 2018).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nia (2020) berfokus pada tindakan membagikan informasi kesehatan reproduksi dan seksualitas remaja di media sosial. Hasil dari penelitian ini menunjukkan remaja mampu memodifikasi perubahan, khususnya media sosial Instagram sebagai hasil interaksi menjadi suatu hasil informasi, dan pola tindakan dapat saling berkaitan membentuk masyarakat cyber untuk membahas isu atau topik informasi kesehatan reproduksi (kespro) dan seksualitas remaja (Auliani, 2020).

Keempat penelitian di atas memiliki kesamaan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti tentang pemanfaatan media sosial dalam ranah kesehatan untuk media edukasi yang efektif dan efisien, selain itu dari keempat penelitian tersebut menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi sebuah media baru untuk melakukan kegiatan promotif (edukasi) dan preventif (pencegahan) mengenai suatu penyakit. Dalam penelitian ini, peneliti akan berfokus pada pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita melalui media sosial Instagram dengan objek kajian akun @pcosfighterindonesia.

2. Efektivitas Instagram

Kajian tentang efektivitas Instagram telah dikaji oleh Annisa Prमितasari dan Dini Salmiyah Fithrah Ali (2018), Difa Nurhasna Ayutiani dan Berlian Primadani Satria Putri (2018), dan Moh. Ali Ma'ruf (2017). Annisa dan Dini (2018) membahas peran komunitas online dalam membangun *brand awareness* melalui Instagram. Penelitian ini menunjukkan komunitas tersebut berhasil membangun *brand awareness* melalui Instagram dengan membuat identitas mereka seperti penggunaan logo, *font*, warna, dan *tagline* yang membedakan mereka dengan komunitas lainnya. Selain itu fitur dalam media sosial Instagram seperti IG live dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi yang efektif serta efisien untuk membangun sebuah *brand awareness* (Prमितasari & Ali, 2018).

Penelitian lain yang dilakukan Difa dan Berlian (2018) dengan kajian media Instagram sebagai media informasi wisata kuliner. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya respon kognitif yang didapatkan dari postingan mengenai wisata kuliner dengan penggunaan *caption* yang menarik serta informatif dan dipadupadankan dengan gambar yang menggugah selera. Kemudahan para wisatawan yang hendak mengakses informasi wisata kuliner melalui media Instagram menjadi opsi utama para *followers* untuk mendapatkan informasi yang dapat dipercaya (Ayutiani & Putri, 2018).

Selanjutnya penelitian yang dilakukan Ali (2017) dengan kajian penggunaan media Instagram sebagai media informasi. Penelitian ini menunjukkan peng-aplikasian Instagram sebagai media berbasis virtual, mensukseskan penyampaian informasi untuk memikat *followers* atau khalayak. Dengan meng-upload foto maupun video terbaik ditambah *caption* yang menarik menjadikan

Instagram sebagai media informasi lebih informatif, persuasif dan edukatif (Ma'ruf, 2017).

Ketiga penelitian di atas memiliki kesamaan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti, tentang bagaimana pemanfaatan Instagram saat ini yang tidak sekedar untuk tempat berbagi foto maupun video saja. Pemanfaatan Instagram sebagai media informasi, bisnis, maupun komunitas menunjukkan bahwa Instagram menjadi media sosial yang efektif dalam pengambilan tindakan dan penyampaian pesan. Perbedaan terletak pada tujuan pemanfaatan Instagram itu sendiri. Pada penelitian ini peneliti akan berfokus pada efektivitas media Instagram dalam; promotif dan preventif mengenai PCOS dalam akun @pcosfighterindonesia.

3. Penggunaan Media Sosial oleh Tenaga Medis

Kajian tentang penggunaan media sosial oleh tenaga medis telah dikaji oleh Apnizar Sapoetri dan Sri Tunggal Pannindriya (2019), Hindina Maulida dkk (2020), dan Mochammad Bayu Tejo Sampurno dkk (2020). Apnizar dan Sri (2019) membahas interaksi sosial dokter melalui media sosial Instagram. Penelitian ini menunjukkan para dokter maupun teman sejawat lainnya berusaha mengedukasi masyarakat mengenai kesehatan melalui media Instagram yang saat ini ramai digunakan masyarakat. Selain itu mereka berusaha mencapai tujuan edukasi yang diatur dalam KODEKI (Kode Etik Kedokteran Indonesia) pasal 12. Dokter-dokter tersebut berharap edukasi yang diberikan mereka dapat bermanfaat bagi *followers* mereka atau masyarakat umum yang membutuhkan informasi-informasi kesehatan tersebut (Sapoetri & Pannindriya, 2019).

Selanjutnya, Hindina dkk (2020) mengkaji tentang perilaku hidup sehat di media sosial. Penelitian ini menunjukkan seorang dokter yang menggagas sebuah perilaku hidup sehat dengan mengonsumsi rimpang-rimpang yang mudah ditemukan di pasar

menggunakan hastag #JSR. Nama sang dokter dengan hastag tersebut menjadi ikonik dan tidak dapat dipisahkan. Penggunaan tagline tersebut dapat mempermudah pencarian dan menjadi ciri khas dari dokter tersebut. Selain itu, perilaku hidup sehat yang merujuk pada Al-Qur'an dan Sunnah ini dapat menyampaikan pesan-pesan yang dikemas secara menarik dan mengunggah rasional audience. Ditambah dengan argumen, bukti ilmiah, dan testimoni dapat menjadi nilai tambah tersendiri (Maulida dkk, 2020).

Penelitian lain dilakukan oleh Bayu dkk (2020) dengan kajian edukasi kesehatan masyarakat selama pandemi Covid-19 melalui media sosial. Penelitian ini menunjukkan sebanyak 60% dokter melihat peluang bahwa media sosial dapat digunakan untuk memberikan layanan informasi kesehatan yang baik bagi masyarakat. Masyarakat melihat media sosial adalah tempat untuk saling *sharing* mengenai permasalahan kesehatan yang sama dan sedang diderita oleh beberapa masyarakat. Selama pandemi Covid-19, para dokter berusaha untuk membuat konten edukasi mengenai hoax-hoax yang beredar di masyarakat mengenai Covid-19. Selain itu mereka juga membuat konten mengenai 3M (mencuci tangan, memakai masker, dan menjaga jarak) serta menghimbau masyarakat untuk sebisa mungkin melakukan gerakan #dirumahaja (Sampurno, 2020).

Ketiga penelitian di atas memiliki kesamaan pada penelitian yang akan dilakukan peneliti tentang pemanfaatan media sosial yang dilakukan oleh tenaga medis. Ketiga penelitian tersebut menunjukkan bahwa tenaga medis sebagai tenaga kesehatan yang memiliki kredibilitas keilmuan dalam ranah kesehatan melihat peluang yang menjajikan untuk melakukan edukasi kesehatan melalui media sosial. Selain pemanfaatan teknologi, kegiatan edukasi yang dilakukan tenaga medis tersebut dapat dilakukan

secara efektif dan efisien. Ketiga penelitian di atas belum ada penelitian yang berfokus pada bagaimana dampak edukasi di dalam media sosial oleh tenaga medis terhadap tindakan dalam perubahan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi. Penelitian ini akan berfokus pada tindakan sosial tenaga medis dalam akun @pcosfighterindonesia.

F. Kerangka Teori

1. Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara menyeluruh baik secara fisik, jasmani, mental, dan kehidupan sosial, yang berkaitan dengan alat, fungsi serta proses reproduksi (Harnani dkk, 2019). Wanita dianggap mengemban tanggung jawab yang besar dalam meneruskan generasi keturunan. Hal ini tercerminkan dalam *main set* ketimpangan gender yang umum terjadi di masyarakat. Terlepas dari kodrat wanita secara biologis, dimana hanya seorang wanita yang akan mengalami menstruasi, hamil, melahirkan, dan menyusui. Gambaran kodrat wanita dalam masyarakat, bahwa wanita seharusnya mengurus bidang domestik dan pria di bidang publik. Karena itulah wanita selalu dijadikan objek kesalahan apabila seorang wanita yang sudah menikah tidak segera dikaruniai keturunan. Padahal gangguan kesehatan reproduksi tidak hanya terjadi pada wanita saja, pria juga dapat mengidap gangguan kesehatan reproduksi yang menyebabkan seorang pasangan belum dikaruniai keturunan.

Pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita memiliki lingkup yang luas, meliputi kesehatan organ reproduksi itu sendiri, kesehatan mental wanita tersebut, serta aspek-aspek sosial yang melingkup di sekitar masyarakat seperti; ketimpangan gender dan rendahnya literasi atau pengetahuan tentang kesehatan reproduksi.

2. Wanita Penyandang PCOS

Polycystic Ovarian Syndrome (PCOS) merupakan gangguan endokrin wanita usia reproduktif yang paling umum. Sesuai dengan namanya, gangguan ini merupakan kumpulan gejala atau sindrom yang diakibatkan dari *polycystic ovarian* (PCO). Diketahui 8-10% wanita diseluruh dunia mengidap PCOS dan sebanyak 70% wanita yang mengidap PCOS tidak terdiagnosis (Teede, et al., 2018).

PCOS disebabkan oleh genetik atau gaya hidup yang tidak sehat. Ciri-ciri yang paling umum adalah : Gangguan menstruasi, sulit untuk hamil, obesitas, ditemukan perkembangan ciri seks sekunder pria (berjambang, bulu pada kaki/tangan/dada), kebotakan, berjerawat, dsb. Dalam mendiagnosis PCOS, terdapat 3 kriteria untuk menegakkan diagnosis. Cukup 2 dari 3 gejala untuk mengkonfirmasi apakah wanita tersebut benar mengidap PCOS atau tidak :

- a) Gangguan Menstruasi, dengan variasi:
 - 1) Amenorhea
 - 2) Oligomenorhea
 - 3) Polimenorhea
 - 4) Menorhagia
- b) Peningkatan kadar hormon androgen, konfirmasi hasil lab atau gambaran secara fisik
- c) Hasil dari USG menggambarkan adanya PCO

Walaupun PCOS tidak dapat sembuh secara komplit, namun terdapat beberapa pilihan pengobatan yang dapat membantu mengurangi gejala penyakit (Sardjito, 2019). Cara paling efektif adalah dengan memperbaiki gaya hidup dan mengurangi berat badan secara bertahap agar menstruasi kembali reguler. Kadar hormon androgen yang tinggi jika tidak ditangani dengan baik dapat mengakibatkan penyakit sindrom metabolik seperti diabetes,

hipertensi, gagal jantung, dll. Selain masalah medis, PCOS dapat mengakibatkan permasalahan *psychosocial*. Permasalahan ini muncul akibat dari gejala PCOS dan stigma masyarakat akan definisi wanita sempurna.

3. Tindakan Sosial

Tindakan sosial merupakan suatu proses di mana aktor terlibat dalam pengambilan keputusan tentang sarana dan cara untuk mencapai tujuan tertentu yang dipilih, dimana semua hal tersebut dibatasi oleh kemungkinan sistem kebudayaan dalam bentuk norma, ide, dan nilai sosial (Ritzer, 2014).

Weber berpendapat bahwa individu melakukan suatu tindakan berdasarkan atas pengalaman, persepsi, pemahaman, dan penafsirannya atas suatu obyek stimulus atau situasi tertentu (Sarwono, 2017). Tindakan individu ini merupakan tindakan sosial yang rasional, yaitu mencapai tujuan atau sasaran dengan sarana-sarana yang paling tepat. Beberapa asumsi dasar dari teori ini yang dirumuskan oleh R. Hinkle dalam Ritzer (1992) adalah :

- a) Tindakan manusia muncul dari kesadarannya sendiri sebagai subyek dan dari situasi eksternal dalam posisinya sebagai obyek.
- b) Sebagai subyek, manusia bertindak untuk mencapai tujuan-tujuan tertentu.
- c) Dalam bertindak manusia menggunakan cara, teknik, prosedur, metode, serta perangkat yang diperkirakan cocok untuk mencapai tujuan tersebut.
- d) Kelangsungan tindakan manusia hanya dibatasi oleh kondisi yang tak bisa diubah dengan sendirinya.
- e) Manusia memilih, menilai, dan mengevaluasi tindakan yang akan, sedang, dan telah dilakukannya.

- f) Ukuran-ukuran, aturan-aturan atau prinsip-prinsip moral diharapkan timbul pada saat pengambilan keputusan (Raho, 2014).

Aktor melakukan sebuah tindakan dengan berbagai macam tujuan serta berbagai macam cara untuk mencapai tujuan tersebut. Semakin rasional tindakan aktor, maka akan semakin mudah untuk memahami makna tindakan bagi sang aktor. Untuk memudahkan, Weber membaginya menjadi 4 tipe rasionalitas tindakan sosial :

a) *Zwerk Rational*

Yakni tindakan sosial murni. Dalam tindakan ini aktor tidak hanya sekedar menilai cara yang baik untuk mencapai tujuannya tapi juga menentukan nilai dari tujuan itu sendiri.

b) *Werktrational Action*

Aktor tidak dapat menilai apakah cara-cara yang dipilihnya merupakan yang paling tepat ataukah lebih tepat untuk mencapai tujuan yang lain. Dalam tindakan ini memang antara tujuan dan cara-cara mencapainya cenderung menjadi sukar untuk dibedakan. Tindakan tersebut dilakukan dengan keyakinan nilai yang diyakini secara personal oleh aktor.

c) *Affectual Action*

Tindakan yang dibuat-buat. Dipengaruhi oleh perasaan emosi dan kepura-puraan si aktor.

d) *Traditional Action*

Tindakan ini didasarkan oleh kebiasaan dalam mengerjakan sesuatu di masa lalu (Ritzer, 2014).

Tindakan sosial dalam hal ini dilakukan oleh *founder* dari akun @pcosfighterindonesia. Tindakan sosial dikaitkan dengan

bagaimana sang aktor atau *founder* dari akun @pcosfighterindonesia melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita penyandang PCOS melalui media Instagram. Edukasi serta dukungan berupa *support group* mampu memberikan dampak positif bagi penyandang PCOS lainnya.

G. Metode Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Menurut Denzin & Lincoln (1994) penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menekankan pada pemahaman mengenai masalah-masalah dalam kehidupan sosial berdasarkan kondisi realitas atau *natural setting* yang holistik, kompleks, dan rinci (Anggito & Setiawan, 2018). Dengan menggunakan metode kualitatif deskriptif, peneliti dapat memaparkan bagaimana pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita melalui media digital pada akun Instagram @pcosfighterindonesia.

Pendekatan dalam penelitian ini adalah netnografi. Penelitian netnografi merupakan pengembangan dari penelitian etnografi dalam dunia maya. Netnografi berusaha mengungkapkan visi kultural dari kelompok sosial yang terbangun melalui interaksi dalam dunia maya (Pratama, 2017). Melalui pendekatan ini, peneliti dapat menggambarkan bagaimana tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita melalui media Instagram pada akun @pcosfighterindonesia.

2. Sumber dan Jenis Data

a) Data Primer

Data primer adalah sumber data yang didapatkan peneliti secara langsung serta sebagai data utama yang digunakan peneliti. Dalam hal ini adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Pada penelitian ini, peneliti akan melakukan wawancara dengan *founder* dan admin dari akun @pcosfighterindonesia serta beberapa *followers* akun tersebut untuk dijadikan sebagai informan peneliti. Observasi dilakukan pada akun @pcosfighterindonesia, peneliti akan melakukan pengamatan aktifitas akun @pcosfighterindonesia yang melingkupi; postingan, like, komen, tag, instastory, IG live. Dokumentasi dalam penelitian ini dilakukan dengan meng-*capture* (*screenshot*) aktifitas akun @pcosfighterindonesia dan hasil wawancara dengan informan, kemudian peneliti juga akan menggunakan dokumen-dokumen tertulis yang didapatkan dari informan, seperti *insight* akun @pcosfighterindonesia.

b) Data Sekunder

Data sekunder adalah sumber data yang didapatkan peneliti secara tidak langsung dan sebagai bahan pendukung dari data primer. Dalam hal ini adalah; buku, jurnal, video, dan foto yang bersumber dari internet.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik observasi, wawancara, dan studi dokumentasi.

a) Observasi Partisipatoris

Observasi atau pengamatan merupakan aktivitas yang sistematis terhadap gejala-gejala baik bersifat fisik maupun mental. Dalam melakukan observasi peneliti bertindak sebagai partisipan dan non partisipan. Peneliti

mencoba mempelajari dan memahami perilaku orang-orang yang terlibat didalamnya dengan jalan sedapat mungkin berpartisipasi secara penuh (Rukajat, 2018). Maksud utama observasi adalah menggambarkan keadaan yang diobservasi. Kualitas penelitian ditentukan oleh seberapa jauh dan mendalam peneliti mengerti tentang situasi dan konteks dan menggambarkannya sealamiah mungkin (Raco, 2010).

Dalam observasi partisipan peneliti menggali informasi mengenai perilaku dan kondisi lingkungan penelitian menurut kondisi yang sebenarnya. Observasi ini dapat dilakukan baik secara formal maupun non formal, dengan melibatkan peneliti sebagai anggota atau kelompok masyarakat yang akan diteliti (Nugrahani, 2014). Observasi penelitian ini dilakukan dalam akun @pcosfighterindonesia. Peneliti akan terlibat langsung dalam komunitas akun @pcosfighterindonesia, peneliti akan mengamati aktivitas dan interaksi dari akun @pcosfighterindonesia melalui; konten postingan *feed*, *tag*, komen, *like*, insta story, QnA, dan IG live.

b) Wawancara

Wawancara merupakan proses komunikasi antara peneliti dengan sumber data dalam rangka menggali data yang bersifat *word view* untuk mengungkap makna yang terkandung dari masalah-masalah yang diteliti. Pertimbangan wawancara dilakukan untuk mengungkap informasi dari subjek penelitian secara langsung berkenaan dengan masalah yang diteliti (Rukajat, 2018). Peneliti akan melakukan wawancara terstruktur dengan beberapa informan yang nantinya akan membantu peneliti untuk menggali lebih dalam tentang kajian yang diteliti oleh

peneliti. Fokus informan pada penelitian ini adalah *founder* dan admin dari @pcosfighterindonesia, serta *followers* @pcosfighterindonesia. Informan tersebut dipilih peneliti karena sesuai dengan kriteria peneliti yakni pendiri dan pengurus dari akun @pcosfighterindonesia serta *followers* akun @pcosfighterindonesia yang aktif berpartisipasi dalam konten @pcosfighterindonesia dan berhasil mendapatkan ‘goals’ melalui akun @pcosfighterindonesia.

Followers aktif dikategorikan sebagai *followers* yang menyimak konten-konten (IG live, *feed*, dan insta story) di akun @pcosfighterindonesia selama minimal 3 (tiga) bulan terakhir ini. *Followers* tersebut akan dipilih setelah mengisi *form online* yang dibuat oleh peneliti. *Form online* tersebut berisikan persetujuan informan untuk diwawancara melalui *direct message* Instagram atau Whatsapp, serta data diri yang meliputi; nama, umur, status pernikahan, nomor Whatsapp, dan ID akun Instagram. Kemudian *link* dari *form* tersebut dibagikan oleh admin @pcosfighterindonesia melalui fitur insta story untuk memudahkan informan meng-akses *link* tersebut.

Tidak semua *followers* yang mengisi *form online* tersebut diwawancarai. Peneliti akan mengambil 50 (lima puluh) pengisi *form* pertama kemudian membaginya menjadi 2 (dua) kategori yang sama-sama berhasil mendapatkan *goals* berupa; *self love*, memeriksakan diri ke dokter kandungan, dan mendapat ilmu baru mengenai PCOS, yakni: (1) wanita yang belum menikah; (2) wanita yang sudah menikah. Masing-masing kategori tersebut akan dipilih 3 (tiga) informan untuk diwawancarai lebih lanjut. Peneliti akan menggunakan singkatan Nn. (nona) untuk informan wanita yang belum menikah dan Ny. (nyonya)

untuk informan yang sudah menikah guna memudahkan klasifikasi dan menjaga kerahasiaan identitas informan.

Informan akan dipilih menggunakan teknik *Purposive Sampling* dan *Simple Random Sampling*. Teknik *Purposive Sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Admin serta *founder* dari akun @pcosfighterindonesia dinilai peneliti dapat mengerti permasalahan yang akan diteliti peneliti. Sedangkan *Simple Random Sampling* diambil dari kata '*simple*' atau sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata dari populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Teknik ini akan digunakan untuk menentukan informan *followers* akun @pcosfighterindonesia. Setelah peneliti membagi *followers* menjadi 2 (dua) kategori, peneliti akan mengundinya dengan bantuan aplikasi guna menentukan informan yang akan diwawancarai lebih lanjut.

c) Studi Dokumentasi

Teknik studi dokumentasi, digunakan untuk mempelajari berbagai sumber dokumentasi. Penggunaan teknik ini dimaksudkan untuk mengungkap peristiwa, objek dan tindakan-tindakan yang dapat menambah pemahaman peneliti terhadap gejala-gejala masalah yang diteliti (Rukajat, 2018).

Dalam penelitian ini, dokumentasi dilakukan dengan meng-*capture (screenshot)* percakapan yang dilakukan peneliti dengan informan, maupun beberapa *feed, tag*, dan aktivitas yang ada di akun @pcosfighterindonesia. Peneliti akan menelusuri dokumen maupun literatur yang relevan dengan objek kajian peneliti sebagai bahan data tambahan.

4. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan Analisis Media Siber (AMS). Dalam menganalisa budaya melalui internet, AMS menggunakan unit level analisis makro (objek media dan pengalaman) serta unit analisis mikro (ruang media dan dokumen media). Setiap level dalam AMS akan memberikan gambaran komunitas virtual yang ada di internet (Nasrullah, 2017).

Tabel 1 : Analisis media siber

Level	Objek
Ruang Media (<i>media space</i>)	Struktur perangkat media dan penampilan, terkait dengan prosedur perangkat atau aplikasi yang bersifat teknis.
Dokumen Media (<i>media archive</i>)	Isi, aspek pemaknaan <i>teks/grafis</i> sebagai artefak budaya.
Objek Media (<i>media object</i>)	Interaksi yang terjadi di media siber, komunikasi yang terjadi antar anggota komunitas.
Pengalaman (<i>experiential stories</i>)	Motif, efek, manfaat, atau realitas yang terhubung secara <i>offline</i> maupun <i>online</i> termasuk mitos.

Sumber (Nasrullah, 2017)

Kemudian hasil dari pemetaan konten-konten yang terdapat dalam akun @pcosfighterindonesia dianalisa menggunakan etno-semiotik, yakni menafsirkan sebuah teks dengan mempertimbangkan keadaan sosial masyarakat yang melingkupinya (Illiyyun dkk, 2020). Setelah konten tersebut dipetakan, peneliti akan menganalisa data-data tersebut dengan melihat lingkup keadaan sosial masyarakat.

H. Sistematika Penulisan

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini memaparkan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II TINDAKAN PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI WANITA PENYANDANG *POLYCYSTIC OVARY SYNDROME* MELALUI MEDIA INSTAGRAM

Bab ini berisi teori yang mendasari penelitian ini. Yaitu tindakan sosial, wanita penyandang PCOS, dan Instagram sebagai media pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita.

BAB III GAMBARAN UMUM AKUN @pcosfighterindonesia

Bab ini berisi gambaran umum akun @pcosfighterindonesia, struktur kepengurusan dan keanggotaan dari akun @pcosfighterindonesia, dan hasil wawancara dengan informan (admin dan founder akun @pcosfighterindonesia) tentang latar belakang dibentuknya akun @pcosfighterindonesia.

BAB IV KONTEN PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI AKUN @pcosfighterindonesia

Dalam bab ini dipaparkan tentang klasifikasi konten pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita akun @pcosfighterindonesia dan bagaimana langkah akun @pcosfighterindonesia mewujudkan misi '*raise awareness about pcos and women's health*'.

BAB V TINDAKAN AKUN @pcosfighterindonesia DALAM PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI WANITA

Bab ini berisikan dua sub tema yaitu motif dan tujuan akun @pcosfighterindonesia dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita

serta dampak tindakan sosial akun @pcosfighterindonesia dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita.

BAB VI PENUTUP

Bab ini meliputi kesimpulan dari seluruh hasil penelitian dan saran-saran untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

BAB II
TINDAKAN PEMELIHARAAN KESEHATAN
REPRODUKSI WANITA PENYANDANG *POLYCYSTIC*
***OVARY SYNDROME* (PCOS) MELALUI MEDIA INSTAGRAM**

A. Tindakan Sosial

1. Pengertian

Tindakan sosial merupakan suatu proses dimana aktor terlibat dalam pengambilan keputusan tentang sarana dan cara untuk mencapai tujuan tertentu yang dipilih, dimana semua hal tersebut dibatasi oleh kemungkinan sistem kebudayaan dalam bentuk norma, ide, dan nilai sosial (Ritzer, 2014). Max Weber merupakan pengemuka dari exemplar paradigma definisi sosial yang meliputi; teori aksi, interaksionisme simbolik, dan fenomenologi. Kata kunci dari tindakan sosial merupakan 'hubungan'. Weber menggunakan sosiologi sebagai ilmu yang digunakan untuk memahami makna tindakan sosial dan hubungan sosial. Tindakan individu penuh makna menjadi aspek yang mendasar dalam kehidupan sosial. Makna tindakan itu sendiri dapat berkembang seiring waktu. Teori ini menjadi pondasi dasar bagi teori-teori lain seperti interaksionisme simbolik dan fenomenologi. Menurut Weber, tindakan sosial merupakan pokok persoalan yang harus digali oleh sosiologi.

Tindakan individu sendiri, terbagi menjadi 2 (dua) jenis, antara lain :

a) Tindakan terorganisasi

Tindakan ini didorong atas kesadaran dari sang aktor, sehingga aktor sadar betul atas tindakan yang dia lakukan.

b) Tindakan tanpa kesadaran

Tindakan ini didorong atas dasar spontanitas dari sang aktor. Tindakan ini tidak dapat disebut tindakan sosial

karena aktor tidak sadar atas tindakan yang dia lakukan (Setiadi, 2020).

Menurut Ekström dalam Setiadi (2020) melalui konsep – konsep tersebut dapat dikaji lebih lanjut mengapa manusia melakukan tindakan, dari mana sumber tindakan tersebut, dan apa latar belakang munculnya tindakan tersebut. Adapun faktor – faktoryang membuat seseorang melakukan tindakan terorganisasi :

a) Imitasi

Dikenal juga dengan istilah meniru. Tindakan ini dilakukan karena aktor merasa terinspirasi dengan tokoh idolanya atau pengaruh dari lingkungan sekitar.

b) Sugesti

Tindakan ini berasal dari dalam diri sang aktor. Sugesti dapat memberikan gambaran dan sikap dari aktor. Sugesti dapat memunculkan norma dalam kelompok, prasangka sosial, norma, dan lain sebagainya

c) Identifikasi

Tindakan ini timbul ketika seseorang telah memahami makna dari aturan atau norma yang harus dipatuhi dan dilakukan. Sehingga aktor paham mengenai batasan dari tindakan yang ia perbuat.

d) Simpati

Simpati muncul sebagai bentuk rasa peduli dari sang aktor. Tindakan ini akan mendorong aktor untuk melakukan kerja sama (Setiadi, 2020).

2. Tindakan yang Penuh Arti

Inti tesis dari Weber adalah ‘Tindakan yang Penuh Arti’. Tesis inilah yang menjadi pokok permasalahan sosiologi dalam paradigma definisi sosial.

Weber mengemukakan lima ciri pokok yang menjadi sasaran penelitian sosiologi :

- a) Tindakan manusia, yang menurut si aktor mengandung makna yang subyektif. Meliputi berbagai tindakan nyata.
- b) Tindakan nyata dan yang bersifat membatin sepenuhnya dan bersifat subyektif.
- c) Tindakan yang meliputi pengaruh positif dari suatu situasi, tindakan yang sengaja diulang serta tindakan dalam bentuk persetujuan secara diam-diam.
- d) Tindakan itu diarahkan kepada seseorang atau kepada beberapa individu.
- e) Tindakan itu memperhatikan tindakan orang lain dan terarah kepada orang lain (Ritzer, 2014).

Berdasarkan lima ciri pokok tersebut dapat diartikan bahwa tindakan sosial memiliki makna yang subyektif dan tindakan tersebut ditujukan ke individu atau masyarakat lain. Sebuah tindakan baru dapat disebut sebagai tindakan sosial ketika tindakan tersebut memiliki makna bagi sang aktor dan diarahkan kepada orang lain. Ketika tindakan subyektif tersebut tidak diarahkan ke individu lain, tindakan tersebut bukanlah tindakan sosial.

Weber merepresentasikan bahwa sosiologi harus dapat memahami motif dari tindakan sang aktor. Cara memahami motif dan tindakan tersebut dilakukan dengan menafsirkan makna – makna dari tindakan tersebut. Sedangkan cara untuk memahami makna tindakan bagi subjek, dengan menginterpretasikan motif tindakannya.

3. Tipe-tipe Tindakan Sosial

Tidak semua tindakan dapat disebut tindakan sosial. Sebagaimana 2 jenis tindakan individu, terdapat tindakan dimana aktor sadar atas perbuatannya dan tindakan yang berupa spontanitas. Menurut Ekström dalam Setiadi (2020) Weber memberikan batasan-batasan mengenai kategori yang dapat disebut sebagai tindakan sosial. Atas dasar rasionalitas tindakan

sosial, Weber membedakannya ke dalam 4 tipe. Semakin rasional tindakan sosial itu, semakin mudah dipahami:

a) *Zwerk Rational / Instrumentally Rational Action*

Yakni tindakan sosial murni. Dalam tindakan ini aktor hanya sekedar menilai cara yang baik untuk mencapai tujuannya tapi juga menentukan nilai dari tujuan itu sendiri. Tindakan ini merupakan tindakan paling rasional.

b) *Werktrational Action / Value-rational Action*

Aktor tidak dapat menilai apakah cara-cara yang dipilihnya merupakan yang paling tepat ataukah lebih tepat untuk mencapai tujuan yang lain. Dalam tindakan ini memang antara tujuan dan cara-cara mencapainya cenderung menjadi sukar untuk dibedakan. Tindakan ini dilakukan atas alasan dan tujuan berdasarkan nilai-nilai yang diyakini oleh aktor secara personal.

c) *Affectual Action*

Tindakan yang dibuat-buat. Dipengaruhi oleh perasaan emosi dan kepura-puraan si aktor. Tindakan ini sering kali bersifat spontanitas.

d) *Traditional Action*

Tindakan ini didasarkan oleh kebiasaan dalam mengerjakan sesuatu di masa lalu. Tindakan ini tidak bersifat rasional (Ritzer, 2014).

B. Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita Penyandang *Polycystic Ovary Syndrome (PCOS)*

1. Pengertian

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) merupakan gangguan menstruasi yang mempengaruhi 6-21% wanita di usia reproduktif (Hardita, 2015). Sampai saat ini penyebab PCOS belum dapat dipastikan, tetapi diduga gaya hidup *sedentery* dan genetik yang

menyebabkan seorang wanita mengidap PCOS. PCOS dapat menyebabkan gangguan kesuburan serta penyakit degeneratif lainnya jika tidak segera diobati. Umumnya, seorang wanita baru menyadari jika ia mengidap PCOS ketika sudah berumah tangga dan berusaha untuk mendapatkan keturunan. Ciri-cirinya sering kali disepelekan oleh kebanyakan wanita, yaitu berupa menstruasi tidak teratur (Nurhasanah, 2014). PCOS sudah dapat terdeteksi saat usia remaja, tetapi keraguan antara permasalahan hormon di awal *menarche* atau sekedar menyepelekan *warning sign* yang diberikan tubuh justru akan membuat gejala-gejala tersebut semakin parah. PCOS tidak dapat disembuhkan, karena pada dasarnya PCOS merupakan ‘*syndrome*’ atau kumpulan gejala dari PCO itu sendiri.

2. Diagnosis

Dalam mendiagnosis PCOS, terdapat sebuah kriteria penilaian yang dinamakan kriteria Rotterdam. Kriteria Rotterdam merupakan kriteria yang digunakan dalam penanganan infertilitas di Indonesia (Mustari dkk, 2018). Terdapat 3 kriteria yang digunakan untuk memastikan apakah seorang wanita mengidap PCOS atau tidak. Untuk menegakkan diagnosis, cukup 2 dari 3 kriteria sebagai berikut :

a) *Irregular Menstruation*

Normalnya, wanita akan mengalami siklus menstruasi per- 21 – 35 hari dengan rata-rata durasi 3 – 8 hari. Jika siklus menstruasi pada seorang wanita diluar siklus normal, maka terdapat gangguan pada organ reproduksinya (Nurhasanah, 2014). Gangguan menstruasi dapat bervariasi pada tiap wanita. Kriteria ini merupakan kriteria yang paling umum dialami wanita PCOS. Gangguan menstruasi inilah yang menyebabkan seorang wanita tidak dapat memprediksi masa suburnya sehingga kesulitan untuk mendapat momongan. Terdapat beberapa

macam variasi gangguan menstruasi yang biasa dialami oleh wanita PCOS, diantaranya :

1) *Amenorrhea* / Siklus menstruasi berhenti

Amenorrhea bukanlah suatu penyakit, *amenorrhea* merupakan salah satu gejala PCOS yang mengakibatkan gangguan menstruasi dan sering menimpa perempuan pada usia produktif hingga usia lanjut. *Amenorrhea* dibagi menjadi dua berdasarkan kondisi penyebab dari berhentinya menstruasi itu sendiri :

- *Amenorrhea* Primer

Kondisi seorang perempuan yang belum mendapatkan menstruasi pertamanya (*menarche*) pada usia akil baligh (10-16 tahun). Ditandai pula dengan keterlambatan perkembangan seksual sekunder.

- *Amenorrhea* Sekunder

Kondisi seseorang perempuan yang sudah mendapatkan siklus menstruasi secara normal namun tiba-tiba berhenti hingga 3-6 siklus (Rahayuningsih, 2020).

2) *Oligomenorrhea* / Siklus menstruasi memanjang

Siklus mens yang memanjang atau lebih dari 35 hari disertai dengan volume perdarahan yang lebih sedikit dari biasanya. Beberapa faktor yang menyebabkan *oligomenorrhea* adalah :

- Efek samping dari kontrasepsi
- Olahraga yang berlebihan
- Diabetes
- Gangguan pada indung telur
- Stress (Rahayuningsih, 2020).

3) *Menorrhagia* / Perdarahan berlebih

Menorrhagia adalah keluarnya darah menstruasi secara berlebihan, jika normalnya jumlah darah yang dikeluarkan saat menstruasi adalah 30-40 ml, perempuan yang mengalami *menorrhagia* dapat mengeluarkan darah berkisar antara 60-80 ml dalam sekali siklus. Jika tidak ditangani dengan baik, penderita tersebut dapat mengalami anemia. Perdarahan juga disertai dengan gejala penyerta yaitu *dysmenorrhea* atau disebut juga dengan nyeri mens (Rahayuningsih, 2020).

4) *Polimenorhea* / Siklus menstruasi memendek

Salah satu bentuk gangguan menstruasi dimana seorang perempuan mengalami siklus mens yang terlalu singkat atau kurang dari 21 hari (Rahayuningsih, 2020).

b) *Hyper Androgen*

Wanita yang mengalami PCOS mempunyai kadar hormon androgen lebih tinggi daripada kadar hormon seksualnya. Bukti apakah wanita tersebut memiliki kadar hormon androgen yang tinggi, dapat dilihat dari tampilan fisik wanita tersebut ataupun dengan pemeriksaan lab. Tingginya kadar hormon androgen pada wanita dapat menyebabkan hormon insulin menjadi tidak sensitif, atau dikenal dengan istilah *Insulin Resistance*. *Insulin Resistance* menyebabkan berkurangnya respon insulin dan membuat gula darah tidak dapat diolah dengan baik serta secara tidak langsung dapat menyebabkan obesitas jika penderita tidak aktif berolahraga, lambat laun penderita dapat mengalami diabetes tipe 2.

Kadar hormon androgen yang berlebih dapat mengakibatkan wanita memiliki beberapa gejala dan tampilan seksual sekunder pria seperti :

- 1) Jerawat yang sulit hilang
- 2) Obesitas dan sulit untuk menurunkan berat badan
- 3) Hirsutisme atau pertumbuhan bulu yang tidak diinginkan (kumis, jambang, bulu tangan, bulu dada, bulu kaki). Sebanyak 75% wanita pengidap PCOS mengalami hirsutisme (Djuwantono dkk, 2012)
- 4) Ketombe
- 5) Rambut berminyak
- 6) Rambut rontok, jika sudah parah dapat mengakibatkan kebotakan

c) *Polycystic Ovary*

Untuk menilai apakah wanita tersebut memiliki PCO, dilakukan pemeriksaan melalui USG. Pemeriksaan ini dapat dilakukan dengan 3 cara :

1) *USG Trans Vaginal*

USG ini dilakukan dengan cara memasukan transduser ke dalam *vagina*. Pemeriksaan ini merupakan pemeriksaan terakurat untuk menilai kondisi rahim dan indung telur. Namun hanya wanita yang sudah menikah atau aktif seksual saja yang diperbolehkan melakukan *USG trans vaginal*.

2) *USG Abdomen*

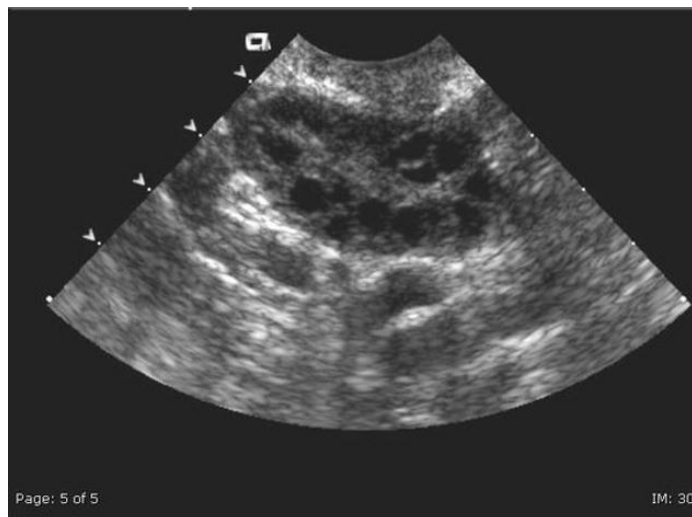
USG ini dilakukan dengan cara meletakkan transduser ke atas perut atau lebih tepatnya di atas rambut pubis. Pemeriksaan ini kurang begitu akurat untuk menilai kondisi indung telur dibanding dengan pemeriksaan melalui *trans vaginal*. Wanita

yang belum aktif seksual maupun yang sudah aktif dapat melakukan pemeriksaan melalui USG *abdomen*.

3) USG *Trans Rectal*

USG ini dilakukan dengan cara memasukkan transduser ke dalam *rectal*. Pemeriksaan ini dilakukan oleh wanita yang belum aktif secara seksual dan tidak berhasil mendapatkan gambaran yang jelas melalui USG *abdomen*. Dokter akan menilai apakah seorang wanita butuh untuk melakukan pemeriksaan melalui USG *trans rectal*.

Gambar 4 : Gambaran USG dengan hasil PCO



Sumber : Radiopaedia (2013)

Pada hasil pemeriksaan USG, jika ditemukan gambaran ovarium yang membesar dengan lebih dari 15 folikel-folikel di dalamnya, wanita tersebut terkonfirmasi memiliki PCO (Endjun, 2009). Jika dilihat secara awam, folikel tersebut mirip seperti untaian kalung mutiara. Secara harfiah PCO bukan kista yang dikenal sebagai kantung berisi cairan yang terbentuk di atas indung telur. Melainkan kumpulan dari folikel-folikel yang melingkar

dan membentuk seperti untaian kalung mutiara. Folikel-folikel tersebut sebenarnya adalah sel telur yang gagal matang (*un-ovulation*) dan berkumpul dalam jumlah yang banyak di indung telur. Kista kecil atau folikel yang gagal matang tersebut tidak berbahaya, tetapi dapat menyebabkan ketidak-seimbangan hormonal (Rahayuningsih, 2020).

3. *Treatment* dan pengobatan

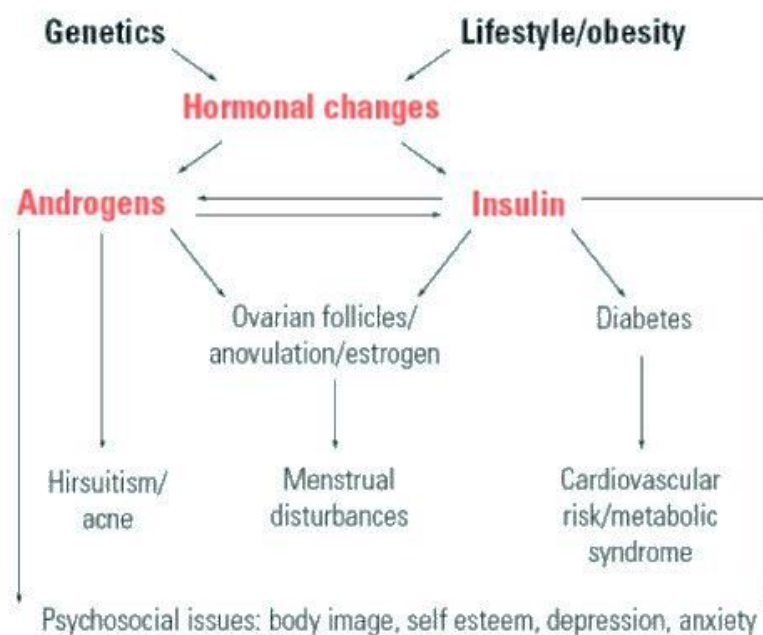
Perawatan dan pengobatan PCOS tergantung pada indikasi dan tujuan dari wanita tersebut. Pengobatan antara wanita yang belum menikah dan sudah menikah akan berbeda. Wanita yang belum menikah akan difokuskan untuk meregulasi siklus menstruasinya agar kembali normal. Dokter akan menyarankan untuk memperbaiki gaya hidup terlebih dahulu, dengan harapan berat badan menjadi turun dan gejala PCOS mereda (Willy, 2019). Jika diperlukan dokter akan memberikan obat untuk memancing menstruasi. Pengobatan diberikan selama 3 siklus berturut-turut. Jika siklus menstruasi belum normal, pengobatan akan diulangi hingga mendapat siklus normal. Wanita yang belum mendapatkan siklus normal akan berada di bawah pengaruh estrogen yang suatu waktu dapat menyebabkan kanker endometrium (Suparman & Suparman, 2017).

Wanita yang sudah menikah dan hendak memiliki momongan, lini pertama tetap mengutamakan perbaikan gaya hidup terlebih dahulu. Kemudian dokter akan menilai kondisi rahim, indung telur, dan saluran telur pada wanita serta sel sperma pada pria. Jika dinilai semua baik, program hamil dapat dilakukan secara alami. Jika hasil kurang baik, dokter akan menyarankan program hamil berbantu. Tujuan utama dari pengobatan ini adalah menghindari para pengidap PCOS agar tidak terkena komplikasi yang tidak diinginkan.

4. Permasalahan PCOS dalam dimensi sosial

PCOS dapat menyebabkan pertumbuhan rambut berlebih/*hirsutism*, jerawat yang parah, dan obesitas pada penderitanya. Jika tidak segera diobati, PCOS dapat menyebabkan penyakit yang lebih serius seperti diabetes mellitus tipe 2 dan penyakit jantung (Rahayuningsih, 2020). Perubahan fisik yang dialami para penyandang PCOS membuat dirinya menjadi bahan perbandingan dan perbincangan oleh masyarakat. Wanita PCOS yang jauh dari gambaran wanita ideal di masyarakat menimbulkan pertentangan dalam diri wanita tersebut dan menyebabkan *psychosocial issues*.

Gambar 5 : Patofisiologi PCOS



Sumber : Alomedika (2018)

Adapun faktor-faktor sosial yang menyebabkan *psychosocial issues* pada penyandang PCOS :

a) Ketimpangan Gender

Gender dipahami sebagai suatu konsep mengenai peran pria dan wanita di suatu masa dan kultur tertentu yang dikonstruksi (Muawanah, 2009). Masyarakat selalu

menganggap bahwa dunia wanita diletakkan di ranah domestik, Wanita harus ahli dalam bidang rumah tangga, menyenangkan suami, mengurus anak, dan dapur. Sedangkan dunia pria diletakkan di ranah publik. Wanita digambarkan sebagai sosok yang feminis, dengan bentuk tubuh yang ideal serta berparas cantik. Citra idealisme tersebut merupakan rekonstruksi budaya dalam masyarakat.

Kesalahan persepsi dalam gambaran idealisme ini membuat wanita tidak memiliki hak untuk membela atas kesalahan dalam tubuhnya. Wanita dianggap bertanggung jawab atas keberlangsungan reproduksi untuk meneruskan keturunan. Diluar ranah biologis seorang wanita, dimana hanya wanita yang mengalami; menstruasi, hamil, melahirkan, dan menyusui, ketika wanita pengidap PCOS dengan segala perubahan fisik dan kesulitan untuk mendapat kehamilan, wanita tersebut akan disudutkan dengan berbagai macam *statement* yang seakan-akan ialah sumber dari kesalahan tersebut. *Statement – statement* itulah yang membuat wanita pengidap PCOS mengalami masalah psikososial seperti ketidakpercayaan diri, depresi, cemas yang berlebih, dsb.

Saat ini gender telah menjadi prespektif baru yang sedang diperjuangkan untuk menjadi kontrol bagi kehidupan sosial, dimana penghargaan martabat dan perlakuan yang sama dihadapkan apapun antar sesama manusia baik itu laki-laki maupun perempuan (Muawanah, 2009). Dalam Islam, kedudukan laki-laki maupun perempuan sama-sama setara dan saling melengkapi satu sama lain. Hal ini tertulis dalam Qs. At-Taubah (9:71) :

وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

“Dan orang-orang yang beriman, lelaki dan perempuan, sebahagian mereka (adalah) menjadi penolong bagi sebahagian yang lain. Mereka menyuruh (berbuat) yang makruf, mencegah dari yang munkar, melaksanakan shalat, menunaikan zakat dan mereka taat pada Allah dan rasul-Nya. Mereka itu akan diberi rahmat oleh Allah; sesungguhnya Allah Mahaperkasa lagi Mahabijaksana”

Ayat tersebut menjelaskan laki-laki dan perempuan memiliki kedudukan yang sama dan saling melengkapi untuk melaksanakan perintah Allah. Tidak ada status maupun posisi yang membedakan antara laki-laki dan perempuan dimata Allah kecuali tingkatan keimanan masing-masing.

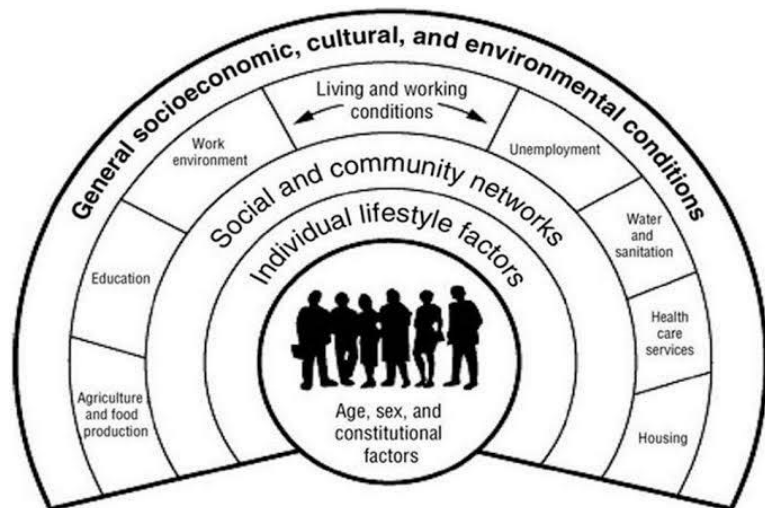
b) Persepsi Lingkungan Masyarakat Sekitar

Manusia merupakan makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain. Indonesia merupakan salah satu negara dengan bermacam-macam ras, suku, agama, etnis, dan budaya yang memperkaya kehidupan sosial. Keaneka ragaman tersebut yang membuat permasalahan kesehatan di Indonesia begitu kompleks (Nugraheni, Wiyatini, & Wiradona, 2018).

Salah satu indikator kondisi kesehatan individu dalam suatu masyarakat adalah persepsi dari lingkungan masyarakat itu sendiri. Lingkungan merupakan lingkup sosial yang paling terdekat dan dikenal sedari individu lahir. Lingkungan sosial meliputi lingkungan keluarga, lingkungan tetangga dan lingkungan teman. Lingkungan

dapat membentuk karakter dan perilaku seseorang. Perilaku sendiri dipengaruhi oleh faktor sosial budaya. Konsep tersebut dikenal dengan *Social Determinants of Health* yang diprakasai oleh Dahlgren & Whitehead. Konsep ini menunjukkan bahwa kesehatan secara langsung dipengaruhi oleh *life style* individu, dan secara tidak langsung oleh *mesoenviroment (social and economic network)* (Handayani, et al., 2020).

Gambar 6 : Konsep *social model of health*



Sumber : (Handayani, et al., 2020)

Lingkungan sosial sangat berpengaruh terhadap kesehatan seseorang. Baik kesehatan fisik maupun mental. Melalui konsep *social model of health* dapat dilihat bagaimana sosial-ekonomi, budaya, dan lingkungan pada akhirnya mempengaruhi kesehatan seseorang. Pada wanita penyandang PCOS, *psychosocial issues* muncul akibat gejala yang diakibatkan oleh PCOS itu sendiri. Selain itu perubahan-perubahan fisik yang dialaminya akan memancing aneka *statement* atau pertanyaan dari

lingkungan sekitar. Lingkungan sosial yang tidak mendukung tersebut, dapat memperparah *psychosocial* itu sendiri.

C. Media Instagram

1. Mengetahui Instagram

Instagram merupakan platform media sosial yang paling banyak digunakan oleh masyarakat. Berdasarkan riset yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet Indonesia) pada tahun 2019 – 2020, Instagram adalah *platform* ke-2 sebagai media sosial yang paling sering digunakan oleh masyarakat (Apjii, 2020). Media sosial ini didirikan oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger pada tahun 2010 (Instagram, 2010). Instagram adalah media sosial berbasis visual dengan ciri ikoniknya berupa rasio postingan 1:1 menyerupai hasil polaroid. Ada beberapa fitur-fitur yang semakin membuat Instagram disukai oleh masyarakat :

a) Instagram *Story*

Memungkinkan pengguna dapat menampilkan video siaran langsung, mengambil foto, menambahkan filter serta stiker, dsb. Instagram story dapat dilihat oleh pengguna lain melalui bagian atas dari tampilan utama Instagram.

b) IGTV

Fitur ini memungkinkan penggunanya untuk membuat maupun melihat video dengan durasi diatas 1 jam. Pengguna juga dapat membagikan IGTV melalui DM kepada pengguna lain dan explore siaran IGTV lainnya melalui fitur IGTV seperti tampilan feed pada umumnya di Instagram.

c) *Direct*

Ikon pesawat kertas berwarna gelap yang berada di pojok atas kiri dari tampilan *home* Instagram. Direct

memungkinkan penggunanya untuk membuat pesan, mengirim foto dan video yang kemudian dikirim langsung ke grup chat ataupun individual.

d) *Feed Option*

Tampilan 3 titik vertikal di setiap pojok kanan atas foto ataupun video di Instagram yang memungkinkan pengguna lain untuk melaporkan foto atau video, meng-copy link dari postingan tersebut, mematikan notifikasi, dan membagikan postingan tersebut ke media lain.

e) *Like, Comment, dan Send to*

1) *Like*

Jika terdapat seseorang yang menyukai postingan pengguna lain, seseorang dapat meng-apresiasi postingan tersebut dengan cara *double tap* postingan tersebut hingga muncul ikon hati, atau cukup dengan menekan tombol ikon hati dibawah postingan tersebut.

2) *Comment*

Simbol komen yang terdapat dibawah sebuah postingan yang memungkinkan seseorang untuk memberi komen dan membaca komen dari pengguna lain.

3) *Send to*

Ikon pesawat kertas yang memungkinkan seseorang untuk membagikan postingan tersebut ke pengguna lain.

f) *Instagram Menu*

Terletak di bagian barisan paling bawah yang berisikan beberapa ikon dengan fungsi sebagai berikut :

1) *Home*

Default dari Instagram feed masing-masing pengguna.

2) *Explore*

Ikon kaca pembesar yang memungkinkan pengguna mencari akun pengguna lain dan menjelajah berbagai macam postingan melalui akun yang tidak di-follow oleh pengguna. Postingan tersebut muncul berdasarkan hasil algoritma dari masing-masing pemilik akun.

3) *Camera*

Ikon plus (+) dengan bingkai kotak yang memungkinkan pengguna memosting foto atau video di Instagram.

4) *Likes*

Ikon hati yang menampilkan segala *feed back* dari hasil postingan foto maupun video.

5) *Profil*

Tampilan profil pengguna di Instagram dan tempat pengguna dapat mengatur tampilan akun Instagram-nya.

g) *Saved Post*

Ikon *bookmark* di bagian bawah kiri yang menandakan *saved post*. Ikon tersebut memungkinkan penggunanya melihat kembali postingan yang sudah disimpan tanpa perlu mengunjungi akun yang memosting postingan tersebut (Tetchgo, 2020).

Instagram adalah media sosial sederhana yang ditujukan untuk membagikan foto ataupun video kepada pengguna lainnya. Media sosial ini sedang diminati oleh banyak kalangan termasuk selebritas. Setiap pengguna akan memiliki sebuah akun yang dapat mereka atur dan mengikuti akun yang mereka sukai. Aplikasi

Instagram saat ini tersedia untuk pengguna android, iOS, dan windows 10. Lebih dari 500 juta pengguna harian aktif dalam Instagram dengan 68% dari penggunanya adalah wanita (Gale, 2020).

2. Instagram sebagai Media Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita

Instagram merupakan media sosial yang tengah diminati oleh berbagai kalangan. Media ini memiliki banyak kegunaannya. Ada yang menggunakan Instagram sebagai akun pribadi, tempat menjajakan dagangannya, media informasi, media promosi, hingga komunitas virtual. Media informasi kesehatan adalah salah satu akun yang banyak ditemukan di Instagram. Alasan mengapa saat ini media informasi kesehatan di Instagram banyak diminati adalah tampilannya yang jauh lebih ringkas, menarik, kekinian, dan informatif. Hal ini merupakan *point plus* dari Instagram sebagai media sosial berbasis visual. Selain itu masyarakat di era digitalisasi saat ini jauh lebih menyukai literasi digital dibandingkan mencari informasi melalui buku atau berkonsultasi langsung dengan tenaga kesehatan.

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu topik permasalahan yang terus berkembang hingga saat ini dan banyak yang mencari informasi seputar kesehatan reproduksi melalui media Instagram. Hal ini dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitia dan Izzatul (2019) dengan objek remaja SMA Surakarta menunjukkan media Instagram digunakan sebagai rujukan utama dalam mencari informasi seputar kesehatan reproduksi. Informasi mereka dapatkan melalui berbagai macam hastag yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi dengan dominasi terbanyak adalah seputar kesehatan reproduksi wanita. Melalui hastag tersebut para pengguna akan dituntun menuju berbagai macam akun yang menyajikan konten kesehatan reproduksi.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Ayu, Yoshida, dan Alana (2020) menunjukkan bahwa Instagram merupakan media yang efektif dalam menyebarkan informasi kesehatan reproduksi. Instagram memungkinkan para penggunanya untuk berinteraksi satu sama lain dengan pengguna lainnya dan saling berdiskusi guna bertukar informasi. Media sosial ini juga dapat menembus batas ruang dan waktu, sehingga para pengguna akun Instagram dapat mendapatkan banyak informasi mengenai kesehatan reproduksi dan *support group* meskipun secara fisik terbatas oleh jarak.

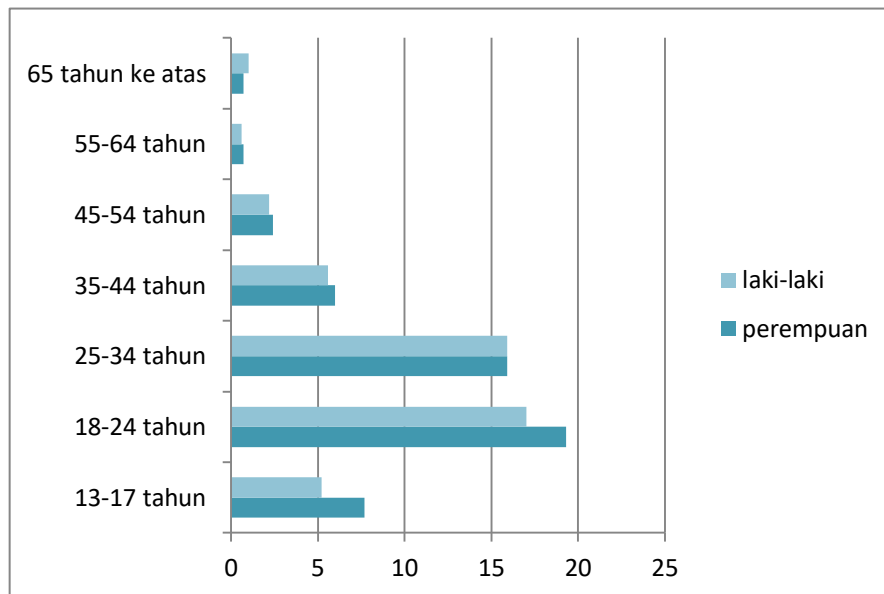
BAB III

GAMBARAN UMUM AKUN INSTAGRAM @pcosfighterindonesia

A. Akun Instagram Kesehatan Reproduksi Wanita di Indonesia

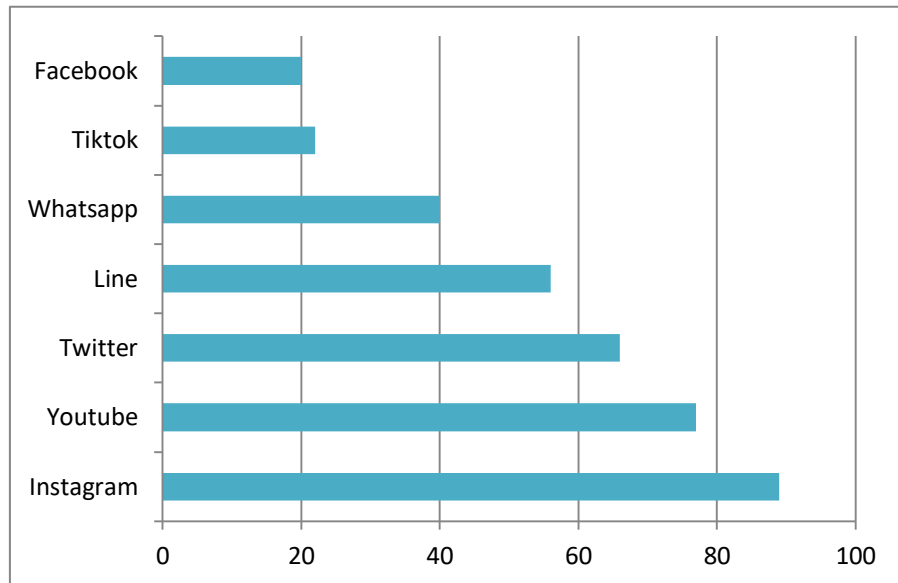
Kesehatan reproduksi wanita merupakan salah satu aspek kesehatan yang didukung oleh pemerintah Indonesia dan diatur di dalam kebijakan pemerintah Indonesia mengenai kesehatan reproduksi. Banyak terdapat gangguan kesehatan reproduksi wanita yang bersifat kronis dan sulit disembuhkan. Penelitian yang dilakukan Ika dkk (2017) menunjukkan adanya peningkatan kasus gangguan kesehatan reproduksi wanita setiap tahunnya. Gangguan kesehatan reproduksi wanita yang paling sering ditemukan adalah PCOS, endometriosis, infeksi panggul, miom, dan polip. Di Indonesia terdapat beberapa akun komunitas kesehatan reproduksi wanita yang memanfaatkan media Instagram sebagai tempat mereka untuk berinteraksi. Media Instagram banyak dipilih karena media ini merupakan media sosial yang paling sering digunakan oleh wanita usia reproduktif di Indonesia.

Tabel 2 : Pengguna Instagram berdasarkan usia dan jenis kelamin



Sumber : Hasil olah peneliti melalui NapoleonCat (2021)

Tabel 3 : Media Sosial terfavorit untuk mengakses berita dan informasi



Sumber : Hasil olah peneliti melalui Maverick Solusi Komunikasi (2020)

Berdasarkan survey yang dilakukan NapoleonCat pada tahun 2021, menunjukkan sebanyak 52,6% dari 82.320.000 pengguna Instagram di Indonesia atau 43.300.320 pengguna Instagram di Indonesia adalah wanita. Dapat dilihat bahwa mayoritas pengguna Instagram adalah wanita dengan rentan usia reproduktif. Selain itu survey yang dilakukan Maverick Solusi Komunikasi pada tahun 2020 menunjukkan sebanyak 89% dari 453 responden dengan rentan usia 18-35 tahun atau 403 responden memilih media Instagram sebagai media sosial terfavorit untuk mencari berita dan informasi. Hal ini menunjukkan bagaimana media Instagram menjadi media rujukan utama wanita untuk mencari informasi dan berita. Oleh karena itu dalam media Instagram banyak terbentuk akun edukasi maupun komunitas mengenai kesehatan reproduksi wanita. Akun-akun komunitas tersebut muncul dengan semangat mengedukasi wanita dan masyarakat agar lebih *aware* mengenai kesehatan reproduksi wanita serta sebagai bentuk *support* dan *sharing* dengan sesama penyandang gangguan kesehatan reproduksi wanita. Adapun beberapa akun tersebut adalah :

1. @endometriosis.indonesia

Akun ini merupakan akun komunitas penyandang endometriosis di Indonesia. Saat ini terdapat 2784 *followers* yang ter-edukasi melalui 61 postingan @endometriosis.indonesia (data 17 Juli 2021). Endometriosis sendiri adalah salah satu gangguan reproduksi wanita yang disebabkan tumbuhnya endometrium (lapisan dinding rahim) di luar rahim itu sendiri. Akibatnya ketika seorang wanita mengalami siklus menstruasi, endometrium yang berada di luar rahim ikut mengalami peluruhan seperti umumnya lapisan endometrium di dalam rahim. Hal tersebut mengakibatkan peradangan pada organ yang ditumbuhi endometriosis. Endometriosis merupakan penyakit kronis yang dapat menimbulkan rasa sakit atau pendarahan hebat saat menstruasi (Rahayuningsih, 2020). Komunitas yang diprakasai oleh Wenny Aurelia ini aktif melakukan webinar yang dilakukan secara gratis bersama tenaga medis terkait untuk mengedukasi seputar penanganan endometriosis kepada masyarakat awam maupun penyandang endometriosis itu sendiri.

2. @nonawoman

Akun ini mengajak para pengikutnya untuk paham dan mengenali segala macam isu dan permasalahan kesehatan siklus bulanan wanita atau yang dikenal dengan menstruasi. Menstruasi merupakan siklus bulanan wanita yang disebabkan luruhnya lapisan dinding rahim karena tidak dibuahi. Siklus ini rata-rata terjadi per-28 hari dengan rentan minimal 21 hari dan maksimal 35 hari yang dapat berbeda pada setiap wanita (Rahayuningsih, 2020). Kebanyakan wanita mengalami *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) sebelum datangnya siklus bulanan mereka. Gejala umum PMS adalah *bloating*, nyeri pada perut bawah, mual, sakit kepala, berjerawat, insomnia, dsb. @nonawoman berusaha mendobrak stigma-stigma maupun mitos-mitos yang selama ini salah atau

dianggap tabu oleh masyarakat dan mengajak masyarakat berdiskusi mengenai kesehatan reproduksi wanita. @nonawoman memiliki misi meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya mengetahui kesehatan reproduksi wanita. Topik-topik yang dibahas dalam akun ini adalah seputar menstruasi, *personal hygiene*, dan gangguan menstruasi seperti; PCOS, *amenorrhea*, *dysmenorrhea*, IMS, *un-ovulation*, dsb. Akun ini berusaha menggait pembaca baik dari Indonesia maupun internasional. Karenanya setiap konten dan postingan yang diberikan terdapat 2 bahasa, Indonesia dan Inggris. Hingga saat ini @nonawoman memiliki 7711 *followers*, 205 postingan, dan 8 topik *high light* insta story (data 17 Juli 2021).

3. @vaginismus.indonesia

Komunitas vaginismus yang diprakasai oleh dr. Robbi Asri Wicaksono, Sp.OG. Beliau merupakan dokter spesialis kebidanan dan penyakit kandungan yang berfokus pada praktisi medis vaginismus. Vaginismus sendiri merupakan keadaan kaku otot pada dinding vagina yang menegang serta menutup saat berusaha melakukan penetrasi dan tidak dapat dikendalikan oleh penderitanya (Pratiwi, 2020). Wanita yang mengalami vaginismus akan selalu kesakitan setiap berhubungan seksual. Dalam akunnya dr. Robbi kerap memberikan edukasi melalui postingan maupun insta story. Beliau juga kerap memberikan testimoni keberhasilan penderita vaginismus mendapatkan kesembuhan bahkan kehamilan. Selain itu dr. Robbi aktif melakukan webinar bersama yayasan maupun komunitas kesehatan reproduksi wanita lainnya guna mengedukasi masyarakat lebih luas mengenai vaginismus ini. Akun komunitas ini memiliki 44.900 *followers* dengan 16 topik dalam *high light* insta story (data 17 Juli 2021).

4. @tabu.id

Akun yang mengajak *followers* nya untuk tidak lagi menganggap tabu tentang segala pembahasan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi sendiri merupakan kondisi sehat yang meliputi kesehatan fisik dan mental yang berkaitan dengan proses reproduksi individu (Harnani, 2019). @tabu.id tidak hanya membahas mengenai kesehatan reproduksi wanita saja, akun ini juga membahas hal yang dianggap tabu dalam kesehatan reproduksi pria. Topik-topik yang dibahas dalam akun ini adalah seputar mitos dan fakta mengenai kesehatan reproduksi serta kesehatan dan gangguan pada reproduksi pria maupun wanita. @tabu.id berusaha mengait para remaja untuk mulai pro aktif membicarakan dan mendiskusikan seputar kesehatan reproduksi. Akun ini memiliki 1238 postingan dengan 87 topik dalam *high light insta story* dan 111.000 *followers* (data 17 Juli 2021).

5. @skata_id

Akun @skata_id membahas mengenai persiapan pernikahan yang berfokus pada kesehatan reproduksi wanita. Akun ini membahas segala macam manfaat tes pra nikah dan berbagai macam informasi maupun edukasi seputar seks sehat. *Check-up* pra nikah atau dikenal dengan *premarital check-up* merupakan skrining yang dilakukan oleh calon pasangan suami istri untuk mengetahui apakah salah satu atau kedua pasangan tersebut memiliki infeksi yang tidak disadari dan dapat menular kepada pasangannya (Keluarga, 2021). Akun ini memiliki *tagline* #DahulukanKeluarga yang memiliki makna bahwa sebuah keluarga harus dirancang dan di diskusikan dengan baik jauh sebelum keluarga tersebut dibentuk, karena keluarga yang sehat dan harmonis akan menciptakan generasi Indonesia yang unggul. @skata_id kerap melakukan IG *live* bersama professional dengan berbagai topik seputar kesehatan reproduksi wanita sebelum dan

sesudah menikah, parenting, serta pendidikan seks. Akun ini memiliki 16.000 *followers*, 1219 postingan, 9 topik *guide*, serta 46 topik *high light insta story* (data 20 Juli 2021).

B. Akun Instagram @pcosfighterindonesia

1. Selayang Pandang *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS)

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) merupakan gangguan endokrin/hormon reproduksi wanita yang mengakibatkan tingginya kadar hormon androgen (hormon seks pada pria) dalam tubuh wanita. Akibat tingginya kadar hormon androgen, wanita penyandang PCOS sering kali ditemukan mengalami gangguan menstruasi pada rentan usia reproduktif. Hal ini dibuktikan melalui penelitian yang dilakukan oleh Nanda (2018) dengan objek wanita penyandang PCOS di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 82,5% dari 63 *sample* mengalami gangguan menstruasi dengan variasi; 71,4% *amenorrhea* sekunder dan 28,6% mengalami *abnormal uterine bleeding*. Selain itu penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebanyak 74,6% wanita tersebut mengalami obesitas, dan 94,7% mengalami permasalahan infertilitas. Temuan tersebut selaras dengan penelitian Meliza dkk (2015). Penelitian yang melibatkan 105 *sample* pasien PCOS tersebut menemukan gambaran klinis berupa 35,3% pasien mengalami *amenorrhea*, 64,77% mengalami *oligomenorrhea*, 71,9% kasus infertilitas, dan 77,14% obesitas.

PCOS masuk ke dalam kategori penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan. Meskipun tidak dapat disembuhkan, PCOS dapat di-*maintain* agar gejala-gejala yang ditimbulkan tidak semakin parah. Salah satunya adalah dengan menurunkan berat badan sebanyak 5% dari berat badan semula. Hal ini ditemukan dalam penelitian yang dilakukan Veny dkk (2019). Penelitian ini menunjukkan bahwa wanita penyandang PCOS yang berhasil menurunkan berat badannya secara bertahap dapat menurunkan

kadar hormon androgen secara signifikan dan memulihkan siklus menstruasi menjadi normal. Penurunan berat badan harus diimbangi dengan olahraga serta diet yang seimbang. Temuan tersebut serupa dengan penelitian Angela dkk (2020). Penelitian ini menunjukkan bagaimana dampak pola makan terhadap risiko terjadinya PCOS. Hasil menunjukkan dari 150 *sample* remaja usia 15-19 tahun dengan pola makan yang tidak seimbang, didapatkan sebanyak 25,3% atau 38 *sample* mengalami PCOS. *Sample* yang terdiagnosa PCOS tersebut menunjukkan Indeks Masa Tubuh (IMT) obesitas atau *over weight* dan 38 dari 36 *sample* tersebut mengkonsumsi sumber serat dengan jumlah yang rendah. Pola makan berupa *intake* kalori, konsumsi karbohidrat dan lemak berlebih, kurang mengkonsumsi sumber serat, sangat berpengaruh terhadap risiko terjadinya PCOS.

2. Sejarah terbentuknya akun komunitas @pcosfighterindonesia

Andini Yudita yang saat itu berusia 13 tahun mendapatkan dirinya tidak menstruasi selama 8 bulan. Ia memeriksakan dirinya ke dokter kandungan. Bertahun-tahun kemudian siklus menstruasinya masih belum kembali normal dan membawanya rutin melakukan *check up* ke rumah sakit. Gejala yang datang mulai dirasa tidak normal. Seperti timbulnya jerawat yang sulit hilang dan tumbuhnya bulu seperti ciri seks sekunder pria. Bertahun-tahun konsultasi dengan dokter kandungan membuat Andini menyukai isu seputar kesehatan wanita. Hingga akhirnya tegaklah diagnosa bahwa Andini mengidap PCO. Memasuki usia 20, gejala yang ia rasakan semakin parah dan bertambah. Di usianya yang ke-23 ia didiagnosis mengidap PCOS. Diagnosa itu membawanya menjadi jauh lebih *insecure* dengan bayang-bayang bahwa dia akan mengalami kemandulan.

Dalam wawancara bersama Andini, ia menceritakan alasan ia membuat akun @pcosfighterindonesia. Tujuan dari dibentuknya

akun ini adalah wanita yang baru didiagnosa PCOS dan masyarakat awam lebih *aware* mengenai kesehatan wanita, tidak menyepelekan setiap gejala yang ada, dan tidak menganggap ini sebagai hal yang tabu. Dengan mengedukasi melalui *platform* media sosial Instagram diharapkan banyak masyarakat yang teredukasi mengenai PCOS dan kesehatan reproduksi wanita. Ditahun pertama akun ini dibentuk, Andini merasa *down* dan kewalahan mengurus akun seorang diri. Namun rasa lelah itu terbayarkan dengan DM dari salah satu *followers*-nya yang mengungkapkan rasa terima kasih akan edukasi-edukasi yang diberikan akun ini, berkat akun ini *followers* tersebut merasa jauh lebih semangat untuk berobat. Melalui ungkapan terima kasih tersebut Andini menemukan semangat tujuan untuk mengedukasi masyarakat luas sebisanya. Untuk itu dia mempelajari berbagai macam jurnal dan bertanya kepada professional terkait agar konten-konten yang ia sajikan benar-benar kredible dan dapat dipertanggung jawabkan.

3. Akun Komunitas @pcosfighterindonesia

Saat ini banyak ditemukan akun-akun Instagram komunitas PCOS Indonesia. Komunitas ini muncul seiring dengan banyaknya para penyandang yang mencari *support group* untuk saling *sharing* dan mendukung satu sama lain melalui media sosial. Adapun beberapa komunitas PCOS yang dapat ditemukan di Instagram adalah :

Tabel 4 : Data akun komunitas PCOS dan jumlah *followers*-nya

Akun	Followers
@pcosfighterindonesia	39.300
@pcos.treatment	7552
@bcos.pcos	2389
@pcosfighterbandung	964

@pcos_survivor_id	559
-------------------	-----

Sumber : Hasil olah peneliti (2021)

Akun @pcosfighterindonesia merupakan akun komunitas PCOS Indonesia terbesar dan aktif dibandingkan akun-akun sejenis. Tampilan yang jauh lebih kekinian dengan narasumber serta topik pembahasan yang menarik dan *up to date* menjadi nilai plus serta daya tarik tersendiri. Berbeda dengan akun @pcos.treatment yang lebih menawarkan solusi berupa terapi melalui pengobatan alternatif, akun @pcosfighterindonesia lebih menekankan *self healing* sebagai terapi efektif untuk mengurangi gejala-gejala PCOS. Akun @bcos.pcos juga melakukan pendekatan yang berbeda dengan akun @pcosfighterindonesia, akun @bcos.pcos mengajak para *followers*-nya untuk berani mengungkapkan gejala-gejala apa saja yang dianggap mengganggu mereka. Selain itu akun @bcos.pcos lebih banyak menggunakan podcast sebagai bentuk interaksi bersama *followers*-nya.

Akun @pcosfighterindonesia didirikan oleh Andini Yudita, seorang penyandang PCOS yang memanfaatkan media Instagram sebagai jurnal virtualnya. Pada awalnya Andini hanya meng-*upload* beberapa progress serta menu makanan yang ia konsumsi selama perjalanan dietnya. Lambat laun terdapat beberapa *followers* yang merasa terbantuan dari jurnal virtualnya. Didukung oleh temannya, Andini membuat akun @pcosfighterindonesia yang kemudian menjadi akun komunitas dan terus berkembang hingga saat ini (Yudita, 2018).

Tabel 5 : Data jumlah postingan dan *like* @pcosfighterindonesia

Tahun	2018	2019	2020
Jumlah Postingan	312	147	223
Jumlah Like	11466	43539	53922

Sumber : Hasil olah peneliti (2021)

Dapat dilihat bagaimana pertumbuhan 3 tahun terakhir dalam akun @pcosfighterindonesia. Pada tahun 2018, mayoritas postingan masih berasal dari hasil *repost* akun PCOS serupa dan dokumentasi diet *journey*. Memasuki tahun 2019, akun @pcosfighterindonesia mulai membuat *feed* berupa hasil infografis sendiri. Di tahun 2019 jumlah *like* dan interaksi dalam kolom komentar meningkat hingga 4x lipat dari tahun sebelumnya. Hal ini membuktikan bahwa banyak masyarakat di Indonesia yang mencari informasi akun mengenai kesehatan reproduksi wanita khususnya gangguan PCOS. Kenaikan trend tersebut juga disebabkan oleh konten-konten yang dibagikan akun @pcosfighterindonesia semakin edukatif, variatif dan informatif. Tahun 2020 akun @pcosfighterindonesia mulai mengenalkan program Belajar Bareng PCOS *Fighter* Indonesia yang merupakan hasil dari kolaborasi dengan komunitas maupun tenaga ahli terkait melalui webinar dan IG *live* selama pandemi berlangsung. Jumlah *like* pada tahun 2020 juga terlihat meningkat daripada tahun sebelumnya.

Akun Instagram @pcosfighterindonesia membahas berbagai macam topik mengenai permasalahan PCOS dan kesehatan wanita dengan misi '*Raise Awareness About PCOS and Women's Health*'. @pcosfighterindonesia mengedukasi *followers*-nya melalui beberapa macam konten seperti foto, video, insta story, Instagram live, dsb. Sejak dibentuk pada Oktober 2017 akun ini sudah memiliki 956 postingan (884 foto, 44 video, dan 28 IG TV), 39.300 followers, dan 54 topik dalam Instagram feed dengan pembahasan; vaksin covid, carevo, *7 day diet*, *14 day diet*, akupuntur, vitamin monster, androlog, *work out*, QnA, *doctor list*, *goods*, *7 day workbook*, motivasi, *what to do*, SK *charity*, SK *collab*, *goods*, *E-Book*, *sorella*, *lean* PCOS, QnA dr. Cyn, PCOS

QnA, *chit chat* #10, template, PCOS DAAI TV, vitamin D, *quotes*, testimoni, resi buku, pendataan, diet PCOS, PCOS berbagi, *dear* 2019, *chit chat* #9, hirsutisme, *bubble tea*, 2W challenge, fam support, *report!*, *messages*, 21 day diet, *chit chat* #8, *chit chat* #7, *chit chat* #6, USG trans (R), cerita PCOS, *chit chat* #5, *chit chat* #4, *chit chat* #3, *chit chat* #2, *chit chat* #1, dan *squat ch.* (data 29 Juni 2021).

Akun @pcosfighterindonesia menyebut ‘cyster’ yang diambil dari singkatan *cystic* dan *sister* sebagai bentuk sapaan mereka kepada *followers*-nya. Akun ini kerap mengadakan kegiatan *online* selama pandemi ini. Seperti kegiatan seminar dan webinar dengan berkolaborasi bersama tenaga medis terkait sebagai narasumber. Pandemi tidak menghalangi semangat akun @pcosfighterindonesia untuk terus mengedukasi permasalahan PCOS dan kesehatan wanita. Dalam setiap bulan paling tidak terdapat 4-6 kali kegiatan seminar ataupun webinar yang dilakukan secara virtual. Hal inilah yang menjadikan akun @pcosfighterindonesia menjadi lebih unggul daripada komunitas serupa.

Dalam setiap postingan akun @pcosfighterindonesia terdapat logo berwarna merah muda dengan gambar sistem reproduksi wanita dan tulisan ‘PCOS Fighter Indonesia’ di bagian bawah, logo tersebut menjadi ciri ikonik akun ini. Logo serta tampilan feed akun @pcosfighterindonesia didominasi dengan warna merah muda. Warna merah muda melambangkan warna yang merepresentasikan wanita. Sedangkan gambar sistem reproduksi wanita dengan tampilan PCO melambangkan perjuangan wanita penyandang PCOS itu sendiri. Berdasarkan wawancara dengan Andini, *founder* akun @pcosfighterindonesia. Logo tersebut memiliki makna :

“Makna dari logonya kan bergambar alat reproduksi wanita ya, sebenarnya, hal itu bermakna harapan sederhana sih untuk bisa menjadi salah satu platform terbesar dalam meningkatkan kesadaran akan PCOS dan kesehatan perempuan.” (Andini, Wawancara 1 Juli 2021)

Gambar 7 : Logo komunitas @pcosfighterindonesia



Sumber : Dokumentasi akun @pcosfighterindonesia

September merupakan bulan istimewa bagi seluruh komunitas akun @pcosfighterindonesia. Karena bulan tersebut merupakan bulan kesadaran PCOS yang digemakan di seluruh dunia melalui *campaign* #pcosawarenessmonth. Di Indonesia *campaign* ini masih sangat jarang dilakukan dan diketahui orang banyak. Berangkat dari kurangnya informasi masyarakat Indonesia mengenai PCOS, akun @pcosfighterindonesia melakukan *campaign* melalui *speak up* kepada para penyandang PCOS untuk mengekspresikan diri mereka terhadap PCOS yang selama ini mereka idap. Ekspresi dilakukan dengan mengikuti beberapa *challenge* seperti menulis cerita tentang kisah PCOS mereka dan diet *challenge* selama 7 hari. Dalam setiap *challenge* tersebut terdapat beberapa hadiah bagi mereka yang beruntung.

Pada tahun 2020 akun @pcosfighterindonesia mengeluarkan 2 produk berupa buku antologi dan jurnal. Buku antologi dengan tajuk ‘*Motherhood Journey*’ merupakan kumpulan

kisah nyata perjuangan para penyandang PCOS dalam mendapatkan kehamilan. Kisah nyata tersebut diambil dari kumpulan kisah pengikut akun @pcosfighterindonesia yang secara sukarela membagikan kisah mereka, kemudian dipilih beberapa kisah dan di bukukan. Sedangkan jurnal dengan tajuk ‘*Self-Help Journal*’ berisikan kalimat-kalimat motivasi, renungan, dan pertanyaan mengenai gejala PCOS yang mereka alami beserta bagaimana cara menyelesaikan gejala tersebut ditambah *mini game* berupa *diet challenge* dan jurnal harian yang dapat diisi oleh pemilik buku tersebut. Kedua buku tersebut di dedikasikan untuk seluruh pejuang PCOS *fighter* Indonesia, kemudian 10% hasil dari penjualan buku disumbangkan kepada pihak yang membutuhkan.

Gambar 8 : Buku antologi dan jurnal @pcosfighterindonesia



Sumber : @pcosfighterindonesia (2020)

Selain itu akun @pcosfighterindonesia tidak mengambil keuntungan dalam melakukan *endorsement*. 100% hasil dari *endorsement* tersebut akan disalurkan untuk amal. Tindakan

tersebut dilakukan semata-mata untuk berbagi. Antara *endorsement charity* dengan kegiatan *collaboration* berbeda. Jika kolaborasi dengan dokter, rumah sakit, atau sebuah brand akan ada *rate* tertentu yang sudah disepakati bersama. Hasil dari kolaborasi tersebut akan dibagi sesuai kesepakatan kepada pihak kolaborasi, admin, dan sisanya dimasukan sebagai kas.

Dalam tahun pertama akun @pcosfighterindonesia, Andini kewalahan mengatur dan memegang akun tersebut seorang diri. Hingga akhirnya di tahun selanjutnya Andini bertemu dengan seseorang yang kini menjadi bagian dari admin akun @pcosfighterindonesia dan memiliki visi selaras dengan dirinya dalam mengedukasi masyarakat luas mengenai PCOS serta kesehatan wanita. Kini akun @pcosfighterindonesia memiliki 2 tim akun yang mengatur media Instagram akun @pcosfighterindonesia dan group whatsapp berdasarkan regional / daerah anggota komunitas akun @pcosfighterindonesia. Admin yang mengurus media Instagram terdapat 5 admin dengan pembagian tugas sebagai berikut :

a) Sosial Media dan Surat & Legalisasi

Bertugas membuat konten untuk di-*upload* dalam akun @pcosfighterindonesia dan membalas email ataupun surat mengenai kerjasama

b) Event Koordinator

Bertugas untuk mengatur agar segala acara maupun event berjalan dengan lancar serta sesuai dengan planing

c) Marketing

Bertugas menghubungi pihak rumah sakit, brands, maupun perorangan untuk kerjasama atau ketika butuh sponsor untuk *event*

d) Group PCOS Fighter

Membuat diskusi, meng-*upload* konten, memberikan informasi, ataupun membalas pertanyaan yang ditanyakan dalam grup whatsapp PCOS Fighter

e) Direct Message

Admin yang bertugas khusus untuk membalas DM yang membludak dalam akun @pcosfightherindonesia

Sedangkan admin group whatsapp terdapat 7 admin, dengan masing-masing admin memegang satu grup whatsapp regional. Adapun pembagian grup whatsapp dan jumlah anggota grup :

Tabel 6 : Data dan jumlah anggota grup WhatsApp

Nama Grup	Jumlah Anggota
PCOS Fighter Group 1	235
PCOS Fighter Group 2	247
PCOS Fighter Group 3	249
PCOS Fighter Group 4	236
PCOS Hot Mom	210
PCOS Mom II	26
PCOS Jakarta	248
PCOS Medan	52
PCOS Balikpapan	27
PCOS Jawa Tengah	138
PCOS Jogjakarta	95
PCOS Bogor	19
PCOS Sukabumi	12

Sumber : Hasil olah peneliti (2021)

Saat ini terdapat lebih dari 1000 anggota akun @pcosfigtherindonesia yang tercatat melakukan registrasi dalam pendataan yang dilakukan oleh akun @pcosfighterindonesia dan tersebar di seluruh Indonesia. Anggota yang melakukan registrasi akan di data dan akan diberi info jika sewaktu-waktu ada *event* terkait di daerahnya. Pendataan sendiri bersifat sukarela. *Group whatsapp* dibentuk untuk memudahkan koordinasi dan sharing. Tidak ada paksaan untuk masuk dalam grup whatsapp, cukup menginfokan melalui DM jika ingin *join* grup whatsapp regional serta ceritakan kisah PCOS mereka, admin akan menyeleksi dan memasukkan mereka ke grup jika belum penuh. Jumlah anggota PCOS dalam grup whatsapp tersebut berubah sewaktu-waktu dikarenakan sudah tercapainya *goals* mereka seperti yang dijelaskan oleh Andini :

“Untuk jumlah pastinya tergantung yang sekarang karena ada yang udah hamil, lalu keluar dari group, tapi banyak yang masih stay.” (Andini, Wawancara 1 Juli 2021).

Berdasarkan penuturan Andini, peneliti menyimpulkan terdapat beberapa faktor pendukung yang melatar belakangi terbentuknya akun @pcosfighterindonesia:

a) Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi wanita dan PCOS

Masyarakat di Indonesia masih sangat tabu untuk membicarakan permasalahan reproduksi. Akibatnya banyak justifikasi terhadap wanita yang mengalaminya. Wanita-wanita tersebut menjadi enggan untuk bercerita maupun memeriksakan diri ke dokter. PCOS sendiri dapat dideteksi sedari remaja, namun kebanyakan para remaja takut untuk mendiskusikannya dan menganggap gejala tersebut sebagai gejala yang normal di usia pubertas.

- b) Keinginan mengedukasi masyarakat luas mengenai apa itu PCOS

Ketakutan serta kekhawatiran Andini akan dampak luas PCOS membuatnya semangat mengedukasi mengenai kesehatan reproduksi wanita dengan keterbatasan yang ia miliki. Harapannya masyarakat menjadi jauh lebih paham mengenai permasalahan kesehatan reproduksi wanita dan tidak asal justifikasi.

- c) Tidak adanya *support group* atau *peer group* mengenai PCOS di Indonesia

Saat itu *support group* atau *peer group* masih sangat jarang. Sehingga ketika wanita didiagnosa PCOS, mereka tidak ada tempat untuk saling *sharing* dan mendukung satu sama lain antara penderita.

- d) Masih sangat jarang ada infografis atau seminar yang membahas PCOS untuk orang awam

Wanita yang terdiagnosa mengalami PCOS mendapatkan banyak tantangan tersendiri. Selain berurusan dengan dampak dari PCOS itu sendiri, kondisi lingkungan masyarakat yang tidak mendukung dapat memperparah kondisi mental wanita tersebut. Banyak masyarakat yang tidak mengetahui apa itu PCOS dan sangat jarang sekali ada infografis ataupun seminar yang membahas PCOS. Kalaupun ada pembahasan itu tidak ditujukan untuk masyarakat dan menggunakan bahasa medis yang tidak dipahami oleh orang awam.

- e) Menjadi tempat untuk *sharing* sesama penderita PCOS

Sejak dibentuk pada tahun 2017, akun @pcosfighterindonesia terus berkembang dan menjadi akun komunitas para penyandang PCOS di Indonesia. Akun ini mampu menjadi tempat berdiskusi dan berbagi pengalaman dengan sesama penyandang PCOS.

BAB IV
KONTEN PEMELIHARAAN KESEHATAN
REPRODUKSI AKUN @pcosfighterindonesia

A. Strategi Penyebaran Konten Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita Akun @pcosfighterindonesia

1. Tahapan Pengolahan Konten dan Klasifikasi Konten Akun @pcosfighterindonesia

Dalam memberikan konten mengenai PCOS serta permasalahan kesehatan reproduksi wanita, akun @pcosfighterindonesia menyajikan berbagai macam topik yang terbagi ke beberapa tema dengan pembahasan dan narasumber yang kredibel. Sebelum konten di-*publish*-kan, terdapat beberapa proses yang dilewati. Salah satunya adalah proses riset, proses ini melihat isu atau berita apa yang sedang hangat dibicarakan oleh masyarakat saat ini. Dalam akun @pcosfighterindonesia proses produksi konten memiliki alur sebagai berikut :

- a) *Brain storming* ide
- b) Riset jurnal Indonesia dan asing serta *website medical doctor* (MD) terpercaya
- c) Meringkas dengan versi bahasa yang mudah dimengerti
- d) Merancang konten/*flyer*.

Pembuatan konten akun @pcosfighterindonesia dimulai dengan penentuan topik dan ide mengenai apa yang hendak dibahas atau permasalahan apa yang sedang ramai saat ini. Produksi konten di-*handle* oleh tim sosial media. Kemudian setelah topik dan ide ditentukan, dilakukan riset berbagai macam jurnal terkait untuk mencari data-data yang diperlukan. Setelah data didapat, data tersebut diterjemahkan menjadi bahasa yang mudah dimengerti oleh orang awam. Terakhir merancang ilustrasi untuk di-*upload* ke

dalam Instagram dan media sosial lainnya agar menarik *audience* untuk melihat konten tersebut.

Instagram sebagai media sosial berbasis visual menjadi sebuah nilai tambah tersendiri, karena point atau pesan yang disampaikan tersampaikan dengan jelas dan *to the point*. Penelitian yang dilakukan Rizki & Jiwa (2018) menunjukkan bahwa Instagram sebagai media sosial berbagi foto serta video mampu menggunakan visual sebagai alat komunikasi kepada pengikutnya dan menarik *audience* untuk melihat suatu akun tertentu. Media sosial ini juga memiliki beragam fitur yang dapat digunakan sebagai media untuk mengedukasi masyarakat. Seperti IG *live* yang dapat digunakan berdiskusi secara interaktif, *feed* untuk membagikan konten secara visual, dsb. Konten maupun pesan tersebut akan diilustrasikan menjadi media visual dan dibagikan kedalam bentuk *feed* ataupun *insta story*. Dalam akun @pcosfighterindonesia, konten yang dibagikan dalam *feed* mempunyai tema-tema besar pembahasan sebagai berikut:

a) Belajar bareng PCOS *fighter* Indonesia

Berisi konten-konten diskusi yang dilakukan melalui IG *live* bersama tenaga ahli dengan tujuan mengedukasi masyarakat dan penyandang PCOS mengenai PCOS dan dampak turunannya.

b) *Ask the expert*

Berisikan konten mengenai pertanyaan seputar PCOS yang paling sering ditanyakan. Pertanyaan ini akan dibahas dan didiskusikan bersama melalui IG *live* bersama profesional yang menangani PCOS, seperti dokter spesialis kebidanan dan kandungan.

c) *Hearth to hearth*

Konten-konten yang berisikan pesan afirmatif, mendukung, dan menguatkan. Mengingat kepada para penyandang PCOS untuk bersyukur dengan apa yang ia miliki saat ini dan terus berjuang untuk mendapatkan apa yang mereka harapkan.

d) *Sharing* ilmu PCOS

Konten-konten yang membahas mengenai edukasi permasalahan yang berkaitan dengan PCOS. Seperti bagaimana siklus menstruasi yang normal, apa yang dimaksud dengan insulin resisten, apa hubungan PCOS dengan kanker endometrium, dsb.

Gambar 9 : Klasifikasi tema konten @pcosfighterindonesia



Sumber : Hasil olah peneliti melalui @pcosfighterindonesia (2021)

Peneliti mengamati pola potingan konten dalam akun @pcosfighterindonesia pada periode Januari – Juni 2021 dan mengklasifikasikannya sebagai berikut:

Tabel 7 : Klasifikasi konten periode Januari - Juni 2021

Tema Konten	Postingan	IG <i>live</i>
Belajar bareng PCOS	17	11
<i>Ask the expert</i>	3	3
<i>Hearth to hearth</i>	20	3
<i>Sharing ilmu PCOS</i>	27	5

Sumber: Hasil olah peneliti (2021)

Gambar 10 : Perbandingan respon *audience* dalam 2 tema konten



Sumber : Hasil olah peneliti melalui @pcosfighterindonesia (2021)

Dapat dilihat tema *sharing ilmu PCOS* lebih banyak di-*upload* daripada tema-tema lainnya, hal ini dikarenakan topik dalam tema tersebut memiliki *reach* dan *impression* yang tinggi. *Reach* dan

impression dapat membantu sebuah akun untuk; menaikkan jangkauan akun, menambah *audience*, dan membangun ikatan (Admin, 2020). Disimpulkan bahwa masyarakat jauh lebih minat dan tertarik terhadap konten-konten yang membahas edukasi permasalahan PCOS.

Terlihat dalam salah satu konten *sharing* ilmu PCOS yang menunjukkan bagaimana *audience* sangat tertarik dengan pembahasan mengenai mengontrol keinginan konsumsi gula pada PCOS yang dapat dibuktikan melalui kolom komentar. *Audience* banyak bertanya mengenai makanan manis yang boleh dikonsumsi penyandang PCOS dan terjadi diskusi antar admin akun @pcosfighterindonesia dengan *followers* lainnya. Berbanding terbalik dengan salah satu konten *hearth to hearth* yang terlihat hanya ada beberapa *audience* yang merasa *relate* dengan *caption* dan pembahasan dalam konten tersebut, menjadi salah satu alasan mengapa interaksi dan respon dalam konten tersebut lebih sedikit dibanding tema *sharing* ilmu PCOS.

Gambar 11 : *Top post based on reach* akun PCOS Fighter



Sumber: dokumentasi @pcosfighterindonesia (2021)

Ny. C menuturkan tema-tema dalam akun @pcosfighterindonesia sangat menarik dan sesuai dengan apa yang ia rasakan selama ini :

“Tema-tema dalam konten @pcosfighterindonesia sangat menarik serta mudah untuk dipahami. Dalam mencari info mengenai PCOS aku lebih prefer ke akun ini (@pcosfighterindonesia) karena lebih update. Terus di Instagram juga sering live dengan dokter berkompeten yang menangani masalah PCOS” (Ny. C, Wawancara 22 Juli 2021).

Selaras dengan Ny. C, Nn. D juga menuturkan bahwa akun @pcosfighterindonesia melalui tema-tema konten tersebut sudah sangat jelas, tidak terbelit-belit dan banyak memberikan edukasi-edukasi mengenai PCOS:

“Aku ngerasa tema-tema di akun ini (@pcosfighterindonesia) mudah banget dipahami yaa, begitu aku terdiagnosis aku langsung cari-cari info PCOS dan ketemulah sama akun ini di Instagram. Udah gitu aku sukanya akun ini tu gaada promo-promo iklan yang aneh-aneh jadi pure edukasi. Penjelasannya jelas banget, langsung to the poin dan engga berbelit-belit” (Nn. D, Wawancara 21 Juli 2021).

Melalui penjelasan Ny. C dan Nn. D dapat disimpulkan bahwa akun @pcosfighterindonesia mengemas konten sesuai dengan kebutuhan dan keinginan *audience*. Data dan info yang *up to date* serta penjelasan tanpa adanya iklan atau embel-embel produk tertentu membuat *audience* menyukai topik-topik yang diberikan.

Dalam konten IG *live*, topik yang paling sering di tayangkan adalah belajar bareng PCOS. Melalui topik ini akun @pcosfighterindonesia mengajak para *followers*-nya untuk belajar bersama para tenaga medis maupun ahli yang berkompeten dalam menangani PCOS dan dampak turunannya. Setiap selesai melakukan IG *live* akun @pcosfighterindonesia selalu menyimpan hasil live tadi kedalam IGTV, sehingga para *followers* dapat melihat tayangan ulang IG *live* tersebut berkali-kali. Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan bahwa topik belajar bareng PCOS

mendapatkan *viewers* tertinggi diantara topik-topik lainnya. Disimpulkan konten topik mengenai *sharing* ilmu PCOS diminati dalam bentuk *feed* sedangkan topik belajar bareng PCOS diminati dalam bentuk IG *live* yang sudah disimpan kedalam IGTV.

Fitur *insta story* merupakan fitur yang paling sering digunakan akun @pcosfighterindonesia untuk membagikan konten-konten dari akun Instagram serupa yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi wanita. *Insta story* memungkinkan penggunanya membagi foto maupun video yang bersifat sementara dan dapat bertahan selama 24 jam. Pengguna juga dapat memasukkan konten *insta story* tersebut kedalam *high light* atau sorotan agar pengguna lain dapat melihat kembali *story* tersebut setelah 24 jam diposting. Kebanyakan, akun @pcosfighterindonesia menggunakan fitur *insta story* untuk berinteraksi dengan para *followers*-nya.

Interaksi dilakukan dengan memposting *story* yang berisikan sapaan dan pertanyaan ringan yang kemudian diikuti dengan stiker polling berupa *yes* atau *no*. *Story* diakhiri dengan *sharing*-an sebuah konten yang *relate* dengan topik yang baru saja dibahas atau *flyer* webinar maupun IG *live* yang akan membahas topik tersebut. Penelitian yang dilakukan Dea (2018) menunjukkan bahwa penggunaan *insta story* sangat efektif sebagai media edukasi dan promosi. Selain itu interaksi yang dilakukan pemilik akun dengan *audience* dapat meningkatkan kepercayaan terhadap edukasi atau info yang dibagikan akun tersebut, selaras dengan apa yang selama ini dilakukan akun @pcosfighterindonesia.

Dalam periode Januari – Juni 2021, akun @pcosfighterindonesia memiliki 3 macam topik pembahasan dalam *insta story* yang tersimpan dalam *high light* (sorotan) antara lain; vaksin covid, carevo, dan *7 day diet*. Sorotan pada topik

vaksin covid membahas tentang korelasi antara vaksin dengan program hamil, syarat-syarat penerima vaksin, himbauan untuk segera vaksin, serta berbagai kutipan jurnal dan infografis dari tenaga kesehatan mengenai pentingnya vaksin. Melalui sorotan vaksin covid, akun @pcosfighterindonesia menuturkan bahwa banyak *followers* yang mempertanyakan keamanan vaksin dengan kondisi mereka sebagai penyandang PCOS yang rentan akan gangguan sindrom metabolik. Untuk itu akun @pcosfighterindonesia menyarankan para wanita penyandang PCOS yang masih ragu untuk memeriksakan diri dan meminta saran kepada dokter yang selama ini merawat mereka.

Sorotan carevo merupakan penjelasan tentang sebuah aplikasi kesehatan berbasis telemedicine yang memudahkan penggunaannya untuk melakukan *tracking* mengenai kesehatan mereka. Sedangkan sorotan *7 day diet* merupakan program *diet challenge* yang diadakan akun @pcosfighterindonesia untuk mengajak para *followers*-nya ‘menantang’ dirinya sendiri aktif berolahraga serta diet dengan menu makanan yang sudah disepakati bersama. Setiap harinya *followers* akan diminta untuk menulis *progress* diet yang mereka jalani seperti; menu makanan, olahraga apa dan berapa lama, lingkar perut, berat badan, dsb. Nantinya hasil *progress* mereka akan dicek dan dikoreksi oleh team @pcosfighterindonesia. Di akhir *challenge* akan ada hadiah bagi peserta yang dianggap paling konsisten menjalani *challenge* tersebut. *Challenge* ini sangat diminati oleh *followers* akun @pcosfighterindonesia dan dapat dilihat dalam antusias para peserta dalam kolom komentar dan QnA yang menanyakan bagaimana sistematis dari *challenge* ini.

Akun @pcosfigherindonesia memiliki misi ‘*raise awareness about PCOS and women’s health*’. Misi ini merupakan

misi utama bagi akun komunitas @pcosfighterindonesia. PCOS merupakan gangguan reproduksi wanita yang paling umum, namun banyak wanita yang tidak *aware* maupun mengerti dengan gejala yang ada. Salah satu cara untuk mewujudkan misi tersebut adalah dengan mengadakan kerja sama bersama tenaga medis terkait. Hal ini dituturkan oleh Anne, perwakilan PCOS Fighter Indonesia dalam sambutan webinar bersama dr. Fendy Kusumohadi, Sp.OG :

“Misi utama kami adalah meningkatkan kesadaran mengenai PCOS. Salah satu perwujudan misi kami adalah dengan mengadakan kolaborasi seperti yang dilakukan pada siang hari ini. Mengingat bahwa masalah PCOS sangat luas, baik itu dari permasalahan fisik maupun psikis” (Anne, 23 Juli 2021).

Selama pandemi @pcosfighterindonesia konsisten mengadakan kolaborasi IG *live* maupun webinar bersama tenaga ahli terkait untuk memberikan wawasan kepada *followers*-nya mengenai permasalahan PCOS dan dampak penyertanya. Pandemi tidak menyurutkan semangat untuk mengedukasi masyarakat meskipun dilakukan secara virtual. Berdasarkan intensitas akun komunitas ini melakukan webinar, berikut data kegiatan IG *live* maupun webinar selama bulan April – Juni 2021:

Tabel 8 : Tabel data kegiatan IG *live* dan webinar April-Juni 2021

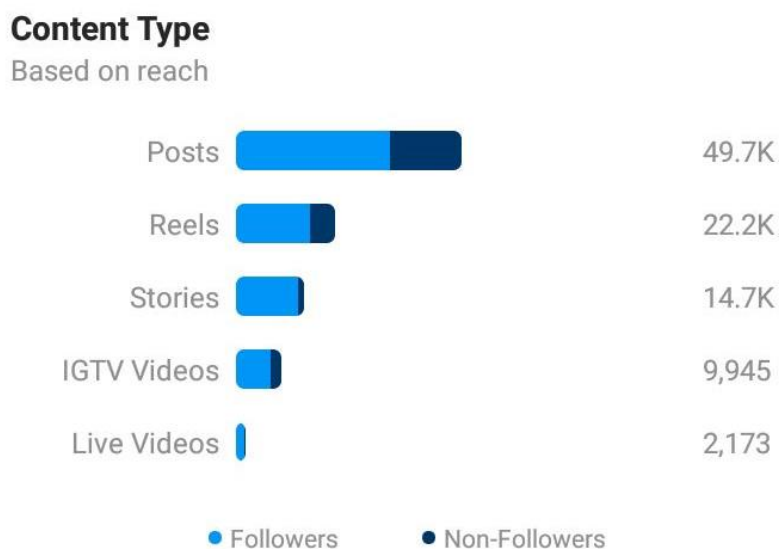
Tanggal	Topik Kolaborasi	Kolaborator	Pemateri
Sabtu, 10 April 2021	Kiat-kiat Sukses Program Hamil pada PCOS	@merck.indonesia	dr. Hilma Putri Lubis, M.Ked (OG), Sp.OG (K)
Jumat, 23 April 2021	Manfaat Puasa Untuk PCOS	@halodocbee	dr. Beelonie, BMed.Sc, Sp.OG-KFER
Minggu, 25 April 2021	Deteksi Dini dan Pengendalian PCOS	@khoalamsyah	dr. Khomainy Alamsyah, Sp.OG

	pada Remaja		(K), MM(RS)
Jumat, 7 Mei 2021	Peluang Hamil untuk PCOS	@rspondokindah.ivf	dr. Shanty Olivia Jasirwan, Sp.OG-KFER
Kamis, 27 Mei 2021	Infertilitas Pria dan Wanita	@mbrioivf	dr. Ayang Haslim, Sp.And dan dr. Boy Abidin, Sp.OG (K)
Sabtu, 5 Juni 2021	Promil pada PCOS Harus Mulai Darimana?	@morulaivfsurabaya	dr. Ali Mahmud, Sp.OG (K)FER
Jumat, 11 Juni 2021	Deteksi PCOS Sebelum Menikah	@catalina.indonesia	dr. Budi Simanjuntak, Sp.OG dan drg. Stephanie Cecillia, M.I.Kom
Jumat, 18 Juni 2021	Persiapan Finansial Program Hamil	@jooara.id	Rita Mayasari, RFP, AEPP
Selasa, 22 Juni 2021	Gangguan Haid dan Infertilitas	@rs.indriati	Prof. Dr. dr. KRMT Tedjo Danudjo, Sp.OG-K-FER
Jumat, 25 Juni 2021	Pola Makan untuk PCOS & Kaitannya dengan Kesuburan	@sunfertific	dr. Eeson Sinthamoney

Sumber: Hasil olah peneliti (2021)

Dapat dilihat tema yang dibahas dan diminati oleh *audience* adalah seputar penanganan PCOS, promil, dan permasalahan infertilitas pada PCOS. Tema-tema tersebut selaras dan konsisten dengan misi dari akun @pcosfighterindonesia. Selain itu pemilihan hari yang mayoritas adalah *weekend* (Jumat – Minggu) memungkinkan banyak *audience* yang dapat menonton IG *live* dan webinar tersebut. Meski begitu, konten IG *live* dan IG TV adalah konten yang kurang terlalu diminati dalam akun @pcosfighterindonesia.

Gambar 12: *Reach* konten IGTV dan IG *live* yang kurang diminati



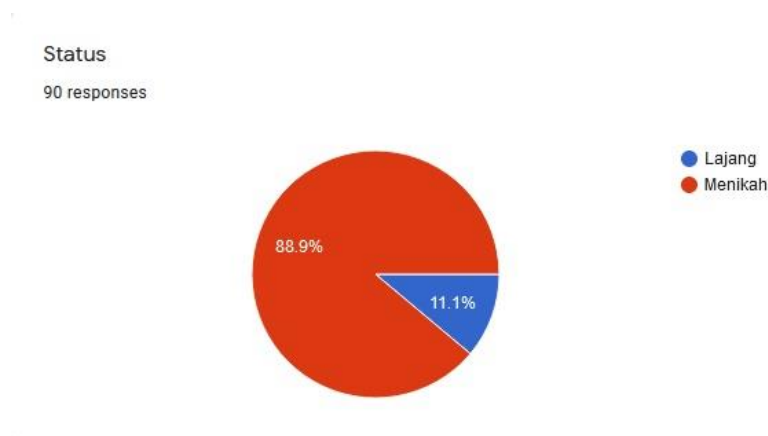
Sumber : Dokumentasi @pcosfighterindonesia (2021)

Berdasarkan *reach* akun @pcosfighterindonesia dapat dilihat bahwa *followers* jauh lebih menjangkau konten yang di-*upload* melalui *feed* daripada IG *live*. Kurangnya jangkauan IG *live* disebabkan oleh pembahasan yang dirasa kurang relevan oleh para *audience*. Hal ini dituturkan oleh Nn. R yang merasa pembahasan mengenai PCOS melalui IG *live* terlalu banyak menekankan pembahasan mengenai penanganan infertilitas daripada pembahasan PCOS secara umum :

“Untuk dari segi waktu sebenarnya ga masalah mba, toh bisa ditonton ulang lewat IGTV. Cuma kalo menurut aku lebih ke segi pembahasan sih. Kebanyakan pembahasannya kalo ga kehamilan ya meng-ASI-hi. Jadi aku skip deh” (Nn. R, Wawancara 8 September 2021).

Jika dilihat dari data kegiatan webinar akun @pcosfighterindonesia periode April – Juni 2021 hanya ada 3 dari 10 pembahasan yang mengangkat tema pembahasan PCOS secara umum. Pembahasan mengenai infertilitas dan kehamilan memang sering diangkat karena mayoritas *followers* akun ini adalah wanita yang sudah menikah. Hal ini terlihat dalam responden dari *form online* yang dibagikan peneliti ketika hendak menentukan informan. 88,9% dari 90 responden atau setara 80 wanita berstatus menikah, dan 11,1% atau setara dengan 10 wanita berstatus lajang.

Gambar 13: Perbandingan jumlah wanita menikah dengan lajang



Sumber : Dokumentasi pribadi (2021)

Berbeda dengan penuturan Nn. R, Ny. T menuturkan jika pembahasan mengenai IG *live* sudah bagus dan menarik. Hanya saja ia lebih memilih menonton siaran ulang via IGTV atas alasan fleksibilitas waktu dan meluangkan waktu *weekend* bersama keluarganya:

“Secara konten dan segi waktu sudah sesuai. Tapi tiap IG *live* yang diadakan *weekend* aku seringnya ga nonton karena pergi main sama suami. Aku lihatnya pas udah diposting via IGTV

karena lebih fleksibel secara waktu” (Ny. T, Wawancara 8 September 2021).

Mayoritas kegiatan webinar yang diadakan saat *weekend* ternyata tidak terlalu menguntungkan dari segi pemilihan waktu. *Weekend* juga dimanfaatkan sebagai waktu libur dan *quality time* bersama suami maupun keluarga. Sehingga menonton siaran ulang melalui IGTV menjadi pilihan utama. Peneliti menyimpulkan jika rendahnya *reach* dalam konten IG *live* disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurang relevannya pembahasan dengan gejala yang dialami *audience* serta alasan fleksibilitas waktu ketika menonton siaran ulang melalui IGTV.

Melalui strategi-strategi tersebut dapat disimpulkan bahwa Andini menggunakan berbagai macam alternatif cara untuk menyampaikan edukasi pemeliharaan kesehatan reproduksi serta pembahasan mengenai PCOS melalui konten akun @pcosfighterindonesia. Tindakan tersebut merupakan cerminan dari tindakan rasional instrumental dimana aktor dalam hal ini adalah Andini yang menggunakan berbagai macam sarana dalam penyampaian edukasi melalui akun @pcosfighterindonesia. Tindakan tersebut ia lakukan dengan tujuan memudahkan klasifikasi serta topik edukasi yang akan dilakukan bersama kolaborator, sebagaimana yang diutarakan Andini :

“Belajar bareng, *ask the expert, hearth to hearth* itu sama-sama konten yang dibahas melalui IG *live*. Sedangkan *sharing* bareng dilakukan bersama *expert, brands, cyster*, atau komunitas kesehatan reproduksi wanita lainnya seperti komunitas vaginismus. Tujuan kami membaginya untuk memudahkan klasifikasi konten dan tema topik yang akan dibahas bersama kolaborator” (Andini, Wawancara 27 November 2021)

Penuturan Andini tersebut menyatakan bahwa ia menyadari penuh alasan mengapa ia mengklasifikasikan tema konten dalam akun @pcosfighterindonesia. Selain itu tindakan Andini menunjukkan bahwa ia mampu menilai langkah dan tujuan dari tindakannya yang

dalam hal ini ia gunakan untuk mengklasifikasikan tema konten-konten tersebut ke dalam beberapa sub-tema, sehingga baik *audience* maupun kolaborator akan jauh lebih mudah memahami konten.

Selaras dengan 5 ciri pokok penelitian sosiologi yang dikemukakan Weber, tindakan Andini merupakan sebuah tindakan dari pengaruh positif suatu kondisi dalam hal ini adalah pengalaman kurang menyenangkan ketika ia terdiagnosis PCOS dan kesulitan mendapatkan akses informasi yang komprehensif. Tindakan edukasi maupun imbauan menyarankan para *followers* akun @pcosfighterindonesia untuk memeriksakan kesehatan reproduksinya ke tenaga medis yang ia lakukan berulang-ulang kali di setiap postingannya menunjukkan bagaimana Andini memperhatikan perilaku para *followers* akun @pcosfighterindonesia serta mengarahkan tindakan tersebut agar para *followers* melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi.

2. Hastag dan *Tag* sebagai Strategi Eksistensi Akun @pcosfighterindonesia

Hastag atau tagar merupakan kata yang disertai tanda pagar di depannya. Hal itu membuat foto yang diunggah akan digabungkan secara otomatis dengan kumpulan foto melalui *hastag* yang serupa. Singkatnya *hastag* memudahkan seseorang untuk mencari kata kunci tertentu yang fungsinya mirip dengan program pencarian Google (Febdilan, et al., 2016). Sedangkan *tag* atau menandai merupakan salah fitur di Instagram dimana para penggunanya dapat menandai suatu akun dalam postingan mereka, *tag* dapat dilakukan pada postingan foto dan vidio dalam *feed* maupun *insta story* dalam bentuk *mention*.

Dalam Instagram pengaplikasian *hashtag* dimanfaatkan untuk memudahkan klasifikasi, berjualan, maupun pesan untuk berkomunikasi. *Hashtag* dalam media Instagram juga dapat memudahkan seseorang untuk terkoneksi dengan individu maupun kelompok komunitas yang memiliki kesamaan atau keminatan serupa. Sebuah *hashtag* di Instagram dapat di *follow*, sehingga seseorang dapat terus mengikuti postingan serupa dengan kata kunci dari *hashtag* tersebut. Sebuah penelitian yang dilakukan Usman (2019) menunjukkan bahwa penggunaan *hashtag* dalam media Instagram dapat memberikan wawasan, informasi serta *insight* bagi para pengguna-nya. Selain itu *hashtag* dalam media Instagram dapat menjadi sarana strategi eksistensi dan promosi bagi suatu akun.

Akun @pcosfighterindonesia menggunakan beberapa *hashtag* sebagai pengkategorian konten-konten mereka. Tingginya interaksi dalam postingan tersebut memungkinkan postingan tersebut masuk kedalam postingan teratas dari pencarian *hashtag* tersebut. Semakin eksis akun @pcosfighterindonesia, menjadikannya sebagai rujukan platform utama mengenai PCOS dan kesehatan wanita. Adapun langkah yang harus diperhatikan untuk membuat *hashtag* yang baik dan benar adalah:

- a) Buat *hashtag* kurang dari 3 kata

Penggunaan *hashtag* dengan kata yang singkat selain dapat memudahkan serta efektivitas dalam pencarian, juga dapat memudahkan *audience* untuk mengingat kata kunci yang akan mereka cari atau gunakan kembali.

- b) Menggunakan format ‘Camel Case’

Maksud dari format camel case adalah penggunaan kalimat kapital dalam *hashtag* untuk memudahkan *audience* membaca *hashtag* tersebut. Contoh : #MakanEnakSemarang, #ArmandMenjawab, dsb.

c) Tentukan tujuan menggunakan *hashtag*

Hashtag yang hendak dibuat bertujuan menggait *audience* atau memudahkan *audience* untuk melihat klasifikasi suatu gambar maupun produk pasti akan berbeda. Untuk itu perlu menentukan untuk apa *hashtag* itu dibuat. Semisal untuk menggait *audience* dapat menggunakan kata kunci dari gambar yang dimaksud (*ex* : #KebayaWisuda #SewaKebayaWisuda, artinya gambar tersebut menunjukkan refrensi baju kebaya untuk wisuda dan menawarkan jasa penyewaan wisuda kepada *audience* yang sedang mencari info mengenai kebaya wisuda). Sedangkan untuk memudahkan klasifikasi bisa menggunakan nama suatu akun maupun produk kemudian diikuti klasifikasi tersebut (*ex* : #KFCPromoKediri, yang menunjukkan klasifikasi akan promo KFC di kota Kediri) (Bahri, 2017)

Gambar 14 : Penggunaan *hashtag* @pcosfighterindonesia



Sumber : @pcosfighterindonesia (2017)

Penggunaan *hashtag* membawa keuntungan bagi akun @pcosfighterindonesia. *Hashtag* mempermudah pengguna untuk mencari kata kunci yang dimaksudkan dan secara tidak langsung menjadi tempat promosi akun dengan cara menarik perhatian

seseorang untuk mem-*follow* akun tersebut melalui postingan konten akun @pcosfighterindonesia. Pada awal dibentuk, akun @pcosfighterindonesia menggunakan *hashtag* #pcosindonesia dan #pcosfighterindonesia sebagai salah satu strategi eksistensi akun ini dan meningkatkan jumlah *followers*. Hal ini selaras dengan penuturan Ny. T yang mengetahui akun ini melalui *hashtag*:

“Aku tau akun @pcosfighterindonesia melalui pencarian *hashtag*. Setelah terdiagnosis PCOS oleh dokter, aku cari-cari informasi mengenai PCOS di Instagram. Dan muncul akun itu (@pcosfighterindonesia) dari hasil pencarian *hashtag*” (Ny.T, Wawancara 22 Juli 2021).

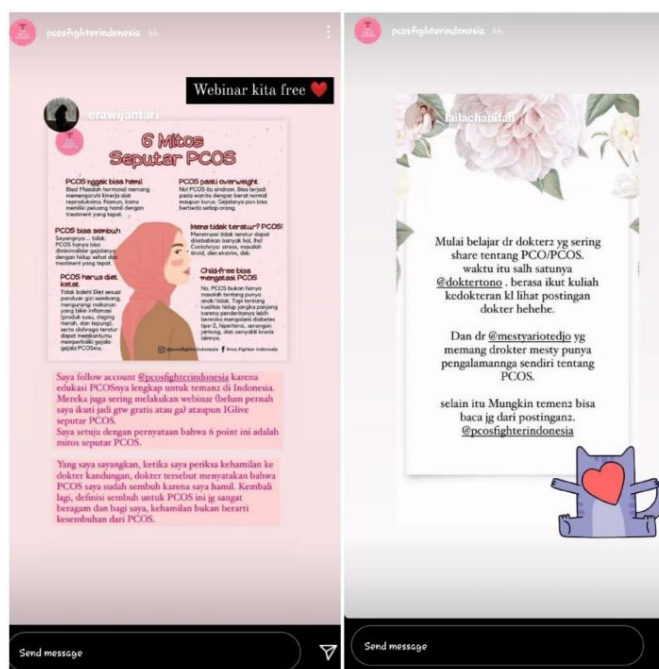
Namun sangat disayangkan *hashtag* #pcosindonesia dan #pcosfighterindonesia yang pada awalnya hanya berisikan konten-konten mengenai PCOS dari akun @pcosfighterindonesia, kini didominasi dengan akun-akun yang menawarkan obat promil herbal atau konsultasi promil gratis. Akibatnya postingan-postingan dari akun @pcosfighterindonesia tenggelam dan kalah saing dengan promosi-promosi akun promil tersebut. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, Andini mulai mengutamakan kualitas konten agar *audience* senantiasa mengikuti akun tersebut. Andini sendiri menuturkan, konten yang baik dan menarik jauh lebih utama dari penggunaan *hashtag*. Dengan konten yang menarik, orang akan jauh lebih tertarik melihat dan mem-*follow* akun tersebut :

“Penggunaan *hashtag* berpengaruh sama *followers*, namun aku masih percaya kalau konten yang baik dan sesuai kebutuhan itu ya yang membuat *followers* jadi membaca dan *follow* akun kami” (Andini, Wawancara 28 Juli 2021).

Tidak hanya menggunakan *hashtag*, akun @pcosfighterindonesia juga memanfaatkan *tag* sebagai strategi eksistensi. *Tag* didapatkan dari para kolabortor maupun *followers* @pcosfighterindonesia yang memberikan testimoni atau perjalanan

pengobatan PCOS mereka. Melalui *tag* secara tidak langsung orang-orang yang menandai maupun *mention* pada akun @pcosfighterindonesia melakukan promosi atau mengenalkan akun ini kepada masyarakat luas. Terlebih jika *tag* maupun *mention* ini dilakukan oleh orang yang memiliki professional atau kredibilitas tinggi mengenai permasalahan PCOS. Temuan tersebut selaras dengan studi yang dilakukan Diana & Mohamad (2018). Mereka menemukan *tag* dan *mention* dapat meningkatkan hasil penjualan, jumlah *followers*, *like*, dan membantu penyebaran informasi mengenai suatu akun kepada para *audience* dalam media Instagram.

Gambar 15: *Mention* rekomendasi akun @pcosfighterindonesia



Sumber : *Mention* akun @pcosfighterindonesia (2021)

Akun @pcosfighterindonesia sudah banyak melakukan kerja sama dan kolaborasi bersama rumah sakit, tenaga medis, dan akun komunitas serupa. Sehingga dapat dibilang jika akun @pcosfighterindonesia memiliki modal sosial berupa jaringan

sosial yang besar. Modal sosial yang dimiliki akun @pcosfighterindonesia secara tidak langsung memiliki keterkaitan dengan tingkat kesehatan suatu komunitas. Putnam (2000) menjelaskan terdapat 4 konsep mengenai korelasi antara modal sosial dan tingkat kesehatan suatu komunitas; *pertama*, jaringan. Besarnya jaringan sosial yang dimiliki suatu komunitas dapat memberikan bantuan-bantuan yang besar dan nyata. Melihat akun @pcosfighterindonesia yang memiliki puluhan ribu followers dan sudah sering melakukan kerja sama dengan berbagai pihak, dapat dipastikan akun tersebut memiliki jaringan yang besar. Dapat dilihat dalam banyaknya webinar-webinar dalam akun @pcosfighterindonesia yang diadakan secara gratis serta melibatkan para tenaga profesional. Bantuan-bantuan yang diberikan dalam hal ini adalah ilmu mengenai penanganan PCOS, sehingga seluruh *followers* dapat memiliki bekal pemahaman yang baik akan penanganan PCOS.

Kedua, norma hidup sehat. Norma merupakan sekumpulan peraturan baik tertulis maupun tidak tertulis yang dipatuhi oleh masyarakat. Yang dimaksud dengan norma hidup sehat adalah peraturan-peraturan yang dibuat akun @pcosfighterindonesia untuk dipatuhi oleh *followers*-nya. Peraturan-peraturan tersebut dapat terlihat dari postingan *feed* mereka yang menjelaskan mengenai pantangan dan anjuran untuk menangani PCOS. *Ketiga*, kemudahan untuk mendapatkan akses layanan medis. Akun @pcosfighterindonesia sudah banyak bekerjasama dengan dokter, rumah sakit, maupun klinik. Terkadang ada dokter yang meminta relawan para penyandang PCOS dari akun @pcosfighterindonesia untuk mereka periksa menyeluruh secara gratis sebagai keperluan penelitian mereka. Selain itu rumah sakit maupun klinik yang bekerjasama memberikan voucher maupun diskon kepada beberapa *followers* akun @pcosfighterindonesia yang terpilih.

Benefit-benefit tersebut memberikan kemudahan bagi *followers* untuk mendapatkan pemeriksaan terkait keluhan PCOS mereka. *Keempat*, interaksi antar penyandang. Ketika *followers* akun @pcosfighterindonesia saling berinteraksi satu sama lain dengan memberikan semangat, berbagi pengalaman, maupun saling menumpahkan keluh kesahnya dapat membantu meningkatkan peluang akan kesembuhan mereka. Hal ini disebabkan karena dengan mereka mencurahkan isi hatinya, tingkat stress maupun kekhawatiran yang selama ini mereka pendam dapat berkurang dan meningkatkan motivasi mereka untuk berusaha meraih kesembuhan (Field, 2010).

Selain itu studi yang dilakukan Kurniawan & Eliza (2013) menunjukkan modal sosial dapat mengatasi beragam persoalan kesehatan yang terjadi dalam suatu komunitas. Kerja sama yang dilakukan mampu menjadi sebuah ikatan sosial antar anggota, jembatan sosial dalam komunitas, serta *linking social capital* komunitas dimana masyarakat mampu menjalin kerja sama dengan pihak maupun sektor terkait. Modal sosial tersebut juga ditemukan dalam akun @pcosfighterindonesia. Modal sosial yang besar membawa keuntungan besar bagi akun @pcosfighterindonesia dan dapat dilihat dari *feed back* yang diberikan kolaborator berupa dukungan terhadap akun komunitas ini. Dukungan komunitas diberikan dalam bentuk *tag* dan *mention* setiap *event* maupun postingan akun @pcosfighterindonesia. *Tag* dan *mention* didapatkan dari kolaborator dan berbagai pihak yang secara tidak langsung mempromosikan akun tersebut, membantu akun @pcosfighterindonesia mendapatkan sumber daya baru yang diasosiasikan sebagai *followers*.

Gambar 16 : Tagged dokter Ferry dan Tommy dalam akun PCOS



Sumber : Hasil olah peneliti (2021)

Bertambahnya *followers* dan tingginya interaksi dalam akun ini, membuat akun ini menjadi eksis dalam Instagram serta menjadi investasi bagi akun @pcosfighterindonesia. Hal ini selaras dengan apa yang diutarakan oleh Nn. R yang menceritakan bahwa ia mendapatkan info akun ini melalui salah satu kolaborator @pcosfighterindonesia:

“Waktu itu nggak sengaja lihat story seorang penulis yang sedang open QnA, salah satunya tentang informasi bahwa hirsutism bisa dikonsultasikan ke dokter SpOG. Nahh dari situ aku baru tahu kalau SpOG juga menangani pasien PCOS. Akhirnya aku cari-cari tau dengan keyword SpOG dan ketemulah dengan akun dokter Tommy dan PCOS Fighter ini” (Nn. R, Wawancara 21 Juli 2021).

Apa yang dituturkan Nn. R menjadi bukti bahwa *tag* dan *mention* merupakan salah satu modal sosial yang cukup berpengaruh terhadap peningkatan *followers* dan sebagai media promosi akun @pcosfighterindonesia dalam media Instagram. Modal sosial besar yang dimiliki akun @pcosfighterindonesia didapatkan melalui hasil kolaborasi bersama komunitas, *brand*, dan tenaga medis selama 2 tahun terakhir ini.

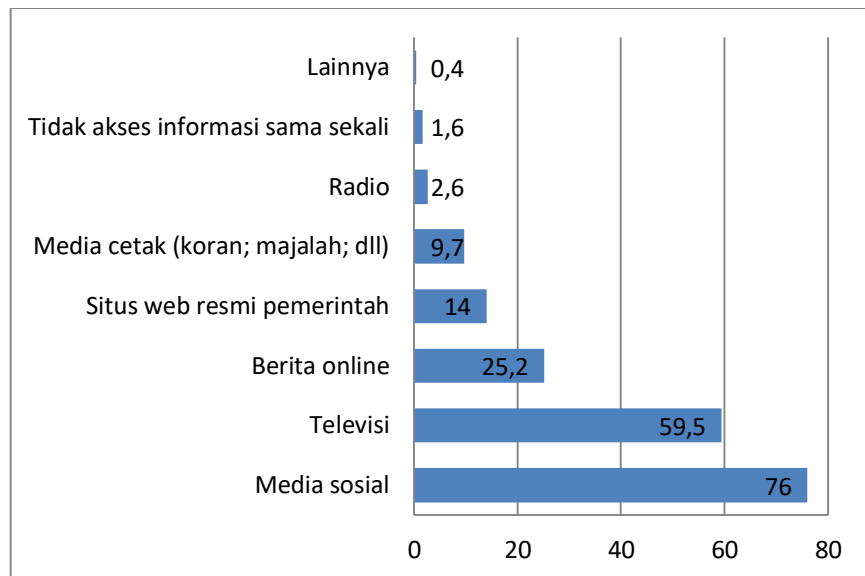
B. Langkah Akun @pcosfighterindonesia Mewujudkan Misi ‘Raise Awareness About PCOS and Women’s Health’

1. Instagram Sebagai Media Sosial Berbasis Visual

Media visual menurut Fathurrohman (2007) merupakan media yang mengandalkan indra penglihatan. Media visual menampilkan gambar diam seperti slide foto, gambar, atau lukisan. Sedangkan menurut Daryanto (1993), media visual adalah alat peraga yang digunakan dalam proses belajar yang dapat dinikmati melalui panca indra penglihatan (Fitriah, 2018). Seiring dengan perkembangan internet dan media sosial yang pesat, selaras dengan perubahan masyarakat di era digitalisasi yang mulai mencari segala sumber literasi melalui media internet dan menggantikan literasi tertulis atau media cetak. Penelitian yang dilakukan Citra & Radja (2018) menemukan bahwa banyak media cetak di Indonesia mengalami kemerosotan akibat kalah saing dengan media digital. Sebagai upaya mencegah kemerosotan lebih parah, perusahaan media cetak tersebut mulai merambah ke media sosial guna menggait *audience* kembali agar membaca konten-konten yang mereka sajikan.

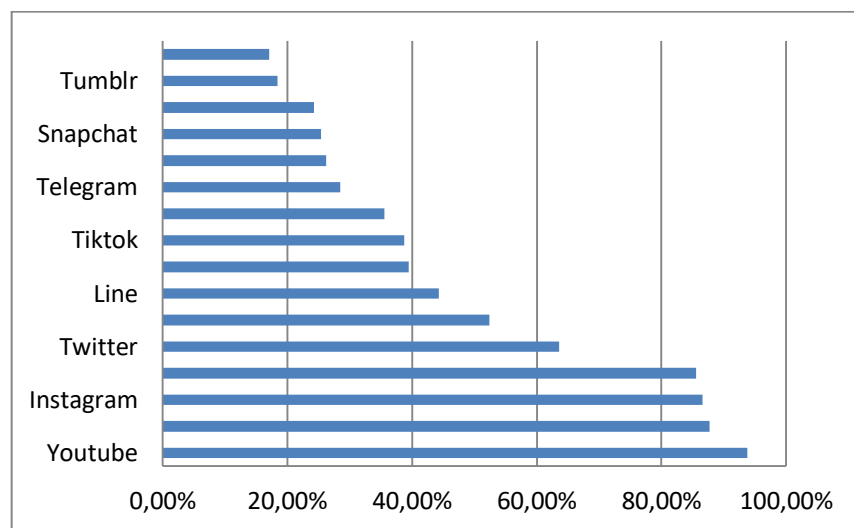
Dalam sebuah survey yang dilakukan KIC (2020) menunjukkan 76% dari 1670 responden atau sebanyak 1269 masyarakat lebih memilih media sosial sebagai akses informasi utama. Survey lain yang dilakukan Hootsui (2021) menunjukkan sebanyak 170 juta penduduk Indonesia atau setara dengan 61,8% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia adalah pengguna media sosial. Dengan akses yang paling banyak dikunjungi adalah Youtube dengan persentase sebanyak 93,8%, diikuti dengan WhatsApp sebanyak 87,7%, dan Instagram 86,6%. Hal ini menunjukkan bagaimana perkembangan internet sebagai media berbasis visual mulai menggeser media cetak yang berbasis tulisan menjadi media utama masyarakat dalam mengakses informasi.

Tabel 9 : Media sosial sebagai akses informasi utama masyarakat



Sumber : Hasil olah peneliti melalui KIC (2020)

Tabel 10 : Jumlah pengguna media sosial di Indonesia



Sumber : Hasil olah peneliti melalui Hootsui (2021)

Media-media sosial seperti Twitter, Facebook, Youtube, dan Instagram lebih menonjolkan tampilan gambar atau visual dibandingkan teks. Dari seluruh media sosial tersebut, Instagram merupakan media sosial yang memiliki tampilan visual paling menonjol. Visual kini menjadi alat komunikasi di era sekarang dan

mempunyai logika yang sama dengan bahasa tulis. Penggabungan gambar satu dengan gambar lain akan memunculkan potensi makna yang beragam, bahkan tidak terbatas (Eriyanto, 2019). Adapun media dalam komunikasi visual antara lain :

a) Tipografi

Tipografi merupakan huruf yang lebih menekankan kepada tampilan visual sebagai alat komunikasi dengan para *audience*. Akun @pcosfighterindonesia menggunakan jenis *font* yang mudah dibaca dan terkesan *playful*. Penggunaan jenis *font* yang mudah dibaca dengan ukuran yang besar tanpa ada hiasan berlebihan membuat *audience* dapat menangkap makna dari tulisan tersebut.

b) Simbolisme

Simbol merupakan bahasa universal yang sangat efektif digunakan hingga hari ini. Simbol digunakan sebagai sarana informasi untuk menjembatani perbedaan bahasa. Logo merupakan bentuk kompleks dari simbol. Dalam akun @pcosfighterindonesia, logo diletakkan dalam setiap konten yang mereka bagikan. Logo akun @pcosfighterindonesia memiliki makna dan representasi dari perjuangan wanita penyandang PCOS.

c) Ilustrasi

Dalam setiap konten edukasi akun @pcosfighterindonesia selalu terdapat ilustrasi yang merepresentasikan isi maupun pesan dari konten tersebut. Ilustrasi dapat digunakan sebagai daya tarik, mengunggah respon maupun penyampaian emosi bagi *audience* yang melihat ilustrasi tersebut.

d) Warna

Warna dapat menjadi kunci utama dalam komunikasi visual. Warna memiliki makna dan pesan yang kuat. *Tone* dalam akun @pcosfighterindonesia adalah warna merah muda atau *pink* yang merepresentasikan wanita. Warna ini juga memiliki kesan manis dan feminis. Dalam psikologi, merah muda merepresentasikan prinsip feminisme dengan aura yang kuat. Selain itu nuansa merah muda memiliki arti kelemahan lembut, kepedulian, dan romansa (Hico, 2016).

e) Fotografi

Penggunaan foto ini bertujuan untuk menjadi daya tarik dan respon bagi *audience*. Foto harus terlihat komunikatif dan merepresentasikan pesan yang hendak disampaikan dalam postingan tersebut (Fitriah, 2018).

Gambar 17 : Tampilan visual *feed* akun @pcosfighterindonesia



Sumber : *Feed* akun @pcosfighterindonesia (2021)

Tampilan visual konten dalam *feed* akun @pcosfighterindonesia memiliki tipografi yang konsisten serta menarik, *tone* warna senada dan gambar ilustrasi seorang wanita yang tengah

mengandung, makan, yoga, dan memasak. Melalui media-media visual tersebut, akun @pcosfighterindonesia berusaha menyampaikan pesan kepada para *audience*. Media visual tersebut menjadi simbol yang digunakan sebagai perantara interaksi dengan *audience*.

Dalam teori interaksi simbolik yang menyatakan bahwa tanggapan seseorang tidak dibuat secara langsung terhadap tindakan orang lain, melainkan didasarkan atas 'makna' yang diberikan terhadap tindakan orang lain. Individu mampu mengkomunikasikan simbol secara verbal menggunakan bahasa. Proses interpretasi tersebut menjadi posisi kunci dalam interaksi simbolik (Ritzer, 2014). Melalui konsep interaksi simbolik, peneliti menemukan bahwa proses interpretasi tersebut merupakan proses komunikasi secara tidak langsung antara akun @pcosfighterindonesia dengan *followers* yang menjadi *audience*. Bahasa gambar (visual) menempatkan gambar sebagai sebuah tata bahasa (*grammar*). Representasi bahasa visual dapat dibagi menjadi 2, yakni representasi naratif dan konseptual :

a) Representasi naratif

Gambar maupun ilustrasi berusaha menceritakan tentang aktivitas atau tindakan. Representasi ini memiliki 3 aspek; aktor melakukan sesuatu, aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh aktor, dan tujuan (*goals*) dari aktor.

b) Representasi konseptual

Gambar maupun ilustrasi tidak menunjukkan aktivitas. Pada representasi ini lebih menunjukkan proses eksistensial, proses relasional, dan penggambaran persepsi emosional (Eriyanto, 2019).

Gambar 18: Ilustrasi seorang ibu menggendong bayi-nya



Sumber : Akun @pcosfighterindonesia (2021)

Postingan dalam *feed* ini merupakan contoh dari representatif naratif. Dapat dilihat terdapat ilustrasi seorang ibu yang tengah menggendong bayi-nya. Gambar ini memiliki 3 kriteria dari representasi naratif; aktor dalam hal ini adalah ilustrasi ibu dan bayi yang sedang bersama, ibu dan bayi tengah bermain bersama dengan cara sang ibu menggendong bayi-nya, dan tujuan dari gambar tersebut dipertegas melalui tulisan 'you'll get there' yang bermaksud bahwa suatu saat nanti para *audience* akan merasakan memiliki dan mengajak bayi-nya bermain bersama seperti apa yang sedang dilakukan ibu dan bayi dalam ilustrasi tersebut.

Gambar ini memiliki makna bahwa perjuangan wanita penyandang PCOS yang berusaha untuk mendapatkan momongan patut diapresiasi. Belum hadirnya buah hati bukanlah kesalahan dirinya. Terus selalu berusaha dan senantiasa semangat untuk mengubah pola hidup lebih sehat. Selalu berdoa dan yakin bahwa Tuhan akan memberikan anak diwaktu yang tepat. Para *audience* memahami pesan yang berusaha disampaikan melalui representasi naratif ini. Dilihat dalam kolom komentar yang saling meng-Amin-

kan ilustrasi tersebut agar segera bisa dipercaya untuk merasakan bermain dan menggendong anak sendiri.

Gambar 19 : Konsep *ice berg* PCOS



Sumber : Akun @pcosfighterindonesia (2021)

Contoh lain dapat dilihat dalam salah satu postingan *feed* yang di-*upload* pada tanggal 1 April 2021. Dalam postingan ini menunjukkan terdapat gambar bongkahan es dengan keterangan efek yang diketahui dan efek yang tidak diketahui dari hiperandrogenism. Gambar ini merupakan representasi konseptual karena tidak menunjukkan suatu aktivitas, tetapi lebih kepada proses eksistensial yang menjelaskan terdapat dampak hiperandrogenism yang tidak hanya sekedar tumbuhnya rambut kaki dan wajah. Melalui gambaran konsep *ice berg*, akun @pcosfighterindonesia berusaha menyampaikan kepada *audience* mengenai dampak tersembunyi dari hiperandrogenism. Peneliti menemukan bahwa *audience* memahami representasi konseptual yang diberikan akun @pcosfighterindonesia, dibuktikan dalam kolom komentar dimana para *audience* dan akun @pcosfighterindonesia saling berinteraksi dan berdiskusi mengenai permasalahan hiperandrogenism.

Pesan gambar tersebut kemudian diperjelas melalui *caption* dan didiskusikan bersama melalui kolom komentar, sehingga pemaknaan gambar yang dimaksudkan dari aktor tertangkap baik oleh *audience*. Hal ini dapat dibuktikan dalam wawancara bersama Nn. E yang menuturkan bahwa setiap ilustrasi dalam postingan @pcosfighterindonesia mudah dipahami :

“Iya mba, Alhamdulillah mba kontennya mudah dipahami semua dan juga menarik” (Nn. E, Wawancara 21 Juli 2021).

Nn. R juga menuturkan bahwa konten yang disediakan @pcosfighterindonesia sangat jelas penyampaiannya, selain itu pesan yang dituliskan melalui *caption* juga tersampaikan dengan baik :

“Jelas sekali mbak, apalagi sering ada sharing-sharing gitu sama dokter SpOG... Ada caption penyemangat jugaa buat yang PCOS, jadi merasa nggak berjuang sendiri” (Nn. R, Wawancara 21 Juli 2021).

Selaras pula dengan apa yang dituturkan Ny. A yang lebih memilih media Instagram sebagai tempat utama dalam mencari informasi mengenai PCOS karena tampilan visual lebih memudahkan untuk memahami informasi :

“Saya memilih Instagram karena lebih mudah penggunaan dan tampilannya. Serta lebih lengkap dan informatif dibanding media sosial lainnya” (Ny. A, Wawancara 22 Juli 2021).

Penuturan Nn. E, Nn. R, dan Ny. A diatas menunjukkan bagaimana Instagram menjadi media yang sesuai untuk mengedukasi masyarakat mengenai PCOS. Instagram mengalahkan media sosial lainnya dengan keunggulan tampilannya. Keunggulan dari tampilan visual tersebut membuat Instagram menjadi salah satu media sosial yang paling diminati masyarakat dan efektif dalam penyebaran informasi. Selaras dengan hasil penelitian Rahmat & Daddy (2019) yang menunjukkan bahwa masyarakat yang memanfaatkan media Instagram sebagai literasi

visual lebih efektif menangkal pemberitaan hoaks, perubahan sikap, perilaku, dan kognisi kearah yang lebih baik. Instagram dinilai cukup baik sebagai media berbasis visual untuk mengkomunikasikan sebuah informasi.

Visual memiliki tampilan ikonik yang dapat memikat para *audience* untuk melihat serta memotivasi *audience* untuk mengamati dan memaknai dari tampilan visual tersebut. Secara sederhana-nya Instagram mampu mengajak *audience* berkomunikasi melalui bahasa visual sebagai bahasa *universal* yang dapat menginterpretasikan informasi secara efektif (Syah & Darmawan, 2019). Fenomena tersebut juga membuktikan bagaimana bahasa visual mulai menggeser sumber literasi tertulis. Melalui permainan simbol-simbol dan gambar yang diberikan, *audience* dapat meng-interpretasikan bahasa-bahasa visual serta makna yang hendak disampaikan oleh akun @pcosfighterindonesia.

2. Strategi Penyampaian Pesan Edukasi @pcosfighterindonesia

Pesan dalam KBBI dapat diartikan sebagai perintah, nasihat, atau amanat yang disampaikan oleh orang lain. Imbauan pesan (*message appeals*) merupakan pesan yang dimaksudkan untuk mempengaruhi orang lain. Imbauan pesan memiliki beberapa jenis; imbauan rasional, imbauan emosional, imbauan takut, imbauan ganjaran, dan imbauan motivasional :

a) Imbauan rasional

Anggapan bahwa manusia merupakan makhluk rasional yang dapat menentukan dan memperhitungkan tindakan itu sendiri. Sehingga imbauan rasional berisi saran-saran yang nantinya akan ditentukan sendiri oleh *audience* mana saran yang paling baik dan pas untuk dirinya.

b) Imbauan emosional

Pesan ini menggunakan pernyataan atau bahasa yang dapat mempengaruhi emosi *audience*. Dalam imbauan ini berisikan penggambaran perasaan aktor akan kekhawatirannya mengenai sesuatu. Tujuannya adalah untuk membangkitkan emosi *audience* dan menyelaraskan isi pesan yang hendak diberikan kepada *audience*.

c) Imbauan takut

Berisikan pesan yang meresahkan, mengancam, atau mencemaskan. Imbauan ini digunakan untuk membuat khawatir para *audience* sehingga mereka tergerak untuk melakukan perubahan.

d) Imbauan ganjaran

Menjajikan suatu *reward* atau hadiah jika *audience* berhasil melakukan apa yang aktor imbau mereka akan mendapatkan ganjaran (*reward appeals*).

e) Imbauan motivasional

Menggunakan imbauan motif yang menyentuh kondisi interen manusia. Imbauan ini terbagi menjadi 2 kelompok besar yakni motif biologis dan psikologis (Rakhmat, 1992).

Akun @pcosfighterindonesia menggunakan beberapa kombinasi imbauan pesan sebagai strategi penyampaian pesan edukasi mereka. Penggunaan kombinasi tersebut disesuaikan dengan tema dan isi dari konten yang hendak dibagikan. Peneliti kemudian mengklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 11 : Klasifikasi *caption* imbauan

Jenis Imbauan	Tanggal <i>Uploud</i>	Tema Konten	<i>Caption</i>
Rasional	30 Januari 2021	<i>Sharing</i> ilmu PCOS	Penurunan berat badan yang sederhana tidak akan menyembuhkan PCOS,

			tapi akan membantu mengurangi <i>symptom</i> yang terjadi pada tubuh karena PCOS. Penurunan berat badan bisa mengembalikan fungsi normal ovarium dan menghasilkan produksi hormon normal. Penelitian menunjukkan hanya dibutuhkan penurunan minimal 5-10 kg untuk merasakan manfaatnya.
Emosional	15 Juli 2021	<i>Hearth to hearth</i>	Ada banyak jenis rejeki di dunia ini. Salah satunya adalah anak. Bila tuhan belum mengizinkan rezeki berupa ‘anak’ datang padamu, maka sekuat apa pun kamu berusaha, pastinya belum diberikan. Jangan pernah kecewa, cyster! Fokuskan dirimu dengan apa yang kamu bisa lakukan sekarang ini.
Takut	22 Januari 2021	<i>Sharing ilmu PCOS</i>	Memang umur tidak ada yang tahu, tetapi bukankah kita lebih bahagia menjalani hari bila sehat? Ada beberapa penyakit yang dihubungkan dengan

			PCOS; diabetes, hipertensi, kolestrol, <i>sleep apnea</i> , kanker endometrium, depresi, dan kecemasan.
Ganjaran	1 November 2020	Diet <i>challenge</i>	Jika kamu susah memulai diet, <i>stuck</i> dengan berat badanmu, dan pingin sekali sehat. Nah! Diet <i>challenge</i> ini pastinya akan sangat bermanfaat untuk kamu. Akan ada 1 orang pemenang, yaitu peserta paling konsisten dan pemenang berhak mendapatkan ‘yoga mat + essential oil mist’ senilai 300K!
Motivasional	31 Oktober 2020	<i>Hearth to hearth</i>	<i>Good morning</i> , hari ini kami hanya ingin berdoa untukmu yang sudah berjuang untuk sehat, semoga kesehatanmu semakin membaik dan selalu di lindungi oleh-Nya. Untukmu yang sedang berusaha, semoga selalu dikuatkan niatnya, untuk yang baru mulai berjuang untuk sehat,

			semoga tak goyah dan patah semangatnya.... <i>We love you, Cyster!</i>
--	--	--	------------------------------------------------------------------------

Sumber: Hasil olah peneliti (2021)

Penggunaan kombinasi imbauan pesan pada tema konten akun @pcosfighterindonesia dalam *caption* yang mereka unggah membuat para *audience* mengikuti isi dari pesan imbauan tersebut. Dapat dilihat dari interaksi dalam kolom komentar di setiap postingan konten tersebut yang menunjukkan adanya motivasi, keingintahuan, kecemasan, kekhawatiran, dan keraguan pada diri mereka sendiri. Imbauan-imbauan tersebut membuat kesan tersendiri bagi *audience* akun @pcosfighterindonesia yang membaca pesan tersebut. Meskipun tiap individu memiliki tanggapan *feed back* yang berbeda-beda tergantung bagaimana pengalaman, motivasi, dan kepribadian individu masing-masing. Melalui imbauan ini, akun @pcosfighterindonesia berhasil mempengaruhi *audience* untuk melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi.

Beberapa aspek seperti pemilihan media sosial, pengguna media sosial, dan strategi keberhasilan menyampaikan pesan edukasi memiliki faktor-faktor yang dapat dijabarkan sebagai berikut :

a) *Who* (Siapa komunikatornya?)

Evektifitas komunikator dipengaruhi oleh tiga faktor yakni; kredibilitas, atraksi, dan kekuasaan :

1) Kredibilitas

Kredibilitas merupakan citra yang dimiliki oleh seorang komunikator. Dalam hal ini akun @pcosfighterindonesia menjaga dan memastikan

setiap konten yang dibagikan tidak terdapat informasi yang menyesatkan dan belum teruji kebenarannya. Oleh sebab itu akun @pcosfighterindonesia selalu membaca jurnal-jurnal dan bertanya kepada tenaga medis terkait agar konten yang dibagikan dapat dibuktikan kredibilitasnya.

2) Atraksi

Atraksi dapat digambarkan sebagai daya tarik tersendiri bagi komunikator yang dapat memikat *audience*. Dalam media sosial, atraksi sendiri merupakan tampilan-tampilan visual seperti poster, foto, gambar, dan video. Tampilan visual tersebut memiliki perseptual yang artinya penafsiran tersebut bergantung pada persepsi setiap individu dan mempengaruhi persepsi *audience* terhadap komunikator. Pengaplikasian atraksi dalam akun @pcosfighterindonesia dapat dilihat dalam pemilihan ilustrasi dan pesan dalam setiap postingan mereka. Ilustrasi-ilustrasi yang merepresentasikan wanita penyandang PCOS dengan pesan-pesan yang membangun dapat mem-presepsikan bagaimana akun @pcosfighterindonesia sangat paham mengenai keadaan yang dialami penyandang PCOS dan mendukung mereka untuk selalu semangat menghadapi segala gejala-gejala yang mereka rasakan.

3) Kekuasaan

Kekuasaan didefinisikan sebagai nilai jual dari akun ini. Nilai jual dari akun ini adalah bentuk *support*, edukasi, dan ruang aman bagi penyandang

PCOS untuk menumpahkan segala keluh kesah dan permasalahan mereka untuk berusaha sembuh dari gejala-gejala PCOS.

b) *Says what* (Apa yang disampaikan?)

Bagaimana cara penyampaian pesan yang hendak disampaikan komunikator terhadap komunikan agar mengikuti himbauan yang dianjurkan oleh komunikator. Seperti *caption* pada postingan *feed* 18 Juli 2021 :

‘Setiap orang memiliki ujiannya masing-masing, Cyster. Tetapi, ingatlah satu hal. Ujian itu adalah bentuk kasih sayang Tuhan kepadamu. Ujian itu ada untuk menjadikanmu orang yang lebih baik lagi dan kuat. Jangan lupa, bahwa kesehatan dan rezeki berupa anak itu urusan yang Maha Kuasa. Manusia hanya bisa berusaha dan hasil terakhirnya serahkanlah kepada Tuhan’

Caption tersebut menunjukkan bagaimana akun @pcosfighterindonesia menganjurkan *followers*-nya untuk menyerahkan segalanya kepada Tuhan, sabar akan setiap ujian yang dihadapi dan selalu berusaha terbaik untuk berusaha mendapatkan rezeki tersebut.

c) *In which channel* (Media apa yang digunakan?)

Penyampaian pesan edukasi ini dilakukan melalui media sosial dengan visual diam dan visual gerak. Penyebaran pesan edukasi melalui media ini menjadi sangat efektif dan efisien, karena akun @pcosfighterindonesia tidak perlu mengumpulkan masa dan sifat internet yang dapat menyebarkan informasi secara cepat.

d) *To whom* (Siapa komunikannya?)

McQuail dan Windahl dalam Venus (2004) mendefinisikan komunikan sebagai sejumlah besar orang yang

pengetahuan, sikap, dan perilakunya akan diubah. Komunikasikan dalam akun @pcosfighterindonesia merupakan *followers* yang mayoritasnya adalah pengidap PCOS. Sehingga pesan-pesan yang disampaikan merupakan pesan edukasi mengenai PCOS, kalimat-kalimat yang mendukung, dan mengarahkan para penyandang PCOS untuk semangat hidup sehat.

e) *With what effect* (Efek apa yang diharapkan?)

Para pembaca yang membaca pesan-pesan edukasi tersebut diharapkan melakukan tindakan berupa menjaga kesehatan reproduksi jauh lebih baik daripada sebelumnya. Namun efek antar individu dengan individu lainnya akan berbeda, tergantung bagaimana perspektif dari individu tersebut. Selain itu infografis maupun postingan yang mereka bagikan dapat mempengaruhi kognitif, afektif, dan behavioural dari individu (Suryadi, 2018).

Konsep interaksi simbolik menurut Mead adalah proses memaknai apa yang melatarbelakangi aktor bertindak dari sudut pandang aktor itu sendiri. Pemaknaan sendiri dimulai dengan proses berpikir yang menurut Mead adalah proses interaksi dengan diri sendiri menggunakan suatu simbol bermakna (Wirawan, 2015). Mead dalam kajian teori interaksionis simbolik menekankan bahwa simbol merupakan sebuah representasi atau alat yang digunakan untuk berkomunikasi dengan *audience* (Nasrullah, 2012). Komunikasi dalam media siber menggunakan dimensi multimedia yang melibatkan kombinasi antara *text (caption)*, gambar/vidio (visual), audio, serta animasi yang akan ditangkap melalui indra penglihatan dan pendengaran manusia (Setiyawati dkk, 2019).

Melalui ke-5 faktor diatas, terjadi sebuah komunikasi menggunakan simbol-simbol berupa gambaran ilustrasi serta

imbauan dimana sang komunikator dalam hal ini adalah akun @pcosfighterindonesia berusaha menyampaikan pesan edukasi mengenai PCOS kepada komunikan yang dalam hal ini adalah *followers* akun @pcosfighterindonesia. Selain alat komunikasi, simbol digunakan sebagai salah satu strategi efektif dalam penyebaran konten serta media. Simbol menjadi sebuah bahasa *universal*, dimana semua orang dapat memahami dan menginterpretasikan makna dari simbol tersebut (Pratama, 2017). Interaksi simbolik menggunakan bahasa sebagai simbol dan isyarat (*decoding*). Simbol merupakan proses pemaknaan dimana makna dan simbol tersebut menjadi sebuah subjek dalam teori interaksi simbolik (Wirawan, 2015).

Penggunaan media visual dan kalimat imbauan merupakan bukti bahwa Andini menggunakan alat sebagai bahan pendukung untuk mencapai *goals* dari tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita penyandang PCOS melalui akun @pcosfighterindonesia. Andini menggunakan visual dan kalimat imbauan untuk memudahkan *audience* akun @pcosfighterindonesia memahami pesan konten-konten yang ia bagikan :

“Konten itu harus bisa dibaca semua kalangan dan relatable dengan kondisi PCOS serta kesehatan wanita umumnya. Setiap konten harus terdapat sesuatu yang dialami cyster dengan didukung minimal 1 jurnal. Dibuat ringkas mungkin dengan tujuan agar setiap orang mudah baca. Konten kami yang paling penting mudah dibaca, relatable, dan sebisa mungkin mengajak orang ke dokter untuk memeriksakan masalahnya. Semakin kesini, konten kami ada sedikit perubahan dalam bentuk visualnya. Setelah ditelaah kebanyakan cyster melihat dari kondisinya sendiri. Sehingga tantangan kami adalah bagaimana caranya agar caption dapat menjabarkan apa yang harus mereka lakukan setelah tau mereka mendapat gejala tersebut” (Andini, Wawancara 27 November 2021).

Tindakan berorientasi nilai yang Andini lakukan merupakan langkah upaya yang ia lakukan untuk mewujudkan misi ‘*raise*

awareness about PCOS and women's health'. Pemilihan visual serta jenis kalimat imbauan yang sesuai menunjukkan bahwa Andini paham akan orientasi penggunaan alat sebagai bahan pendukung atas tujuan yang hendak ia capai.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 6 *followers* akun @pcosfighterindonesia, mereka menuturkan berhasil mendapatkan *goals* atau manfaat dari konten-konten yang dibagikan akun @pcosfighterindonesia seperti; berhasil mendapat regulasi menstruasi yang normal, berhasil menjalani diet, berhasil mendapatkan kepercayaan diri, merasa tidak berjuang sendiri, dan mendapat informasi maupun ilmu baru mengenai PCOS. Peneliti menyimpulkan imbauan dan ke-5 faktor tersebut saling bersinergi dalam keberhasilan akun @pcosfighterindonesia menyampaikan pesan-pesan edukasi kepada para *followers*-nya.

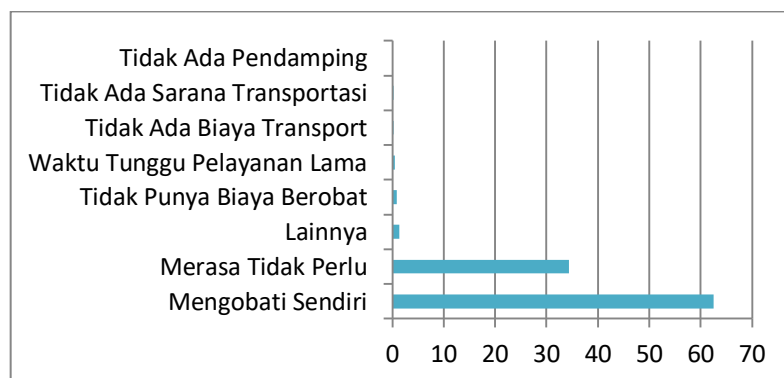
BAB V
TINDAKAN AKUN @pcosfighterindonesia DALAM
PEMELIHARAAN KESEHATAN REPRODUKSI WANITA

A. Motif dan Tujuan Akun @pcosfighterindonesia dalam Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita

1. Kurangnya Pengetahuan Masyarakat Mengenai Kesehatan Reproduksi Wanita dan PCOS

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara bersama beberapa informan, masih banyak masyarakat yang tidak mengerti gangguan kesehatan reproduksi dan enggan memeriksakan diri ketika mengalami keluhan kesehatan. PCOS merupakan gangguan anovulasi paling umum yang terjadi dengan kisaran kasus 5-10% pada wanita usia reproduktif (Zetira dkk, 2019). PCOS sebenarnya dapat menunjukkan gejalanya pada remaja yang telah mengalami pubertas berupa gangguan siklus menstruasi. Sayangnya kebanyakan remaja lebih memilih memeriksakan diri dengan cara mencari informasi mengenai gejala-gejala melalui aplikasi kesehatan dan melakukan *self diagnose* atas gangguan yang mereka alami daripada memeriksakan diri ke tenaga medis langsung.

Tabel 12 : Alasan mengapa pemuda enggan berobat



Sumber: Hasil olah peneliti melalui BPS (2019)

Dalam sebuah survey yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada bulan Desember tahun 2019 menunjukkan 1 dari 5 pemuda dengan rentan usia reproduktif di Indonesia enggan memeriksakan diri ketika ada keluhan kesehatan yang mereka alami. Sedangkan dalam survey kependudukan yang dilakukan oleh BPS pada bulan Mei tahun 2020, menunjukkan Indonesia memiliki 49,42% atau setara dengan 133,54 juta jiwa penduduk perempuan. Hampir 50% atau sebanyak 64.794.457 jiwa diantaranya adalah wanita dengan rentan usia reproduktif. Hal ini menunjukkan betapa banyaknya wanita usia reproduktif di Indonesia yang enggan memeriksakan diri ketika mengalami gejala gangguan kesehatan reproduksi. Serupa dengan penuturan Andini dalam wawancara bersama peneliti saat menceritakan awal mula ia membentuk akun @pcosfighterindonesia, ia mengungkapkan bahwa banyak gangguan kesehatan reproduksi wanita yang dianggap tabu dan dinormalisasikan oleh banyak orang :

“Saat ini banyak kesehatan wanita lainnya (selain PCOS) yang masih sering dianggap tabu, atau penyakit gangguan kesehatan reproduksi wanita yang dinormalisasi, padahal yaa sebenarnya nggak normal” (Andini, Wawancara 9 Agustus 2021).

Dari hasil observasi dan wawancara bersama Andini, peneliti mengklasifikasi enggannya wanita untuk memeriksakan kesehatan reproduksinya yang diakibatkan oleh beberapa faktor-faktor berikut ini; *pertama* stigma masyarakat. Stigma maupun *stereotype* dalam masyarakat akan peran wanita sebagai istri dan ibu yang seharusnya ideal patuh dan tunduk kepada suami, serta harus memberikan keturunan kepada keluarganya. Ketika wanita tersebut tidak merepresentasikan sebagai seorang wanita ideal, maka wanita tersebut dinilai sangat pantas untuk di-KDRT-kan dan kejadian tersebut justru dinormalisasikan oleh masyarakat. Hal itu disebabkan masih beredar mitos-mitos di masyarakat yang menganggap dunia wanita adalah ranah domestik serta menganut

budaya patriarki. Jika ada kesalahan, wanita tersebut yang disalahkan karena dianggap tidak dapat menjaga diri sendiri. Sebuah penelitian yang dilakukan Sidiq dkk (2018) juga menunjukkan bagaimana ketimpangan gender dalam *stereotype* masyarakat Indonesia yang sudah menjadi sebuah budaya dan tertanam sebagai bentuk pengaruh ketimpangan gender dalam tindakan, keyakinan, dan keinginan yang dianggap sebagai sesuatu kenormalan bahwa status wanita lebih rendah dibandingkan pria. Penelitian lain yang dilakukan Gladys dkk (2020) menemukan masih adanya diskriminasi yang didapatkan oleh wanita pengemudi ojek *online* di Manado. Para *driver* wanita tersebut kerap mendapatkan *cancel* dari para penumpang ketika tahu jika *driver* mereka adalah seorang wanita karena menganggap jika *driver* pria jauh lebih kompeten dibanding *driver* wanita.

Kedua, diskriminasi status sosial. Wanita yang belum menikah dianggap aneh ketika memeriksakan kesehatan reproduksinya ke tenaga medis. Pengalaman-pengalaman yang kurang menyenangkan ini akan membuat wanita lajang tidak nyaman dan merasa diintimidasi. Wanita lajang yang khawatir akan permasalahan siklus menstruasinya menjadi berpikir 2x untuk memeriksakan kesehatan reproduksinya. Mengutip pemberitaan dari kompas.com (2021), terdapat sebuah kasus dimana terjadi diskriminasi yang dilakukan oleh dokter spesialis kandungan ketika Nn. N (nama samaran) hendak memeriksakan kesehatan reproduksinya berupa tindakan *pap smear* karena statusnya yang belum menikah tetapi sudah aktif secara seksual. Bukannya mendapat tindakan *pap smear* seperti yang ia inginkan, Nn. N justru mendapatkan penolakan tindakan dari dokter tersebut serta ceramah atas statusnya yang masih belum menikah (Rachmawati, 2021).

Dalam Panduan Profesi Spesialis Obstetri-Ginekologi (PP POGI) Pasal 8 point 3 yang dikeluarkan Perkumpulan Obstetri Ginekologi Indonesia (POGI) tahun 2018 menjelaskan tentang hak-hak pasien yang menunjukkan bahwa pasien memiliki hak memperoleh layanan secara manusiawi, adil, jujur, dan tanpa adanya diskriminasi. Pelarangan tindakan diskriminasi juga tercantum dalam Pasal 10 Ayat 1 point C PP POGI 2018 mengenai panduan berprofesi dokter spesialis obstetri dan ginekologi. Pasal ini menjelaskan bahwa dokter harus merawat pasien tanpa adanya perlakuan diskriminasi dalam hal SARA, ekonomi, dan permasalahan internal dengan pasien itu sendiri. Kasus Nn. N menunjukkan bahwa dokter kandungan tersebut telah melanggar pasal-pasal yang dikeluarkan oleh organisasi profesinya sendiri dan bukti masih adanya kasus diskriminasi di Indonesia bahkan dikalangan professional sekalipun.

Ketiga, pembahasan yang dianggap tabu. Tabu untuk membahas maupun mendiskusikan seputar seks atau kesehatan reproduksi dalam budaya masyarakat Indonesia. Tabunya pembahasan mengenai kesehatan reproduksi sedari dini membuat kebanyakan para wanita menjadi tidak *aware* dengan gejala-gejala awal dari gangguan kesehatan reproduksi. Selain itu masyarakat yang tidak mengerti permasalahan tersebut akan langsung *menjudge* wanita-wanita tersebut tanpa bukti yang jelas. Selaras dengan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ratna dkk (2016). Penelitian ini menunjukkan bagaimana para orangtua yang memiliki anak usia pubertas bingung untuk menjelaskan apa itu menstruasi dan mimpi basah kepada anak-anak mereka. Para orangtua menginginkan anak mereka tidak mengalami kekerasan seksual tetapi di sisi lain mereka masih menganggap pembicaraan seksual dengan bahasa yang vulgar dianggap sebagai sesuatu yang porno untuk didiskusikan bersama anak. Hal ini menunjukkan bagaimana anak-

anak usia pubertas tidak mendapatkan akses dan ranah informasi yang cukup dalam pendidikan seksualitas.

Melalui faktor-faktor diatas Andini membentuk akun @pcosfighterindonesia sebagai bentuk kekhawatiran dia akan kurangnya pemahaman masyarakat mengenai kesehatan reproduksi wanita. Dalam wawancara bersama peneliti, Andini menceritakan pengalaman pribadinya yang tidak mengerti mengapa dia mengalami telat menstruasi hingga berbulan-bulan di usia remajanya. Andini mengalami berbagai gejala yang semakin hari semakin parah. Setelah berkonsultasi dengan berbagai dokter kandungan, tegaklah diagnosis bahwa Andini mengidap PCOS di awal usia 20-an. Pengalaman yang tidak menyenangkan tersebut membuat Andini berusaha mengedukasi masyarakat khususnya wanita agar *aware* dengan setiap gejala yang ada. Andini mengharapkan tindakan yang ia lakukan dapat membawa dampak perubahan bagi *followers*-nya. Apa yang melatar belakangi Andini dalam bertindak senada dengan Weber dalam Sarwono (2017) yang berpendapat bahwa alasan seorang individu bertindak didasari oleh pengalaman, persepsi, pemahaman, dan penafsiran atas situasi tertentu.

Tindakan yang dilakukan Andini melalui akun @pcosfighterindonesia mencerminkan tindakan rasional, dimana Andini berusaha mencapai tujuannya untuk mengedukasi masyarakat menggunakan sarana-sarana yang paling tepat. Melalui Parsons, teori Weber ia kembangkan. Parsons melihat tindakan aktor dalam bertindak didasari oleh 3 sistem yakni; sistem sosial, budaya, dan kepribadian. Untuk memahami faktor tindakan sosial dalam akun @pcosfighterindonesia, Parson mendefinisikan 3 sistem yang mendasari aktor dalam bertindak; *pertama*, sistem sosial. Sistem yang melihat bagaimana masyarakat atau individu berada dalam interaksi yang berjalan sesuai dengan peran dari

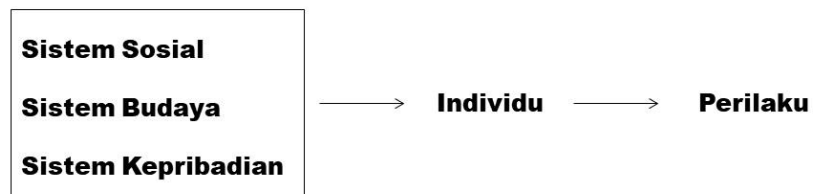
aturan atau norma dalam kelompok masyarakat tersebut. Lingkungan di sekitar Andini masih menganggap pembicaraan kesehatan reproduksi adalah suatu hal yang tabu membuatnya tidak dapat informasi maupun akses komprehensif mengenai gangguan kesehatan reproduksi yang ia alami semenjak remaja. Karena itulah Andini merasa banyak wanita diluar sana yang seharusnya ter-edukasi sedari remaja mengenai kesehatan reproduksi.

Kedua, sistem budaya. Dimaknai sebagai interpretasi dari kepercayaan dan budaya yang memiliki makna mendalam serta memegang kontrol sosial. Dalam hal ini Andini melihat kurangnya pemahaman masyarakat bahkan para wanita akan gejala-gejala awal dari gangguan kesehatan reproduksi, dalam hal ini adalah PCOS. Selain itu terdapat budaya-budaya di sekitar masyarakat yang menganggap wanita harus memiliki tampilan ideal seperti; wanita harus langsing, wanita harus berambut panjang dan hitam, wanita harus bisa memasak, wanita harus bisa mengurus anak dan suami, dsb. Budaya-budaya tersebut memegang kontrol sosial yang berdampak pada *stereotype* wanita yang banyak berkembang saat ini.

Ketiga, sistem kepribadian. Sistem ini menginterpretasikan bagaimana seorang individu berperan menjadi aktor. Dalam sistem ini, fokus yang dipelajari adalah bagaimana sikap dan motif dari individu. Andini yang saat itu terdiagnosa PCOS dan mengalami pengalaman tidak menyenangkan berusaha mengedukasi masyarakat dan wanita sebanyak mungkin. Melihat masih banyak *stereotype* yang berkembang membuat Andini tergerak untuk mengedukasi masyarakat dan mendobrak stigma-stigma tentang masalah kesehatan reproduksi wanita melalui Instagram. (Nugraheni dkk, 2018).

Dapat dilihat bagaimana perilaku individu dalam bertindak dipengaruhi oleh sistem sosial, budaya, dan kepribadian. Tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita penyandang PCOS dalam akun @pcosfighterindonesia yang dilakukan Andini juga dipengaruhi oleh ketiga sistem tersebut. Lingkungan sekitar Andini yang masih beranggapan bahwa kesehatan reproduksi merupakan sesuatu hal yang tabu dan pengalaman Andini yang kurang menyenangkan mengenai permasalahan PCOS, membuatnya ingin mengedukasi kepada masyarakat luas agar tidak mengalami pengalaman yang kurang menyenangkan seperti apa yang ia alami.

Gambar 20 : Skematis teori aksi Parson



Sumber : (Sarwono, 2017)

Melalui hasil wawancara, peneliti menyimpulkan bahwa Andini sangat termotivasi untuk melakukan edukasi mengenai PCOS dan kesehatan reproduksi wanita melalui media Instagram, Andini menggunakan beragam cara dan upaya untuk mencapai tujuannya mengedukasi masyarakat luas tentang PCOS. Apa yang Andini lakukan tersebut selaras konsep voluntarisme Parsons. Konsep voluntarisme memiliki skema yang digunakan untuk memahami situasi dan tujuan dari aktor tersebut. Adapun skema unit dasar Parsons; *pertama*, skema dimulai dari adanya individu atau aktor. *Kedua*, aktor termotivasi untuk mengejar tujuan yang diinginkan. *Ketiga*, aktor memiliki berbagai cara maupun langkah terbaik untuk meraih tujuannya. *Keempat*, aktor berada dalam

suatu situasi dan kondisi yang tidak dapat dikendalikan oleh aktor serta dapat menghambatnya untuk meraih tujuan. *Kelima*, kondisi aktor yang berada dalam kendali norma dan nilai yang mempengaruhinya untuk meraih tujuan (Ritzer, 2014).

Usaha Andini dalam meraih tujuan berada dalam suatu kondisi dimana norma mengharuskannya memilih langkah alternatif untuk meraih tujuan. Norma dalam hal ini adalah kebudayaan masyarakat yang masih menganggap pembicaraan seputar kesehatan reproduksi adalah suatu hal yang tabu untuk didiskusikan. Kemampuan Andini untuk memilih beberapa pendekatan alternatif dalam mengedukasi masyarakat melalui akun @pcosfighterindonesia, berhasil mendekatkan tujuannya untuk mengedukasi masyarakat mengenai PCOS dan dampak turunannya. Dalam membentuk akun komunitas penyandang PCOS Indonesia terbesar di Instagram Andini mengalami kendala berupa norma dan nilai dari masyarakat awam mengenai pembahasan kesehatan reproduksi yang dianggap tabu serta menganggap gejala-gejala PCOS tersebut sebagai sesuatu yang normal.

2. Menjadi Ruang Aman, Rujukan Utama Akun *Support*, dan Edukatif untuk Penyandang PCOS serta Masyarakat

Saat ini akun @pcosfighterindonesia merupakan salah satu influencer kesehatan reproduksi wanita yang sudah banyak menjalani berbagai macam kerja sama dan terus berkembang dengan lebih dari 40.000 pengikut (data 10 Agustus 2021). Prestasi yang didapatkan saat ini tentu melalui perjalanan dan perjuangan yang panjang. Untuk bisa berkembang menjadi rujukan utama sebagai *platform* edukatif dan komunitas PCOS di Indonesia, terdapat beberapa faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan akun @pcosfighterindonesia; *pertama*, pangsa pasar yang tepat.

Maksud dari pangsa pasar yang tepat adalah sasaran akun @pcosfighterindonesia yang berusaha menarik para penyandang PCOS maupun masyarakat umum agar jauh lebih *aware* terhadap PCOS maupun kesehatan reproduksi wanita lainnya. *Kedua*, misi dan *passion* yang kuat dari akun @pcosfighterindonesia. Akun ini memiliki misi '*raise awareness about PCOS and women's health*' atau peningkatan kewaspadaan terhadap PCOS dan kesehatan wanita. Misi tersebut sangat tercermin dalam *passion* mengedukasi yang dilakukan dalam akun tersebut. Konsistensi dengan beragam inovatif yang dihadirkan memperkuat misi dari akun @pcosfighterindonesia.

Ketiga, penyusunan konten yang beragam dan variatif. Dapat dilihat dalam *feed* maupun *insta story* akun @pcosfighterindonesia yang menyajikan berbagai macam jenis topik pembahasan dengan tampilan *layout* yang beragam dan menarik *audience*. *Keempat*, *caption* yang dapat menggambarkan dan merepresentasikan keluhan kesah wanita penyandang PCOS. Penggunaan *caption* tersebut menunjukkan bahwa mereka simpati, mengapresiasi, dan mendukung para penyandang PCOS. *Kelima*, tampilan *feed* yang rapi dan dapat merepresentasikan akun @pcosfighterindonesia itu sendiri. Akun @pcosfighterindonesia memiliki tampilan *tone* merah muda yang melambangkan wanita dan penggunaan logo disetiap postingannya. Konsistensi penggunaan warna dan logo tersebut menjadi sebuah ciri khas tersendiri dari akun @pcosfighterindonesia (Afandi, 2019).

Selain melalui media Instagram akun @pcosfighterindonesia menggunakan media grup WhatsApp sebagai media *sharing* yang jauh lebih ter-organisir berdasarkan wilayah *regional*. Berbeda dengan media Instagram yang berisikan *followers* baik itu masyarakat awam, sudah terdiagnosis, maupun

masih menduga-duga, media grup WhatsApp berisikan anggota-anggota yang sudah terdiagnosa dan menunjukkan gejala-gejala khas pada PCOS sehingga *sharing* yang dilakukan melalui media grup WhatsApp jauh lebih intens dan terarah. Berdasarkan observasi peneliti, akun @pcosfighterindonesia menerapkan ruang aman untuk penyandang PCOS mengeluarkan segala keluh kesahnya. Tidak ada yang dianggap salah maupun benar. Para *followers* dapat saling menceritakan dan menanggapi pengalaman mengatasi PCOS dalam kolom komentar di setiap postingan *feed* akun tersebut maupun grup WhatsApp apabila mereka tergabung dalam grup. Untuk *followers* yang menginginkan privasi dapat menceritakan keluh kesahnya melalui DM yang nantinya akan direspon oleh tim admin.

Ruang aman dalam akun @pcosfighterindonesia juga membantu penyandang PCOS untuk mengurangi tingkat kecemasan mereka dengan mengapresiasi dalam bentuk ucapan semangat di kolom komentar atas keberanian mereka dalam berbagi cerita dan pengalaman kepada sesama penyandang serta kegigihan mereka untuk berusaha memperbaiki gaya hidup menjadi lebih sehat. Keberanian mereka untuk *sharing* dapat meningkatkan kewaspadaan masyarakat terhadap PCOS. Seperti yang diutarakan oleh Andini:

“Gejala PCOS itu kan bikin tingkat percaya diri turun, badan nggak enak, takut yang nggak abis-abis... Kan kaget kalau misalnya kita divonis PCOS lalu dibilang akar masalahnya insulin resisten dan ternyata insulin kita nggak terkontrol. Kami percaya dengan *sharing awareness* kita dapat meningkatkan kewaspadaan terhadap sindrom ini” (Andini, Wawancara 9 Agustus 2021).

Weber melihat dunia terbentuk karena tindakan sosial. Perhatian Weber dalam tindakan sosial tertuju pada motivasi dan tujuan seseorang bertindak atau yang dikenal sebagai ‘tindakan

bermakna'. Weber mendefinisikan tindakan sosial sebagai suatu tindakan yang diarahkan kepada orang lain dan memiliki makna bagi sang aktor (Wirawan, 2015). Sebagaimana tindakan akun @pcosfighterindonesia yang memiliki tujuan sebagai rujukan utama akun komunitas PCOS dan meningkatkan kewaspadaan PCOS, akun @pcosfighterindonesia menyajikan beragam konten informasi mengenai PCOS dan seputar kesehatan reproduksi wanita yang meliputi; preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif dalam penanganan PCOS dan dampak turunannya.

Akun @pcosfighterindonesia memiliki 3 dari 4 tipe rasional tindakan yang dikemukakan Weber sebagai berikut; *pertama, zwerk rational* / tindakan rasional. Akun @pcosfighterindonesia memberikan sebuah program edukasi mengenai *awareness*, permasalahan dan gangguan lain yang disebabkan oleh PCOS dengan tema 'Belajar Bareng PCOS' selain itu dalam *highlight* atau sorotan terdapat beberapa topik yang dapat dibaca dan dipelajari oleh *followers* mereka. Jika dilihat melalui misi dan tujuan akun @pcosfighterindonesia, tindakan ini merupakan tindakan yang dilakukan Andini selaku aktor untuk mensukseskan misi tersebut. Andini memiliki pengalaman dan pengetahuan lebih mengenai PCOS. Sehingga Andini membagikan pengalaman dan pengetahuannya dalam bentuk edukasi melalui program-program akun @pcosfighterindonesia. Dapat terlihat pula bagaimana akun @pcosfighterindonesia memiliki beragam cara pendekatan kepada *followers*-nya agar seluruh *followers*-nya paham mengenai apa itu PCOS. Tindakan tersebut mencerminkan bagaimana aktor memilih untuk menggunakan alat yang sesuai dan menilai kemungkinan-kemungkinan yang terjadi ketika ia melakukan tindakan tersebut.

Kedua, werkrational action / tindakan berorientasi nilai. Dalam melakukan edukasi, akun @pcosfighterindonesia bersifat

sukarela. Maksud dari sukarela disini adalah bentuk partisipasi mereka untuk berusaha membantu mengatasi, memahami dan mencari jalan keluar mengenai PCOS bersama-sama. Akun @pcosfigtherindonesia memberikan edukasi dan diskusi bersama tenaga medis terkait dengan topik-topik yang menarik melalui beragam konten-konten yang ada di dalam akun tersebut. Tindakan akun @pcosfighterindonesia yang selalu menyematkan pesan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan juga menunjukkan bagaimana aktor memaknai penggunaan alat sebagai bahan pendukung dan objek pertimbangan.

Ketiga, affectual action / tindakan afektif. Cikal bakal akun @pcosfigtherindonesia berawal dari Andini yang memiliki masalah pelik akibat dari gejala-gejala PCOS yang dimilikinya. Seperti yang dijelaskan oleh Andini dalam wawancara bersama peneliti, dikarenakan ia merasa lelah bertahun-tahun memeriksakan kesehatan reproduksinya ke dokter, lambat laun ia mulai menyukai pembahasan mengenai kesehatan reproduksi wanita. Atas dasar keprihatinannya akan banyaknya masyarakat dan wanita yang belum mengetahui pentingnya deteksi dini mengenai gangguan PCOS, ia membuat akun @pcosfigtherindonesia sebagai tempat mencurahkan gejala PCOS-nya dan *diary* virtual. Lambat laun, Andini merubah akun tersebut menjadi akun komunitas dan terus menyebarkan *awareness* mengenai PCOS kepada masyarakat melalui akun @pcosfighterindonesia.

Dapat dilihat bagaimana motif tindakan akun @pcosfighterindonesia untuk mengedukasi masyarakat awam mengenai apa itu PCOS dan mengajak para penyandang PCOS untuk selalu belajar dan berusaha mengurangi gejala yang dapat memperparah PCOS mereka. Dalam mensukseskan tujuan tersebut, akun @pcosfighterindonesia mengedukasi masyarakat sebanyak

mungkin melalui platform Instagram dengan konten-konten interaktif berupa diet *challenge*, *exercise challenge*, IG *live*, kolaborasi, maupun via postingan *feed*. Akun @pcosfighterindonesia berharap dengan semakin banyaknya masyarakat awam yang mengerti apa itu PCOS, semakin banyak wanita yang *aware* dengan gejala-gejala gangguan sistem reproduksi mereka, serta masyarakat semakin mengerti mengenai peliknya perjuangan para penyandang PCOS. Mengingat PCOS lebih dari sekedar gangguan reproduksi semata, maka semakin banyak *support*, semakin cepat tertangani dan semakin cepat dapat mencegah gejala-gejala yang tidak diinginkan.

Ketiga tipe rasional tindakan di atas harus dipandang secara tipe ideal. Bisa saja dalam sebuah tindakan tradisional aktor menyadari penuh nilai-nilai ketuhanan dalam tindakan tersebut. Artinya selain tindakan tradisional, tindakan tersebut dapat masuk ke dalam tindakan berorientasi nilai (Johnson, 1994). Begitu pula dengan upaya tindakan Andini yang dilakukan melalui akun @pcosfighterindonesia untuk mengedukasi masyarakat yang dilakukan dalam bentuk *sharing* baik melalui media Instagram maupun WhatsApp sehingga seluruh komunitas baik itu *followers* maupun admin dapat saling berinteraksi satu sama lain. Tindakan tersebut masuk ke dalam tindakan rasional atas dasar pemikiran Andini dalam menggunakan alternatif berupa *sharing* melalui 2 media yang berbeda untuk mencapai tujuannya, tapi bisa saja masuk ke dalam tindakan berorientasi nilai apabila Andini menyadari penuh nilai-nilai dalam tindakan tersebut. Sebagai langkah untuk menghindari bias, Weber menggunakan salah satu pemikirannya yang paling terkenal yakni *verstehen* atau pemahaman subyektif sebagai metode untuk memahami arti subyektif tindakan sosial (Johnson, 1994).

B. Dampak Tindakan Sosial Akun @pcosfighterindonesia dalam Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Wanita

1. *Heal yourself = Happy life*

PCOS tidak hanya berdampak pada kesehatan reproduksinya saja, secara tidak langsung PCOS dapat menyebabkan penderitanya mengalami permasalahan psikososial yang diakibatkan dari faktor internal PCOS itu sendiri maupun faktor eksternal. Adapun permasalahan psikososial tersebut adalah :

a) Faktor internal

1) *Sleep* apnea

Gangguan irama pernafasan saat tidur ini secara tidak langsung disebabkan karena tingginya kadar hormon androgen dalam tubuh wanita penyandang PCOS. Sehingga wanita tersebut rentan mengalami obesitas. Akibat obesitas tersebut mereka mengalami gangguan pada pernafasan yang menyebabkan pernafasan mereka tidak teratur saat tertidur serta meningkatkan resiko terjadinya *sleep* apnea hingga 10x lipat dari wanita normal (Na'imah, 2021).

2) Insomnia

Sama seperti *sleep* apnea, insomnia pada pengidap PCOS disebabkan karena fluktuasi hormon yang tidak beraturan pada wanita pengidap PCOS. Hormon yang tidak seimbang tersebut membuat wanita penyandang PCOS mengalami insomnia dan *fatigue* (kelelahan berkepanjangan) (Na'imah, 2021).

3) Infertilitas

Infertilitas disebabkan akibat wanita penyandang PCOS mengalami gangguan menstruasi (berupa

ammenorhea (siklus menstruasi berhenti) atau *oligomenorrhea* (siklus menstruasi memanjang)), atau bahkan tidak mengalami ovulasi dalam setiap siklus menstruasinya. Akibatnya sangat sulit untuk menentukan kapan masa subur dari wanita tersebut (Hestiantoro dkk, 2013).

- 4) Perubahan fisik akibat gejala; *acanthosis nigricans* (perubahan warna kulit menjadi kehitaman), kerontokan rambut, jerawat, obesitas, dan *hirsutism* (pertumbuhan rambut seks sekunder pria pada wanita yang meliputi; tumbuhnya kumis, rambut pada dada, rambut pada tangan, rambut pada perut, dan rambut pada kaki yang lebat menyerupai pria) (Hestiantoro dkk, 2013).

b) Faktor eksternal

- 1) Kecemasan yang berlebih / *anxiety* dan depresi
Kecemasan yang mereka alami disebabkan karena tidak percaya diri, ketakutan, atau kekhawatiran terhadap gejala PCOS maupun stigma masyarakat. Sebuah studi literatur yang dilakukan Ajeng dkk (2021) menunjukkan bahwa wanita penyandang PCOS memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dan beresiko mengalami depresi. Selain itu kualitas hidup wanita tersebut juga menurun yang tidak hanya berdampak dari sisi kesehatan juga, tetapi dari sisi sosial dan seksualitas mereka.
- 2) Tidak dapat berkonsentrasi dan tidak semangat menjalani hari
Merupakan impas dari gangguan tidur dan kecemasan yang selama ini mereka alami. Sehingga wanita penyandang PCOS akan sulit berkonsentrasi,

kelelahan, hingga tidak semangat menjalani hari akibat kurang berkualitas waktu tidurnya. Pola hidup yang kurang sehat seperti *lifestyle sedentary* atau kurang gerak dapat berimpas pada mood seseorang sepanjang hari (Yudita, 2018).

Faktor internal berasal dari ketidak seimbangan hormonal dalam tubuh wanita yang mengakibatkan fluktuasi serangkaian gejala tersebut. Selain itu wanita penyandang PCOS rentan mengalami gangguan sindrom metabolik seperti; diabetes tipe-2, hipertensi, serangan jantung, dsb akibat tingginya kadar hormon androgen yang dapat mengakibatkan tumbuhnya ciri seks sekunder pria pada wanita penyandang PCOS. Perubahan fisik yang dialami wanita penyandang PCOS mirip dengan penyandang diabetes tipe-2 karena sama-sama mengalami gangguan pada resistensi insulin. Sedangkan faktor eksternal diakibatkan dari kekhawatiran penyandang akan respon dan *stereotype* masyarakat tentang perubahan fisik penyandang PCOS itu sendiri yang menyebabkan wanita penyandang PCOS menjadi tidak percaya diri dan *hopeless* dengan kondisi ia sekarang. Hilangnya kepercayaan diri seseorang membuat seseorang mengalami kehilangan motivasi atas apa yang sedang ia perjuangkan. Hal inilah yang menjadi *consent* utama dari akun @pcosfighterindonesia dan diperjelas oleh Andini :

“Mencintai dan menerima diri sendiri sebenarnya kunci dari keberhasilan untuk para penderita PCOS, mau itu yang sedang program hamil, atau yang belum menikah tapi ingin meningkatkan kualitas hidupnya. Karena ini *maintenance* seumur hidup” (Andini, Wawancara 9 Agustus 2021).

Akun @pcosfighterindonesia percaya dengan konsep jika seseorang berhasil berdamai dengan kondisi dan bersyukur akan nikmat yang ia peroleh saat ini dapat menjadi sebuah kunci utama dari keberhasilan *treatment* yang dijalankan setiap orang. Selain itu PCOS merupakan gangguan kesehatan reproduksi jangka panjang

yang *goals*-nya bukan sekedar memperoleh kehamilan saja. Melainkan membutuhkan niat yang kuat serta komitmen tinggi untuk terus *me-maintenance* tubuhnya seumur hidup. Dengan pondasi ini, akun @pcosfighterindonesia berharap seluruh *followers* baik itu yang sudah menikah maupun belum menikah memiliki motivasi yang kuat untuk senantiasa menjaga kesehatannya masing-masing kini dan nanti.

Gambar 21 : Salah satu postingan mengenai *self love*



Sumber : Akun @pcosfighterindonesia (2021)

Dalam Qs. Asy-Syura (42:49-50) dijelaskan bahwa hanya Allah SWT yang menghendaki pasangan mendapatkan keturunan serta mengalami kemandulan atau tidak :

لِلّٰهِ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ ۗ مَا يَخْلُقُ مَا يَشَآءُ ۗ يَهَبُ لِمَنْ يَشَآءُ اِنَاثًا وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَآءُ
 الذُّكُوْرَ ۗ اَوْ يَزُوْجُهُمْ ذُكْرًا وَّاِنَاثًا ۗ وَيَجْعَلُ مَنْ اَعِيْنِيْشَآءُ ۗ اِنَّهٗ عَلِيْمٌ قَدِيْرٌ

“Milik Allahlah kerajaan langit dan bumi. Dia menciptakan apa yang Dia kehendaki, memberikan anak perempuan kepada siapa yang Dia kehendaki, dan memberikan anak laki-laki kepada siapa yang Dia kehendaki. atau Dia menganugrahkan jenis laki-laki dan

perempuan, dan menjadikan mandul siapa yang Dia kehendaki. Dia Maha Mengetahui, Mahakuasa”

Tugas wanita dan pasangan sebagai seorang hamba yang taat adalah harus senantiasa bersabar dan berikhtiar dalam setiap pengobatan maupun *treatment* yang ia lakukan bersama pasangannya. Janganlah mereka *down* dengan stigma-stigma masyarakat bahwa pasangan yang sudah menikah tetapi belum memiliki momongan disebut sebagai pasangan mandul. Hanya Allah SWT yang menghendaki seorang pasangan mendapatkan anak perempuan maupun laki –laki serta pasangan yang mengalami kemandulan atau tidak. Selalu berfikiran positif bahwa selalu ada makna dibalik ujian tersebut.

Setiap takdir dan rencana yang Allah SWT berikan kepada hamba-Nya merupakan skenario yang paling terbaik untuk setiap hamba-Nya. Hanya saja banyak wanita yang menyalahkan kondisi mereka sekarang berdasarkan kacamata dari lingkungan sekitar mereka, dimana hanya mereka yang diberi ujian untuk usaha extra agar bisa mendapatkan momongan. Bisa saja Allah SWT memberikan seorang pasangan ujian berupa wanita tersebut merupakan penyandang PCOS agar pasangan tersebut senantiasa saling menguatkan dengan berdo'a bersama, memohon untuk segera diberikan momongan, dan saling mendekatkan satu sama lain. Mudah bagi Allah untuk memberikan seorang pasangan anak. Ujian ini bisa jadi menjadi sesuatu yang mereka benci, tetapi dibalik ini, ujian yang mereka hadapi merupakan sebuah ujian yang paling baik untuk mereka. Seperti yang tertulis dalam Qs. Al-Baqarah (2:216) :

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ

وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“... Boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui”

Dalam setiap *caption* maupun postingan *feed* akun @pcosfighterindonesia selalu menyelipkan kalimat motivasi untuk selalu bersyukur dengan nikmat dan rejeki yang diberikan Tuhan saat ini. Kutipan-kutipan motivasi tersebut memberikan *feed back* melalui kolom komentar berupa ungkapan syukur dan berterimakasih untuk diingatkan selalu percaya akan skenario Tuhan. Selain melalui *feed*, akun @pcosfighterindonesia juga mengajak para *followers* nya untuk ikut aktif terlibat dalam proses mengenal diri sendiri dan sejauh mana mereka mengetahui permasalahan PCOS dalam diri mereka melalui fitur *insta story* dalam bermacam bentuk *template*. Seperti yang diutarakan oleh Nn. E yang menuturkan bahwa ia merasa sangat terbantu dengan konten-konten @pcosfighterindonesia dalam usahanya berdamai dengan diri sendiri dan *me-manage* PCOS :

“Awal ada tanda-tanda (PCOS) saya panik dan ngga tau harus ngapain, sampai *down* dan sedikit stress. Alhamdulillah saya menemukan akun Instagram (@pcosfighterindonesia) yang bener-bener ngebantu banget mendapat informasi dan solusi. Setelah tau cara menangani tanda-tanda tersebut saya mulai berdamai dengan diri sendiri, berfikir positif, dan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat” (Nn. E, Wawancara 20 Agustus 2021).

Berbeda dengan Nn. E yang terbantu melalui *feed*, Nn. R menuturkan jika ia mendapatkan motivasi melalui salah satu *caption* yang menyadarkannya bahwa tidak ada gunanya untuk terus mengeluh dan menyalahkan diri :

“Ketika lihat postingan ini (menunjukkan salah satu *screen shoot-an caption*) seketika mak cless gitu rasanya... ternyata ada banyak orang yang ngerasain hal itu (PCOS). Aku terus sounding ke diri sendiri kalo Tuhan itu Maha Baik, ga mungkin Tuhan ngasih cobaan tanpa petunjuk. Dari situ aku mulai mencoba

berpikir *it's okay* ini adalah jalan hidupku. Pelan-pelan mulai perbaiki pola makan, setiap pagi yoga, dan kadang-kadang juga minum jamu” (Nn. R, Wawancara 20 Agustus 2021).

Gambar 22 : Salah satu kisah penyandang PCOS



Sumber : Akun Instagram @embriyofkui (2021)

Hasil yang paling nampak dari tindakan akun @pcosfighterindonesia mengenai *heal yourself* ini adalah banyaknya *followers* yang mulai berani sharing atau bercerita mengenai perjalanan diet maupun perjuangan mereka dalam menangani PCOS yang mereka lakukan melalui *feed* mereka masing-masing dan *di-tag* kan kedalam akun @pcosfighterindonesia. Hasil kolaborasi antara akun @pcosfighterindonesia bersama Embriyo Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, menunjukkan beberapa testimoni dari para penyandang PCOS yang menceritakan bagaimana makna perjuangan dan proses berdamai dengan PCOS melalui akun @pcosfighterindonesia yang berhasil membuahkan hasil.

2. Peningkatan Kesadaran Akan Kesehatan Reproduksi Wanita pada Wanita Penyandang PCOS

Penyakit atau *disease* merupakan gangguan fisiologi yang mengakibatkan tubuh mengalami gangguan keseimbangan akibat adanya patogen seperti; virus, kuman, dan bakteri maupun tekanan lingkungan. Sedangkan sakit atau *illness* merupakan penilaian atau reaksi dari individu terhadap sebuah penyakit. Jadi dapat disimpulkan jika penyakit bersifat obyektif dan sakit bersifat subjektif (Sarwono, 2017). Melalui pengertian bahwa sifat sakit bersifat subjektif bagi setiap individu, membuatnya memiliki beragam reaksi yang berbeda-beda dari setiap individu yang mengalami gejala PCOS. Individu yang kurang pemahaman mengenai penyakit PCOS, akan menganggap bahwa gejala-gejala awal dari PCOS merupakan suatu hal yang normal dan tidak perlu untuk diperiksakan.

Kejadian tersebutlah yang berusaha diantisipasi akun @pcosfighterindonesia untuk meningkatkan kesadaran kesehatan reproduksi wanita kepada para *followers*-nya. Keberhasilan peningkatan kesadaran kesehatan reproduksi wanita ditandai dengan tindakan para *followers* akun @pcosfighterindonesia yang memulai untuk melakukan langkah awal dalam pengobatan maupun pencegahan PCOS. Peneliti mengklasifikasi beberapa hasil perubahan yang dicapai ke-6 informan melalui hasil wawancara sebagai berikut :

Tabel 13 : Tindakan pemeliharaan kesehatan informan

	Nn. R	Nn. D	Nn. E	Ny. T	Ny. A	Ny. C
Memeriksa diri ke Sp.OG dan terdiagnosis		•		•	•	•
<i>Self Love</i>	•		•			•
Merasa tidak sendiri	•	•	•	•		•

berjuang						
Mendapat ilmu baru mengenai PCOS	•		•	•	•	•

Sumber : Hasil olah peneliti (2021)

Dapat dilihat bahwa mayoritas informan menuturkan berhasil berjuang bersama dalam pengobatan PCOS serta 4 dari 6 informan telah memeriksakan diri dan mendapatkan diagnosis PCOS. Selain itu mereka juga menuturkan mendapat *insight* baru mengenai seluk beluk PCOS dan merasa tidak sendiri dalam berjuang mengurangi gejala PCOS. Seluruh informan tersebut menunjukkan perilaku-perilaku kesehatan yang meliputi : *pertama*, perilaku sakit. Tindakan yang dilakukan oleh individu untuk berusaha mencari informasi mengenai penyakit yang mereka idap, termaksud tindakan anamnesa dan pencegahan pertama. *Kedua*, perilaku upaya mencari fasilitas kesehatan. Tindakan individu untuk berupaya mengobati penyakit yang mereka idap. Baik pengobatan secara tradisional menggunakan jamu maupun modern melalui kunjungan ke fasilitas kesehatan seperti *telemedicine*, puskesmas, klinik bidan, dan rumah sakit.

Ketiga, perilaku terhadap eliminasi makanan. Tindakan individu untuk memilah makanan yang bergizi dan tidak bergizi selama pengobatan berlangsung. Individu-individu ini memiliki pengetahuan mana makanan yang dipantang dan mana makanan yang dianjurkan untuk dikonsumsi. *Keempat*, perilaku dalam lingkungan kesehatan sekitar. Tindakan individu terhadap lingkungan dalam men-determinasi kesehatan. Meliputi sikap dan pengetahuan individu dalam mendukung kesehatan mereka (Surahman & Supardi, 2016).

Tindakan perilaku kesehatan tersebut muncul ketika para informan merasakan gejala-gejala awal dari PCOS. 4 dari 6 informan telah memeriksakan diri ke dokter spesialis kandungan dan terkonfirmasi mengidap PCOS. 2 diantaranya hanya memeriksakan diri melalui *telemedicine* dan masih ragu-ragu serta menduga-duga bahwa mereka mengidap PCOS. Setelah informan mendapatkan anamnesa maupun diagnosis, mereka mulai mencari informasi lebih lanjut mengenai cara penanganan PCOS melalui media sosial Instagram dan mengikuti akun @pcosfighterindonesia. Melalui akun @pcosfighterindonesia para informan mendapatkan dan mengikuti segala konten yang disuguhkan dalam akun tersebut. Setelah para informan mendapatkan informasi yang cukup mengenai penanganan PCOS, para informan mulai perlahan merubah pola makan dan gaya hidup menjadi lebih sehat. Seperti yang dituturkan oleh Nn. R dalam wawancara berikut ini :

“Dari postingan akun @pcosfighterindonesia aku mulai sadar mbak, pelan-pelan ada niat untuk ngerubah gaya hidup, makan makanan yang lebih sehat. Meskipun sampai saat ini kadang masih suka makan sembarangan” (Nn. R, Wawancara 20 Agustus 2021).

Keberhasilan akun @pcosfighterindonesia terhadap tindakan *followers*-nya yang mulai melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi tidak lepas dari strategi dan pendekatan-pendekatan yang dilakukan akun @pcosfighterindonesia. Sebagaimana yang didefinisikan Weber bahwa tindakan sosial merupakan tindakan yang ditujukan kepada orang lain, akun @pcosfighterindonesia menunjukkan bagaimana tindakan edukasi mereka ditujukan kepada *followers* dan berhasil mempengaruhi tindakan mereka untuk melakukan pemeliharaan kesehatan reproduksi.

Weber mengutarakan bahwa individu dalam sebuah masyarakat merupakan aktor yang kreatif tanpa adanya paksaan dari fakta sosial (norma, kebiasaan, dan nilai). Hal ini menunjukkan bahwa aktor bertindak tidak hanya melalui konsep fakta sosial saja (Wirawan, 2015). Selaras dengan akun @pcosfighterindonesia melakukan edukasi mengenai PCOS melalui media Instagram yang sebelumnya sangat dianggap tabu masyarakat untuk dibicarakan. Akun @pcosfighterindonesia mendobrak stigma bahwa pembahasan mengenai seks dan kesehatan reproduksi merupakan sesuatu yang harus didiskusikan dan dipelajari oleh semua kalangan. Dengan pijakan dan pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi secara komprehensif, diharapkan masyarakat khususnya para wanita dapat lebih *aware* mengenai PCOS dan kesehatan reproduksi lainnya serta paham bagaimana langkah pertama ketika mereka mengalami gangguan kesehatan reproduksi.

Akun @pcosfighterindonesia mengajak para *followers*-nya hidup lebih sehat. Selain itu akun @pcosfighterindonesia menyajikan beraneka infografis mengenai pentingnya hidup sehat dengan menyelipkan informasi mengenai panduan olahraga dan makanan apa saja yang dianjurkan serta dipantang oleh penyandang PCOS yang dikemas secara *fun* melalui *diet challenge*. *Diet challenge* ini diharapkan menjadi bekal titik awal untuk membiasakan para *followers* membentuk kebiasaan sehat dengan mengontrol apa saja makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi dan terus senantiasa bergerak aktif meskipun kegiatan *challenge* ini tidak diadakan kembali oleh akun @pcosfighterindonesia.

Gambar 23 : Salah satu testimoni kisah perjuangan *followers*



Sumber : *Tagged* akun @pcosfighterindonesia (2021)

Berdasarkan temuan data dalam lapangan, tindakan sosial yang dilakukan akun @pcosfighterindnesia berhasil mendapatkan *feedback* positif dari para *followers*. *Feedback* yang didapat sesuai dengan keinginan awal Andini yang tertulis dalam misi akun @pcosfighterindonesia. Melalui berbagai program dan konten-konten yang diikuti, para *followers* mulai melakukan perubahan gaya hidup menjadi lebih produktif dan sehat. Perilaku-perilaku kesehatan dan peningkatan kewaspadaan akan PCOS pada para *followers* dapat terlihat jelas dalam *tag* akun @pcosfighterindonesia yang menunjukkan pemahaman mereka mengenai PCOS, perjuangan mereka mengatasi PCOS, dan kisah perjalanan PCOS mereka hingga berhasil mendapat tujuan masing-masing.

Dapat dilihat dalam postingan salah satu *followers* yang meng-*tagged* akun @pcosfightherindonesia menunjukkan perjalanannya sebagai penyandang PCOS dalam memperoleh kehamilan. Melalui *caption* dapat disimpulkan bahwa wanita tersebut sangat memahami kontra serta resiko dari PCOS, paham

mengenai diet makanan apa yang harus dijalani, dan mengajak para PCOS *fighter* lainnya senantiasa semangat dalam perjuangan mencapai *goals* mereka masing-masing. Apa yang dilakukan *followers* ini sesuai dengan keinginan Andini dalam peningkatan kesadaran akan PCOS dan gangguan kesehatan reproduksi wanita, diharapkan dengan pemahaman *followers* akan PCOS dapat mengedukasi masyarakat awam lebih luas mengenai adanya gangguan PCOS pada wanita usia reproduktif.

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Akun @pcosfighterindonesia menyajikan konten pemeliharaan kesehatan reproduksi melalui penggunaan *tag*, *hashtag*, media visual, dan kalimat-kalimat imbauan. Penggunaan berbagai macam pendekatan itulah yang membuktikan bagaimana Andini mampu menggunakan alat yang sesuai dengan menilai kondisi sekitar serta sebagai bahan pendukung dan objek pertimbangan. Tindakan penyajian konten pemeliharaan kesehatan reproduksi tersebut mencerminkan 3 dari 4 tipe rasional tindakan Weber; tindakan rasional, tindakan berorientasi nilai, dan tindakan afektif.
2. Pembagian klasifikasi konten dalam akun @pcosfighterindonesia menjadi 4 tema besar (*belajar bareng*, *ask the expert*, *hearth to hearth*, dan *sharing* ilmu PCOS) bertujuan untuk memudahkan *audience* dalam mempelajari topik-topik yang ada. Pembagian tersebut juga memudahkan admin dan kolaborator untuk merancang pembahasan dalam konten webinar, seminar, atau IG *live* dengan cara melihat topik mana yang paling diminati atau sedang banyak ditanyakan oleh *audience*.
3. Motif serta tujuan tindakan edukasi dalam akun @pcosfighterindonesia diawali oleh beberapa faktor; *pertama* stigma yang berkembang dalam masyarakat, *kedua* diskriminasi status sosial wanita lajang, dan yang *ketiga* tabu-nya pembahasan mengenai kesehatan seksual dalam budaya masyarakat Indonesia. Tindakan rasional yang dilakukan Andini melalui akun @pcosfighterindonesia didasari oleh 3 sistem yang mendasari seseorang bertindak; *pertama* sistem sosial, *kedua* sistem budaya, dan *ketiga* sistem kepribadian.
4. Dampak dari tindakan Andini melalui akun @pcosfighterindonesia terhadap *followers*-nya memberikan dampak positif berupa

peningkatan kesadaran akan kesehatan reproduksi wanita pada wanita penyandang PCOS yang meliputi; memeriksakan diri ke tenaga medis (dokter spesialis kandungan/bidan) dan terdiagnosis, berani *speak up* mengenai kondisi kesehatan mereka, *self love*, merasa tidak sendiri berjuang, dan mendapat ilmu baru mengenai PCOS.

B. Saran

1. Bagi pengurus akun @pcosfighterindonesia dapat mempertimbangkan untuk menambah *group whatsapp* dan membaginya dalam 2 kategori yakni, wanita yang masih lajang dan wanita yang sudah menikah. Dengan pembagian ini diharapkan seluruh informasi dari akun @pcosfighterindonesia menjadi tepat sasaran dan bisa menjadi masukan untuk konten-konten yang mereka inginkan kedepannya. Selain itu diharapkan akun @pcosfighterindonesia dapat terus mengedukasi masyarakat hingga meluruskan stigma berupa ‘normalisasi’ suatu hal yang sebenarnya tidak normal dan sebaliknya.
2. Bagi *followers* akun @pcosfighterindonesia dan penyandang PCOS jangan pernah melakukan *self diagnose* dan *self treatment* atas penyakit yang masih diduga-duga. Gunakan media Instagram sebagai forum untuk mencari informasi dan *support group*. Para *followers* juga disarankan untuk selalu mencatat siklus menstruasi setiap bulannya, sehingga ketika ada pola yang tidak sesuai dengan standart dapat menjadi *warning sign* untuk segera memeriksakan diri ke tenaga medis terkait. Untuk *screening* awal bisa melakukan *telemedicine* di berbagai *platform* yang sudah banyak tersedia.
3. Bagi Dinas Kesehatan diharapkan dapat mulai meng-instruksikan pemangku wilayah untuk memberi informasi kepada masyarakat perihal tersedianya fasilitas konsultasi yang dicover oleh BPJS mengenai kesehatan reproduksi di puskesmas khususnya untuk

remaja dan wanita yang masih lajang, serta pengenalan perihal adanya layanan posyandu remaja.

4. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengembangkan penelitian ini, dapat berfokus pada bidang gender mengenai *stereotype* maupun stigma atau gerakan sosial melalui komunitas Instagram. Sehingga dapat terlihat jauh lebih kompleks bagaimana dampak tindakan yang dilakukan dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita melalui aspek gender dan gerakan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Sumber Buku :

- Afandi, R. (2019). *How to Win Instagram*. Yogyakarta: Stiletto Book.
- Alwasilah, A. C. (2011). *Pokoknya Kualitatif : Dasar Merancang dan Melakukan Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Djuwantono, T., Bayuaji, H., & Permadi, W. (2012). *Step by step Penanganan Kelainan Endokrinologi Reproduksi dan Fertilitas dalam Praktik Sehari-hari*. Bandung: Sagung Seto.
- Endjun, J. J. (2009). *Ultrasonografi Dasar Obstetri Dan Ginekologi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Eriyanto. (2019). *Metode Komunikasi Visual Dasar-dasar dan Aplikasi Semiotika Sosial untuk Membedah Teks Gambar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Febdilan, I. H., Andewi, M. T., Larasati, N. H., Amalina, Z. N., Novianti, Z. F., Sarah, P., et al. (2016). *#HASTAG*. Genteng: CV. Garuda Mas Sejahtera.
- Field, J. (2010). *Modal Sosial*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Fitriah, M. (2018). *Komunikasi Pemasaran Melalui Desain Visual*. Yogyakarta: Deepublish.
- Gale, J. (2020). *The Complete Instagram Manual*. Wales: Papercut Limited.
- Handayani, S., Rehatta, N. M., Margono, H. M., Lestari, P., Umijati, S., Yulianti, E., et al. (2020). *Buku Ajar Aspek Sosial Kedokteran Edisi 2*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Harnani, Y., Marlina, H., & Kursani, E. (2019). *Teori Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Deepublish.

- Hestiantoro, A., Natadisastra, M., Wiweko, B., Sumapraja, K., & Harfiz, A. K. (2013). *Current updates on : Polycystic Ovary Syndrome, Endometriosis, and Adenomyosis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Johnson, D. P. (1994). *Teori Sosiologi Klasik dan Modern*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kahn, J. S. (2008). *The Wisdom of Patients: Health Care Meets Online Social Media*. California: California HealthCare Foundation.
- Muawanah, E. (2009). *Pendidikan Gender dan Hak Asasi Manusia*. Yogyakarta: Teras.
- Nasrullah, R. (2017). *Etnografi Virtual Riset Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi di Internet*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Nasrullah, R. (2012). *Komunikasi Antar Budaya di Era Budaya Siber*. Jakarta: Kencana.
- Nugraheni, H., Wiyatini, T., & Wiradona, I. (2018). *Kesehatan Masyarakat dalam Determinan Sosial Budaya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Nurhasanah. (2014). *Ensiklopedi Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Familia.
- Pratama, B. I. (2017). *Etnografi Dunia Maya Internet*. Malang: UB Press.
- Raco, J. R. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif (Jenis, Karakteristik, dan Keunggulannya)*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Rahayuningsih, A. (2020). *Kamus Istilah Lengkap Kebidanan & Keperawatan*. Temanggung: Desa Pustaka Indonesia.
- Raho, B. (2014). *Sosiologi*. Yogyakarta: Ledalero.
- Rakhmat, J. (1992). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ritzer, G. (2014). *Sosiologi Ilmu Pengetahuan Berparadigma Ganda*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish.
- Rustanto, B. (2015). *Penelitian Kualitatif Pekerjaan Sosial*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sari, A. Y. (2019). *Self-Help Journal 'Heal Yourself'*. Jakarta: Andamari Creative.
- Sarwono, S. (2017). *Sosiologi Kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Setiadi, E. M. (2020). *Pengantar Ringkas Sosiologi : Pemahaman Fakta dan Gejala Permasalahan Sosial (Teori, Aplikasi, dan Pemecahannya)*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Surahman, & Supardi, S. (2016). *Ilmu Kesehatan Masyarakat PKM*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Suryadi, E. (2018). *Strategi Komunikasi Sebuah Analisis Teori dan Praktis di Era Global*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Teede, H., Misso, M., Costello, M., Dokras, A., Laven, J., Moran, L., et al. (2018). *International Evidence-based Guideline for the Assessment and Management of Polycystic Ovary Syndrome 2018*. Melbourne: Monash University.
- Tetchgo. (2020). *Instagram for Begginer*. Wales: Papercut Limited.
- Usman, H., & Akbar, P. S. (2009). *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Wirawan. (2015). *Teori-teori Sosial dalam Tiga Paradigma (Fakta Sosial, Definisi Sosial, dan Perilaku Sosial)*. Jakarta: Kencana.

Sumber Jurnal :

- Arianto, K., & Fitriana, E. N. (2013). Modal Sosial dalam Kemandirian Masyarakat di Bidang Kesehatan . *Jurnal Kebijakan & Administrasi Publik*, 37-49.
- Arumsari, R. Y., & Utama, J. (2018). Kajian Pendekatan Visual Iklan pada Instagram. *Jurnal Bahasarupa*, 52-58.
- Assjari, & Permanarian. (2010). Desain Penelitian Naratif. *Jassi Anakku*, 172-183.
- Ayutiani, D. N., & Putri, B. P. (2018). Penggunaan Akun Instagram sebagai Media Informasi Wisata Kuliner. *Profesi Humas*, 39-59.
- Demuyakor, J. (2020). Opportunities and Challenges of Digital Media: A Comprehensive Literature Review of Ghana. *Electronic Research Journal of Social Sciences and Humanities*, 95-101.
- Hardita, W. A. (2015). Hiperandrogenemia, Hiperinsulinemia, dan Pengaruh terhadap Kesuburan pada Polycystic Ovary Syndrome. *Agromed Unila*, 222-225.
- Illiyun, N. N., Anshori, A. A., & Suyanto, H. (2020). Aisnusantara: Kontribusi Santri Membangun Narasi Damai di Era Digitalisasi Media. *Jurnal Sosiologi Walisongo*, 165-186.
- Kusuma, D. F., & Sugandi, M. S. (2018). Strategi Pemanfaatan Instagram sebagai Media Komunikasi Pemasaran Digital yang dilakukan oleh Dino Donuts. *Jurnal Manajemen Komunikasi*, 18-33.
- Kusuma, I. R., Riani, E. N., & Aulia, D. (2020). Optimalisasi Promosi Kesehatan Reproduksi Melalui Media Sosial. *FITIAKMI*, 1-8.
- Maggyvin, E., & Barliana, M. I. (2019). Literature Review: Inovasi Terapi Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) Menggunakan Targeteddrug Therapy Gen Cyp19 Rs2414096. *Farmaka*, 107-118.

- Maulida, H., Prawira, R. Y., & Nugraheni, M. C. (2020). Komunikasi Kesehatan Perilaku Hidup Sehat #JSR di Media Sosial. *Teras Kesehatan*, 18-32.
- Miswanto. (2014). Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi. *Studi Pemuda*, 111-121.
- Mustari, A. D., Rostini, T., Indrati, A. R., Bayuaji, H., & Rachmayanti, S. (2018). Korelasi Jumlah Folikel Antral dengan Kadar 25(OH)D Serum pada Penderita Sindrom Ovarium Polikistik. *Kedokteran Bandung*, 222-227.
- Nisaa, F. A., & Arifah, I. (2019). Akses Informasi Kesehatan Reproduksi dan Seksual Komprehensif Melalui Internet pada Remaja SMA. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta 2019* (pp. 64-72). Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Noor, M. U. (2019). Wawasan Dalam Hashtag:Telusur Informasi Wisata Halal Melalui Hastag #WisataHalal di Instagram. *Jurnal Pariwisata Terapan*, 55-65.
- Novitasari, A. D., Limantara, S., Marisa, D., & Panghiyangani, R. (2021). Literatur Review: Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup Pada Pasien PCOS. *Homeostatis*, 411-416.
- Pamungka, S. A., Suwandi, S., & Rohmadi, M. (2018). Ketidakadilan Peran Gender Terhadap Perempuan dalam Cerita Pendek Surat Kabar Media Indonesia Tahun 2017. *Sejarah dan Budaya*, 109-119.
- Permatasari, D. (2018). Hubungan Penggunaan Fitur Insta Story sebagai Media Promosi dengan Minat Beli Produk Wellborn. *Jurnal Komunikasi*, 113-121.
- Pramitasari, A., & Ali, D. S. (2018). Peran Komunitas Online 'Suara Disko' Dalam Membangun Brand Awareness Musik Tahun 80-an Melalui Instagram. *Komunikasi*, 173-184.

- Putri, C. E., & Hamzah, R. E. (2018). Konvergensi Konten Majalah Popular dalam Industri . *Warta Iski*, 19-28.
- Putri, E. (2016). Foto Diri, Representasi Identitas dan Masyarakat Tontonan di Media Sosial Instagram. *Pemikiran Sosiologi*, 80-97.
- Rahmatika, Q. T., & Rahman, L. O. (2019). Media Sosial Sebagai Strategi Promosi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja . *Jurnal Kesehatan*, 39-46.
- Sampurno, M. B., Kusumandyoko, T. C., & Islam, M. A. (2020). Budaya Media Sosial, Edukasi Masyarakat, dan Pandemi COVID-19. *SALAM; Jurnal Sosial & Budaya Syar-i* , 529-542.
- Sapoetri, A., & Pannindriya, S. T. (2019). Geliat Interaksi Sosial Dokter Masa Kini Melalui Media Sosial Instagram. *Jurnal Magister Ilmu Komunikasi*, 121-211.
- Sari, A. N., Samosir, Y. A., & Pramono, A. A. (2020). Pemanfaatan Media Sosial dalam Sosialisasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja (PKRR) di Era Pandemi Covid-19. *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan IAKMI* (pp. 1-11). Jakarta: IAKMI.
- Setiyawati, A., Sofian, A., & Parmudi, M. (2019). Komunikasi Agama di Dunia Virtual: Kajian terhadap Fanpage Santrionline. *Jurnal Sosiologi Walisongo*, 125-144.
- Smailhodzic, E., Hooijsma, W., Boonstra, A., & Langley, D. J. (2016). Social media use in healthcare: Asystematic review of effects on patientsand on their relationship with healthcareprofessionals. *BMC Service Health Research*, 1-14.
- Suparman, E., & Suparman, E. (2017). Amenorea Sekunder: Tinjauan dan Diagnosis. *Jurnal Biomedik*, 144-151.
- Syah, R., & Darmawan, D. (2019). Pemanfaatan Media Sosial Instagram sebagai Literasi Visual pada Pendidikan Orang Dewasa. *Jurnal AKRAB!*, 71-80.

Tumimbang, G. N., Suwu, E. A., & Tumiwa, J. (2020). Kajian Gender tentang Pengemudi Go-Jek Wanita di Kota Manado. *Holistik*, 1-16.

Zetira, Z., Rodiani, & Fakhrudin, H. (2019). Pengaruh Metformin Terhadap Wanita Infertilitas dengan Sindrom Polikistik Ovarium. *Majority*, 172-177.

Sumber Skripsi :

Auliani, N. (2020). "Informasi Kesehatan Reproduksi (Kespro) dan Seksualitas Remaja di Media Sosial (Studi Akun Instagram @tabu.id)". *Skripsi*. FISIP, Sosiologi, UIN Walisongo, Semarang.

Hanifah, M. (2020). "Pemanfaatan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Pada Aplikasi Halodoc Sebagai Telemedicine Check Covid-19 Dalam Upaya Preventif Penyebaran Virus Corona Di Sleman Yogyakarta". *Skripsi*. FIK, Ilmu Komunikasi, Mercubuana, Yogyakarta.

Ma'ruf, M. A. (2017). "Analisa Penggunaan Instagram Sebagai Media Informasi Kabupaten Nganjuk (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Founder Dan Followers @nganjukkotabayu)". *Skripsi*. FISH, Ilmu Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta.

Susanto, F. S. (2019). "Hubungan Informasi Kesehatan Reproduksi Pada Akun Instagram @tabu.id dengan Sikap Followers Terhadap Gaya Hidup Sehat". *Skripsi*. FIK, Ilmu Komunikasi, Universitas Padjadjaran, Bandung.

Sumber Internet :

Admin. (2021, Januari 1). *Instagram users in Indonesia*. Retrieved Agustus 9, 2021, from NapoleonCat: <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2021/01/>

Admin. (2020, Agustus 13). *Istilah Reach dan Impression Instagram*. Retrieved Juli 28, 2021, from Dotnext: <https://dotnextdigital.com/istilah-reach-dan-impression-instagram/>

- Bahri, K. (2017, Desember 21). *Cara Membuat Hastag yang Benar Untuk Media Sosial*. Retrieved Juli 24, 2021, from Levatra.com: <https://www.levatra.com/2017/12/membuat-hashtag-yang-baik.html>
- Balinger, R. (2013, Juni 29). *Polycystic Ovaries*. Retrieved Juni 22, 2021, from Radiopedia: <https://radiopaedia.org/cases/polycystic-ovaries?lang=us>
Facebook. (2021, Juni 3). *Pusat Bantuan*. Retrieved Juni 3, 2021, from Apa itu Instagram?: <https://www.facebook.com/help/instagram/424737657584573>
- Bayu, D. J. (2020, Desember 17). *Instagram Jadi Media Sosial Terfavorit Anak Muda dalam Mengakses Berita*. Retrieved Agustus 9, 2021, from databoks: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/12/17/instagram-jadi-media-sosial-terfavorit-anak-muda-dalam-mengakses-berita>
- Firmansyah. (2021, April 11). *6 Langkah Tepat Memulai Konten Marketing Instagram*. Retrieved Juli 21, 2021, from Star n Gage: <https://starngage.com/6-langkah-tepat-untuk-memulai-konten-marketing-instagram/>
- Hico. (2016, November 10). *10 Arti Warna dalam Psikologi Warna, Terpopuler Menurut Para Ahli!* . Retrieved Juli 23, 2021, from GoodMinds.Id: <https://goodminds.id/arti-warna/>
- Instagram. (2010, Oktober 6). *Instagram Launches*. Retrieved Juni 3, 2021, from Instagram Blog: <https://about.instagram.com/blog/announcements/instagram-launches>
- Instagram. (2012, April 9). *Facebook + Instagram*. Retrieved Juni 6, 2021, from Instagram Blog: <https://about.instagram.com/blog/announcements/instagram-joins-facebook>

- Keluarga, M. (2021, Mei 6). *5 Jenis Premarital Check Up yang Perlu Dilakukan Calon Suami Istri*. Retrieved Agustus 12, 2021, from Mitra Keluarga: <https://www.mitrakeluarga.com/artikel/artikel-kesehatan/premarital-check-up>
- Na'imah, S. (2021, Oktober 21). *PCOS (Sindrom Ovarium Polikistik)*. Retrieved Oktober 24, 2021, from Hellosehat: <https://hellosehat.com/wanita/pcos/pcos-adalah/>
- Pratiwi, R. (2020, November 9). *Vaginismus: Kelainan yang Membuat Vagina Menutup Saat Seks*. Retrieved Agustus 11, 2021, from Hallosehat: <https://hellosehat.com/seks/tips-seks/apa-itu-vaginismus/>
- Rachmawati. (2021, Juli 23). *Saat Perempuan Lajang Trauma Periksa Kesehatan Reproduksi, Dicap Dosa hingga Anjuran Menikah Dulu*. Retrieved Agustus 15, 2021, from Kompas.com: <https://regional.kompas.com/read/2021/07/23/112000978/saat-perempuan-lajang-trauma-periksa-kesehatan-reproduksi-dicap-dosa-hingga?page=all>
- Sardjito, H. (2019, September 30). *Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) Pada Remaja*. Retrieved Juni 13, 2021, from RSUP Dr. Sardjito: <https://sardjito.co.id/2019/09/30/polycystic-ovary-syndrome-pcos-pada-remaja/>
- Willy, T. (2019, Oktober 11). *Polycystic Ovarian Syndrome (PCOS)*. Retrieved Juni 27, 2021, from Alodokter: <https://www.alodokter.com/pcos>
- Yudita, A. (2018, Oktober 28). *Menjadi Founder PCOS Fighter Indonesia*. Retrieved Februari 7, 2021, from andiniyudita: <https://medium.com/@yuditaandini/menjadi-founder-pcos-fighter-indonesia-f53022fd9443>

Sumber Lain

Al-Quran dan Terjemahnya Kementerian Agama RI

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII)

Badan Pusat Statistik Indonesia

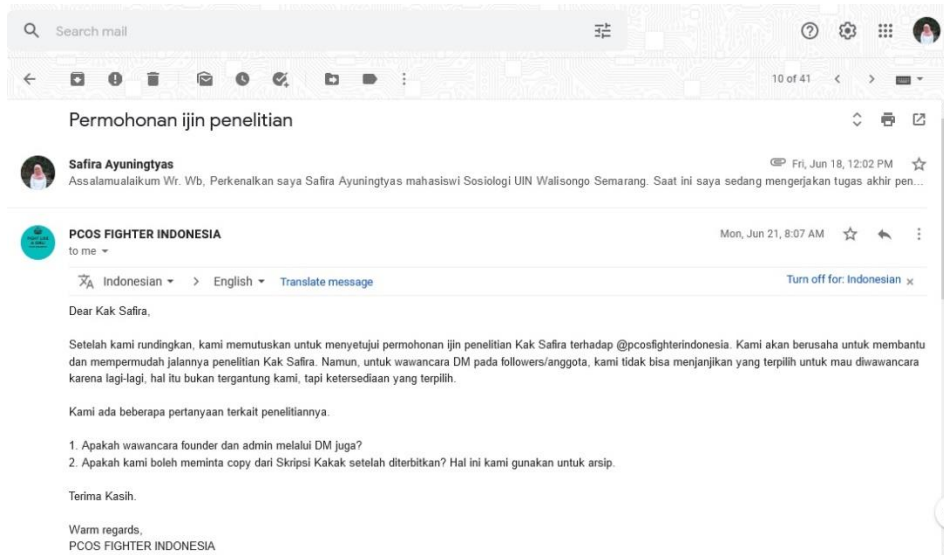
Hootsuite

Kamus Besar Bahasa Indonesia

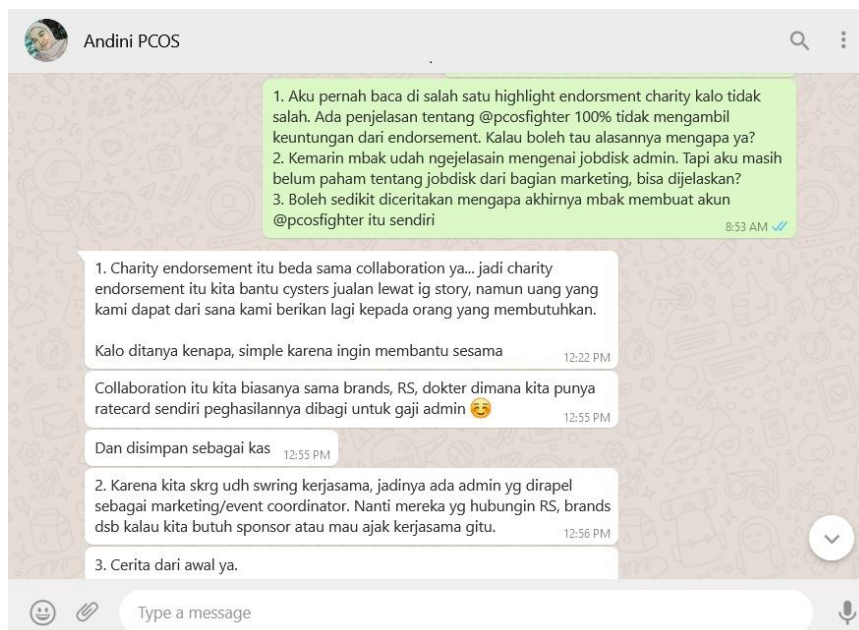
Panduan Profesi Spesialis Obstetri Ginekologi (POGI)

Radiopaedia

LAMPIRAN



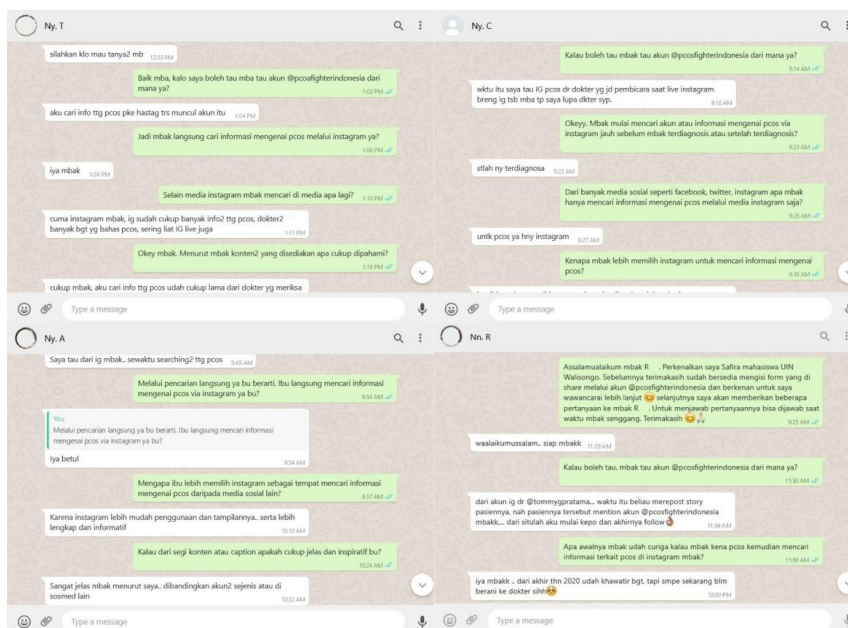
Lampiran 1: Permohonan ijin penelitian dengan akun @pcosfighterindonesia



Lampiran 2: Wawancara dengan Andini, founder akun @pcosfighterindonesia



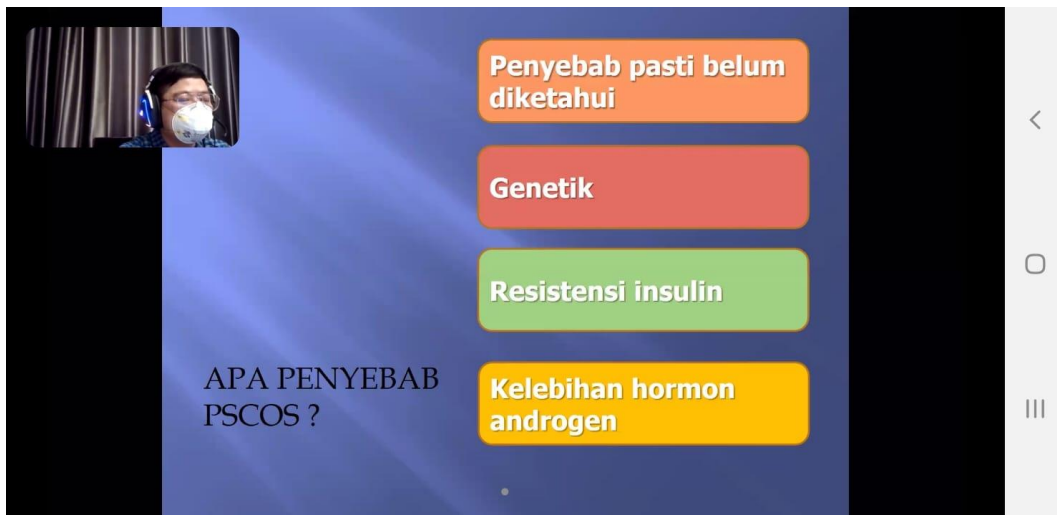
Lampiran 3: Penyebaran poster form angket informan



Lampiran 4 : Wawancara bersama Ny. T, Ny. C, Ny. A, dan Nn. R



Lampiran 5 : Wawancara bersama Nn. D dan Nn. E



Lampiran 6 : Kegiatan webinar via Zoom akun @pcosfighterindonesia

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Idenitas

Nama : Safira Ayuningtyas
TTL : Semarang, 23 Agustus 1999
Agama : Islam
Alamat : Jl. Taman Sri Rejeki Selatan VII/15
E-Mail : signaturesafira23@gmail.com
No Telp : +6282133181908

B. Riwayat Pendidikan

SD Islam Al-Azhar 25 Semarang (2011)
SMP Kesatrian 2 Semarang (2014)
SMK Negeri 6 Semarang - Jasa Boga (2017)
S1 UIN Walisongo Semarang - Sosiologi (2021)

C. Pengalaman Organisasi

Fisip Entrepreneurship (2018 – 2020)
Karang Taruna Kalibanteng Kidul (2020 – saat ini)
Pilar PKBI Jateng (2021 – saat ini)

Semarang, 02 November 2021



Safira Ayuningtyas