



## **Pendidikan Kespro Wanita Penderita *Polycystic Ovary Syndrome* Melalui Media Sosial (Studi Akun Instagram @pcosfighterindonesia)**

Safira Ayuningtyas<sup>1</sup>  
Akhriyadi Sofian<sup>2</sup>  
Ririh Megah Safitri<sup>3</sup>

Received 12 April 2022  
Revised 26 Agustus 2022  
Accepted 30 September 2022

### **Abstrak**

Instagram adalah media sosial yang banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia. Instagram banyak melahirkan komunitas-komunitas virtual yang banyak membagikan edukasi. Salah satunya adalah akun komunitas @pcosfighterindonesia yang membagikan edukasi pendidikan kesehatan reproduksi wanita. Artikel ini berdasar pada riset kualitatif dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Metode yang digunakan adalah netnografi dengan analisa media siber. Metode analisa media siber menggunakan dua unit level makro (objek media berupa tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi akun @pcosfighterindonesia dan pengalaman berupa bagaimana dampak para *followers* setelah mengikuti beragam konten yang dibagikan) serta mikro (ruang media berupa akun komunitas @pcosfighterindonesia dimana terjadinya interaksi dan dokumen media berupa alat berkomunikasi secara virtual yang digunakan kepada *followers*) yang dapat memberikan gambaran komunitas dalam media virtual. 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.

Kata kunci: Aksi sosial; Kesehatan Reproduksi Perempuan; Akun komunitas @pcosfighterindonesia

### **Abstract**

Instagram is a social media that is widely used by the people of Indonesia. Instagram has spawned many virtual communities that share a lot of education. One of them is the @pcosfighterindonesia community account which distributes women's reproductive health education. This article is based on qualitative research with a descriptive qualitative approach. The method used is netnography with cyber media analysis. The cyber media analysis method uses two units at the macro level (the media object is the

---

<sup>1</sup> Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

<sup>2</sup> Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

<sup>3</sup> Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang



act of maintaining reproductive health on the @pcosfighterindonesia account and experiences in the form of how the impact of followers after following the various shared content) and micro (the media room in the form of the @pcosfighterindonesia community account where interactions and media documents occur. in the form of virtual communication tools used for followers) which can provide an overview of the community in virtual media.

Keywords: Social Action; Women Health Reproduction; Community Account @pcosfighterindonesia

## Pendahuluan

Instagram merupakan media sosial yang tengah ramai digunakan masyarakat Indonesia. Dalam sebuah *survey* yang dilakukan NapoleonCat (2021) menunjukkan terdapat 91.010.000 pengguna Instagram di Indonesia pada bulan Oktober 2021. Mayoritas pengguna-nya adalah masyarakat usia produktif dengan rentang usia 18-24 tahun sebanyak 33.900.000 pengguna. Data tersebut menunjukkan betapa *massive*-nya penggunaan Instagram di Indonesia. Instagram tidak hanya digunakan sebagai media eksistensi belaka, penggunaan Instagram sudah jauh melampaui itu. Instagram menjadi sarana terbentuknya komunitas virtual, dimana jarak dan waktu bukan sebuah halangan. Komunitas virtual terbentuk oleh kebutuhan dasar ber-sosialisasi masyarakat dalam dunia nyata yang penuh ketidakpastian (Nugroho 2020). Komunitas virtual atau siber terbentuk dalam dunia maya yang memiliki kesamaan, dimana setiap anggotanya mampu menciptakan dunianya sendiri sebagaimana komunitas pada dunia nyata.

Salah satu komunitas yang banyak ditemukan di media Instagram adalah komunitas kesehatan. Penelitian yang dilakukan Puspitasari dan Firdauzy (2019) menunjukkan sebanyak 238 dari 312 responden dengan rentan usia 18-58 tahun menggunakan media Instagram sebagai tempat mencari informasi seputar kesehatan serta komunitas terkait dengan gangguan kesehatan yang mereka idap. Penelitian tersebut menunjukkan *massive*-nya penggunaan media Instagram sebagai media komunitas kesehatan virtual. Era digitalisasi saat ini masyarakat menuntut segala kemudahan dalam mengakses informasi kesehatan yang dapat dilayani secara efisien dengan biaya yang terjangkau (Hanifah 2020). Komunitas kesehatan dalam media Instagram dapat menjangkau seluruh masyarakat serta menjawab tantangan era



digitalisasi yang sedang berkembang saat ini. Selaras dengan penelitian yang dilakukan Suteja dkk (2020) menunjukkan bagaimana media Instagram dapat secara efektif digunakan sebagai media promotif dan preventif kesehatan. Memanfaatkan media Instagram sebagai media sosial paling populer di Indonesia serta cepatnya informasi tersampaikan, membuat media Instagram menjadi media yang sesuai dalam penyampaian informasi kesehatan.

Kajian mengenai pendidikan kespro masih dianggap sebagai sebuah tabu dan vulgar untuk diperbincangkan di depan publik karena minimnya pemahaman akan kespro sudah dilakukan oleh Fatoni dkk (2015) dan Miswanto (2014). Ditemukan bahwa pemahaman mengenai kespro terutama di daerah-daerah belum menjadi perhatian utama apalagi ditambah dengan ketidaksiapan dari lembaga pelaksana kespro di daerah. Hal tersebut selaras dengan kajian dari Dihni (2021) yang menemukan bahwa ketimpangan gender masih tidak dianggap bagian dari pendidikan kespro.

Kesehatan reproduksi adalah salah satu permasalahan kesehatan yang dialami penduduk Indonesia. Miswanto (2014) menuturkan di Indonesia pendidikan seksual merupakan pembahasan yang tabu dan vulgar untuk dibicarakan di depan umum. Kesehatan reproduksi tidak semata-mata permasalahan kesehatan saja. Terdapat beberapa aspek yang erat kaitannya seperti permasalahan politik, sosial, ekonomi, maupun agama yang turut meliputi permasalahan kesehatan reproduksi. Sebagaimana riset yang dilakukan Fathoni dkk (2015) menunjukkan bahwa kesehatan reproduksi Indonesia masih menjadi sebuah tantangan tersendiri, khususnya di tingkat daerah maupun kota. Tantangan-tantangan tersebut meliputi kurangnya pemahaman secara komprehensif dari para *stakeholder*, belum menjadi perhatian utama permasalahan kesehatan reproduksi di suatu daerah, serta kesiapan lembaga pelaksana program kesehatan reproduksi.

Studi yang dilakukan United Nations Development Programme (UNDP) pada tahun 2021 menunjukkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan ketimpangan gender tertinggi se-Asean dengan skor GII 0,48, berbanding terbalik dengan Singapura yang memiliki skor GII 0,065. Aspek ketimpangan gender sendiri meliputi pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja secara komprehensif, kesetaraan pendidikan, keterlibatan perempuan, serta kesempatan kerja yang setara (Dihni, 2021). Data tersebut



menunjukkan bagaimana pendidikan kesehatan reproduksi di Indonesia masih belum maksimal.

Selain itu budaya dalam masyarakat juga turut memegang andil akan pendidikan kesehatan reproduksi seseorang. Studi yang dilakukan Saptandari (2020) menunjukkan bagaimana budaya dan nilai dalam masyarakat sangat mempengaruhi pengetahuan kesehatan reproduksi di era pelayanan kesehatan modern. Sehingga mitos, tabu, serta kebiasaan turun menurun seperti mengutamakan pengobatan tradisional menjadi sebuah tindakan yang mereka anggap sebagai pemenuhan hak kesehatan reproduksi. Pendidikan kesehatan reproduksi di Indonesia yang masih belum maksimal mengakibatkan timbulnya kasus-kasus seksualitas pada remaja. Studi yang dilakukan Fatkhayah dkk (2020) menunjukkan tingginya resiko kasus penyimpangan-penyimpangan seperti seks bebas, kekerasan seksual, dan penyimpangan seksual pada remaja yang kurang mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi.

Masyarakat masih menganggap bahwa pendidikan kesehatan reproduksi sama dengan aktivitas seksualitas. Putri (2021) menuturkan masih banyak kasus diskriminasi yang dialami wanita ketika hendak memeriksakan kesehatan reproduksi, terlebih bagi wanita yang belum menikah dan aktif secara seksualitas. Konstruksi sosial dalam masyarakat Indonesia tidak menganggap remaja maupun wanita lajang harus paham akan permasalahan seksualitas dan aksesibilitas pelayanan kesehatan reproduksi. Menormalisasikan sesuatu yang sebenarnya tidak normal menjadi sebuah budaya dalam masyarakat. Akibatnya stigma dan tabu akan terus ada dalam masyarakat serta membatasi seseorang yang hendak memeriksakan kesehatan reproduksinya.

Akun Instagram @pcosfighterindonesia merupakan sebuah komunitas wanita penyandang *polycystic ovary syndrome* (PCOS) yang didirikan Andini seorang penyandang PCOS. Andini menggunakan akun @pcosfighterindonesia sebagai media mengajak *audience* melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi melalui konten-konten yang ia suguhkan. Andini juga turut aktif melakukan kolaborasi dengan dokter, klinik, maupun rumah sakit terkait penanganan PCOS terkini. Baik kolaborator maupun Andini terkadang memberikan *giveaway* berupa *voucher* atau produk kepada beberapa *followers* yang beruntung. Kegiatan tersebut-lah yang membuat akun @pcosfighterindonesia menjadi lebih diminati serta unggul dibanding akun komunitas



serupa. PCOS merupakan gangguan menstruasi yang menyebabkan seorang wanita usia reproduktif kesulitan menentukan masa suburnya karena tidak teraturnya siklus menstruasi mereka. Selain berupa gangguan menstruasi, PCOS dapat mengakibatkan komplikasi penyakit degeneratif lainnya jika tidak segera diobati. Andini menggunakan berbagai sumber terpercaya seperti jurnal dan melakukan wawancara secara langsung dengan tenaga kesehatan terkait sebelum mengupload konten yang hendak ia bagikan.

Tindakan rasional yang Andini lakukan bertujuan agar para audiens memahami pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi, tidak tabu untuk mendiskusikannya, dan semakin *aware* dengan kesehatan reproduksinya masing-masing. Artikel ini hendak melihat bagaimana dampak tindakan sosial yang dilakukan Andini melalui akun komunitas @pcosfighterindonesia dapat membawa perubahan signifikan terhadap pengetahuan serta tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi pada para wanita penyandang PCOS.

Teori tindakan sosial merupakan teori yang dipakai untuk mengkaji pendidikan kespro para wanita penyandang PCOS melalui medsos. Teori ini menganalisa pandangan mengapa seorang aktor melakukan tindakan sosial serta bagaimana tindakan sosial aktor dapat mempengaruhi tindakan individu lain. Tindakan sosial merupakan sebuah tindakan individu yang mempunyai makna dan ditujukan kepada tindakan individu lain (Ritzer 2014). Tindakan sosial merupakan pokok persoalan sosiologi menurut Max Weber. Inti tesis 'tindakan penuh arti' yang ia maksudkan adalah tindakan aktor yang memiliki makna subjektif bagi aktor tersebut dan diarahkan ke orang lain. Teori tindakan sosial Weber memiliki 4 tipe rasionalitas tindakan sosial; *pertama, zwerk rational* atau tindakan sosial murni. *Kedua, werk rational action* atau tindakan berorientasi nilai. *Ketiga, affectual action* atau tindakan afeksi. *Keempat, traditional action* atau tindakan tradisional. Keempat tipe tindakan sosial tersebut menjadi landasan untuk memahami motif atas tindakan sosial yang dilakukan aktor (Wirawan 2015). Semakin rasional tindakan, akan semakin mudah memahami tindakan sosial yang dilakukan.



## Metode

Artikel ini bersumber pada riset siber dengan metode kualitatif. Pendekatan dilakukan dengan pendekatan netnografi. Netnografi merupakan pendekatan etnografi yang dilakukan dalam media siber serta dapat mengungkap visi kultural dari interaksi kelompok sosial masyarakat yang terbentuk dalam dunia siber (Pratama 2017). Selama penelitian berlangsung, peneliti mengamati serta terlibat secara langsung dalam aktivitas akun @pcosfighterindonesia. Peneliti mengikuti IG *live*, webinar, menyukai dan berkomentar dalam postingan akun @pcosfighterindonesia sebagai bentuk partisipasi peneliti.

Peneliti melakukan wawancara terstruktur dengan 7 informan, yaitu Andini selaku *founder* akun @pcosfighterindonesia serta 6 *followers* yang terbagi menjadi 2 kategori (3 wanita yang belum menikah dan 3 wanita yang sudah menikah). Sebelum melakukan wawancara seluruh informan mengisi *informed consent* online yang peneliti bagi melalui media Instagram *story* akun @pcosfighterindonesia. Pemilihan *followers* dilakukan melalui *simple random sampling*, setelah para *followers* mengisi *informed consent*. Peneliti menggunakan Analisa Media Siber (AMS) untuk mengolah data yang penulis kumpulkan. Analisa media siber menggunakan unit level makro (objek media dan pengalaman) serta mikro (ruang media dan dokumen media) yang akan memberikan gambaran komunitas virtual di internet (Nasrullah 2017).

## Temuan dan Analisis

### Akun Komunitas Kesehatan Reproduksi Wanita di Media Instagram

Kesehatan reproduksi merupakan kondisi sehat yang mencakup fisik, mental, dan kehidupan sosial yang terkait dengan alat, fungsi, serta proses reproduksi seseorang dimana seseorang dapat mendapatkan kehidupan seksual yang sehat baik sebelum maupun sesudah menikah. Pemenuhan Hak Kesehatan Seksual dan Reproduksi (HKSR) adalah tantangan tersendiri di Indonesia. Pemerintah Indonesia mempunyai kebijakan terkait kesehatan reproduksi sebagai langkah untuk mencegah permasalahan kesehatan reproduksi yang meliputi; kesehatan ibu dan bayi, program keluarga berencana,



preventif dan kuratif IMS serta HIV/AIDS, preventif dan penanganan komplikasi aborsi, kesehatan reproduksi remaja, pencegahan dan penanganan infertilitas, kanker reproduksi, serta preventif gangguan kesehatan reproduksi lainnya (Wirenviona dan Riris 2020). Wanita merupakan aspek yang paling diperhatikan dalam kesehatan reproduksi karena wanita akan mengalami proses yang disebut 'siklus daur hidup'. Siklus tersebut dimulai dari masa konsepsi (pembuahan), bayi, anak-anak, pubertas, reproduksi, klimakterium (pra-menopause), dan diakhiri dengan menopause. Selama siklus daur hidup itu berlangsung masa pubertas merupakan masa paling krusial dimana gizi, lingkungan, serta pendidikan akan berpengaruh pada kesehatan reproduksi mereka kedepannya (Harnani, Marlina, dan Kursani 2019).

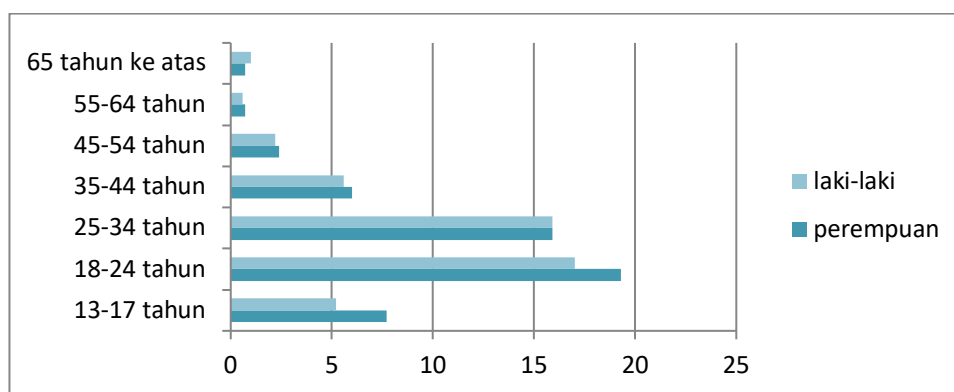
Pendidikan kesehatan reproduksi dan seksualitas di Indonesia cukup memprihatinkan. Pada tahun 2020 jumlah dispensasi pernikahan anak meningkat hingga 3x lipat dari tahun sebelumnya. Data Badan Peradilan Agama pada tahun 2020 mencatat terdapat 64.211 kasus dispensasi pernikahan anak sepanjang 2020, 3x lebih tinggi dibanding tahun 2019 sejumlah 23.126 kasus dispensasi pernikahan (Jayani 2021). Komnas Perempuan menyatakan bahwa meningkatnya kasus pernikahan anak sepanjang tahun 2020 diakibatkan oleh beberapa faktor; *pertama* masih belum meratanya pendidikan kesehatan reproduksi dan seksualitas secara komprehensif. *Kedua*, akibat PPKM banyak anak mengakses gawai tanpa pengawasan dan menyerap seluruh informasi yang tidak dapat mereka pahami sepenuhnya, sehingga kejadian kehamilan tidak diinginkan (KTD) terjadi dan anak terpaksa dinikahkan. *Ketiga*, dampak pandemi Covid-19 dimana banyak anak yang putus sekolah akibat kesulitan ekonomi. Faktor-faktor diatas menunjukkan betapa *urgent*-nya pendidikan kesehatan reproduksi dan seksualitas di Indonesia (Dihni 2021).

Edukasi kesehatan reproduksi wanita dalam era digitalisasi saat ini banyak ditemukan dalam media sosial terutama media Instagram. Pendekatan melalui media Instagram dinilai efektif dan efisien dalam penyebaran edukasi mengenai kesehatan reproduksi dengan target *audience* wanita usia reproduktif. Dalam studi yang dilakukan NapoleonCat pada tahun 2021 menunjukkan sebanyak 52,6% pengguna Instagram di Indonesia atau setara dengan 43.300.320 pengguna adalah wanita dengan mayoritas rentan usia reproduktif (NapoleonCat 2021) (lihat tabel 1). Selain itu dalam *survey* yang



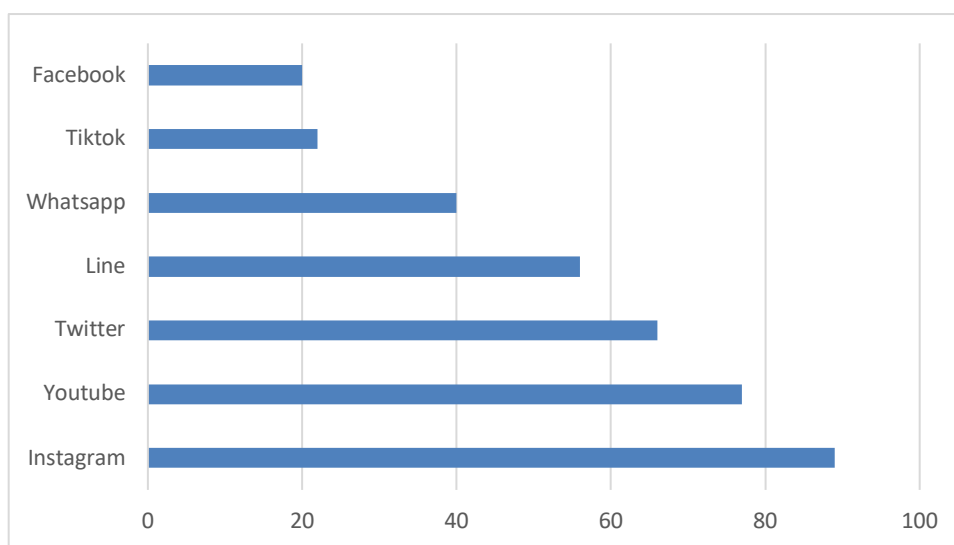
dilakukan PT Maverick Solusi Komunikasi pada tahun 2020 menunjukkan bahwa 89% responden dengan rentan usia 18-35 tahun menggunakan media sosial Instagram sebagai media informasi utama dalam mencari informasi mengalahkan media sosial lainnya (Bayu 2020) (lihat tabel 2). Data-data tersebut menunjukkan wanita usia reproduktif menggunakan media Instagram sebagai rujukan utama dalam mengakses informasi. Oleh karena itu banyak ditemukan akun-akun komunitas kesehatan reproduksi wanita yang senantiasa mengedukasi para *audience* mengenai pentingnya *awareness* akan kesehatan reproduksi mereka masing-masing.

**Tabel 1.** Jumlah pengguna Instagram berdasarkan umur dan kelamin



Sumber: Hasil olah peneliti melalui NapoleonCat (2021)

**Tabel 2.** Media Sosial terfavorit untuk mengakses berita dan informasi



Sumber: Hasil olah peneliti melalui PT Maverick Solusi Komunikasi (2021)





Akun komunitas kesehatan reproduksi wanita yang ditemukan dalam Instagram merupakan komunitas penyandang gangguan kesehatan reproduksi wanita maupun komunitas pemerhati kesehatan reproduksi dan seksualitas. Akun-akun tersebut berupaya menegakkan hak-hak kesehatan reproduksi yang selama ini tidak terpenuhi akibat tabu-nya pembahasan kesehatan reproduksi dan seksualitas di masyarakat melalui edukasi dalam konten-konten yang mereka unggah. Adapun hak kesehatan reproduksi meliputi; *pertama*, hak mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi. *Kedua*, hak mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi. *Ketiga*, hak kebebasan berfikir dalam menentukan keputusan yang meliputi kesehatan reproduksi-nya. *Keempat*, hak memutuskan jarak dan jumlah kelahiran anak. *Kelima*, hak untuk hidup dan terbebas dari kematian karena kehamilan dan persalinan karena masalah gender.

*Keenam*, hak kebebasan dan pelayanan dalam pelayanan kesehatan. *Ketujuh*, hak untuk bebas dari penganiayaan yang menyangkut kesehatan reproduksi. *Kedelapan*, hak mendapat manfaat dari kemajuan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan reproduksi. *Kesembilan*, hak atas kerahasiaan pribadi dalam menjalankan kehidupan dan reproduksinya. *Kesepuluh*, hak untuk membangun dan merencanakan keluarga. *Kesebelas*, hak atas kebebasan berkumpul dan ikut berpartisipasi dalam politik yang bernuansa kesehatan reproduksi. Dan terakhir *keduabelas*, hak kebebasan dari segala bentuk diskriminasi dalam kesehatan reproduksi (Matahari dan Utami 2018).

Pemenuhan hak kesehatan reproduksi dan seksualitas melalui media Instagram sangat efektif sebagaimana hasil penelitian Nisaa dan Arifah (2019) yang menunjukkan bahwa remaja SMA Surakarta menggunakan media Instagram sebagai akses pendidikan kesehatan reproduksi dan seksualitas melalui beragam akun yang dapat mereka akses secara bebas. Selain itu penelitian yang dilakukan Sari dkk (2020) menemukan bahwa media Instagram merupakan media yang efektif serta efisien dalam menyebarkan informasi kesehatan reproduksi. Media Instagram memungkinkan penggunanya untuk saling berinteraksi dan bertukar informasi maupun pengalaman tanpa adanya batas ruang dan waktu.



## Akun Komunitas @pcosfighterindonesia

Akun komunitas @pcosfighterindonesia dibuat oleh Andini seorang penyandang PCOS yang awalnya ia gunakan sebagai jurnal pribadinya pada bulan Oktober 2018. Andini menuturkan perjalanannya dalam mendirikan akun komunitas @pcosfighterindonesia diawali dari kejadian masa lalunya yang kurang menyenangkan saat awal terdiagnosa PCOS. Andini saat itu berusia 13 tahun, ia menyadari bahwa ia tidak mendapatkan menstruasi hingga 8 bulan lamanya. Masa remajanya ia habiskan dengan berkunjung ke berbagai dokter kandungan. Bukannya bertambah baik, gejala yang ia rasakan justru semakin tidak wajar. Andini mulai timbul jerawat yang sulit dihilangkan serta tumbuh bulu-bulu halus di sekujur tubuhnya yang menyerupai pertumbuhan seks sekunder pada pria. Memasuki usia 23 tahun, tegaklah diagnosa bahwa ia mengidap PCOS. Bayang-bayang tanggapan negatif dari masyarakat membuatnya semakin *insecure*.

Andini saat itu merasa kesulitan untuk mencari informasi maupun *support group* mengenai PCOS di Indonesia dengan bahasa awam yang mudah dipahami, sehingga ia menciptakan sebuah akun yang bertujuan untuk *sharing* mengenai perjalanan diet dan pengobatannya. Lambat laun banyak *followers* yang mulai terbantuan mengenai informasi yang Andini bagikan, hingga akhirnya pada tahun 2019 akun @pcosfighterindonesia mulai membuat infografis yang menjelaskan secara singkat dan menarik mengenai PCOS.

Komunitas ini memiliki logo berwarna merah muda dengan gambar visual alat reproduksi wanita serta terdapat tulisan 'PCOS Fighter Indonesia' pada bagian bawahnya (lihat gambar 1). Logo tersebut menjadi ikon dari akun @pcosfighterindonesia yang selalu ada dalam setiap postingan maupun kolaborasi. Logo berwarna merah muda tersebut merupakan harapan sederhana Andini sebagai platform terbesar dalam meningkatkan kesehatan reproduksi wanita khususnya PCOS.

“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 1.** Logo akun komunitas @pcosfighterindonesia



Sumber: Dokumentasi akun @pcosfighterindonesia

Akun @pcosfighterindonesia memiliki beberapa sub-tema dalam konten yang mereka bagikan dengan pembagian; *pertama*, Belajar bareng PCOS *fighter* Indonesia. Konten ini berisikan diskusi bersama yang dilakukan melalui IG *live* bersama tenaga ahli terkait mengenai seluk beluk PCOS. *Kedua*, *Ask the expert*. Konten ini akan menjawab dan mendiskusikan pertanyaan yang paling banyak ditanyakan mengenai PCOS bersama dokter maupun tenaga profesional lainnya melalui webinar atau IG *live*. *Ketiga*, *Hearth to hearth*. Konten yang berisikan pesan afirmatif dan menguatkan penyandang PCOS. Konten ini juga mengingatkan para penyandang PCOS untuk selalu bersyukur terhadap nikmat dan progres yang mereka dapatkan. *Keempat*, *Sharing* ilmu PCOS. konten yang membahas edukasi mengenai permasalahan seputar PCOS seperti gangguan menstruasi, infertilitas, maupun hubungan PCOS dengan penyakit degeneratif. Tujuan dibaginya pembahasan dalam konten akun @pcosfighterindonesia adalah untuk memudahkan klasifikasi dan penentuan topik pembahasan yang dilakukan bersama kolaborator,

“Tujuan kami membaginya (konten) untuk memudahkan klasifikasi konten (memudahkan *audience* membaca konten) dan tema topik yang akan dibahas bersama kolaborator” (Andini, Wawancara 27 November 2021)

Dari ke-4 sub tema tersebut, tema *sharing* ilmu PCOS merupakan tema yang paling diminati *followers*. Dapat dilihat dalam jumlah konten yang paling banyak di-*upload* dalam akun @pcosfighterindonesia adalah *sharing* ilmu PCOS (lihat tabel 3). *Sharing* ilmu PCOS mendapat *reach* dan *impression* tertinggi dari ke-4 tema konten lainnya. Manfaat dari tingginya *reach* dan *impression* suatu konten dapat meningkatkan algoritma serta menambah *audience* dan jangkauan akun (Soraya 2020). Memanfaatkan konten yang



paling diminati *followers*, akun @pcosfighterindonesia berhasil meningkatkan *audience* serta *followers* dalam 4 tahun terakhir ini (lihat tabel 4).

**Tabel 3.** Klasifikasi tema 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</i> ilmu PCOS	27	5

Sumber: Hasil olah peneliti (2021)

**Tabel 4.** Pertumbuhan akun @pcosfighterindonesia

Tahun	2018	2019	2020	2021
Jumlah Postingan	312	147	223	278
Jumlah Like	11466	43539	53922	117804

Sumber: Hasil olah peneliti (2022)

Salah satu konten *sharing* ilmu PCOS yang paling tinggi interaksinya adalah konten yang di-*upload* pada 8 Desember 2021. Konten tersebut membahas mengenai 10 tanda ketika PCOS mulai membaik yang disertai dengan *caption* pembahasan berupa jurnal artikel yang sudah di bahasakan secara awam agar mudah dipahami *audience*. Penggunaan ilustrasi berupa grafis yang sesuai dengan topik yang dibahas semakin mempermudah *audience* memahami konteks apa yang sedang akun @pcosfighterindonesia bagikan (lihat gambar 2).

“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).

Gambar 2. Konten *sharing* ilmu PCOS akun @pcosfighterindonesia



Sumber: @pcosfighterindonesia (2021)

Ritzer (2014) menuturkan tindakan aktor yang penuh makna menjadi sebuah aspek mendasar dalam kehidupan sosial. Tindakan sosial yang dilakukan akun @pcosfighterindonesia dapat dilihat dalam misi ‘*raise awareness about PCOS and women’s health*’. Untuk mencapai misi tersebut, akun @pcosfighterindonesia melakukan tindakan untuk ‘mengarahkan’ para *followers*-nya melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi dan *aware* akan PCOS. Upaya ‘mengarahkan’ tindakan *followers*-nya dilakukan dengan membahas berbagai macam topik seputar permasalahan PCOS dan gangguan kesehatan reproduksi wanita yang mereka kemas melalui foto, video, *instagram story*, *IG live*, webinar, dsb. Dapat terlihat bagaimana akun @pcosfighterindonesia mempunyai ‘tindakan yang penuh arti’ berupa tindakan subyektif yang sepenuhnya ditujukan kepada masyarakat.

### Strategi Pendekatan dalam Realisasi Misi Akun @pcosfighterindonesia

Instagram merupakan media sosial berbasis visual dimana tampilan gambar menjadi media utama untuk men-*spotlight* konten yang hendak dibagikan. Visual menurut Fathurrohman (2007) merupakan media yang mengandalkan indra penglihatan untuk



menampilkan gambar diam berupa gambar, lukisan, maupun *slide* foto. Media visual dalam media sosial mulai menggantikan media cetak dalam media penyebaran informasi. Dalam sebuah studi yang dilakukan Putri dan Hamzah (2018) menunjukkan kemerosotan yang dialami perusahaan media cetak di Indonesia, sebagai gantinya mereka menambah kapasitas menjadi media digital mengikut perkembangan saat ini agar para pembaca langganan mereka tidak kabur. Hal ini membuktikan bagaimana 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).

Tampilan visual menjadi salah satu cara akun @pcosfighterindonesia berkomunikasi dengan *followers* mereka. Andini memanfaatkan media visual menjadi alat komunikasi yang efektif untuk menyampaikan pesan-pesan edukasi yang hendak dibagikan dalam akun @pcosfighterindonesia. Bahasa visual menempatkan gambar menjadi tata bahasa. Bahasa visual terbagi menjadi representasi naratif yang berupa menceritakan sebuah aktivitas dan representasi konseptual yang berusaha menceritakan sebuah proses (Eriyanto 2019). Pesan gambar yang diberikan kemudian diperjelas melalui caption dan didiskusikan bersama melalui kolom komentar, sehingga pesan yang hendak disampaikan oleh akun @pcosfighterindonesia tersampaikan dengan baik.

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

Instagram dinilai sangat baik dalam penyampaian edukasi. Sederhananya, Instagram dapat mengajak *audience* untuk berkomunikasi secara visual sebagai bahasa universal yang dipahami semua orang dan dapat menginterpretasikan informasi secara efektif serta efisien (Syah dan Darmawan 2019).

Selain penggunaan visual, akun @pcosfighterindonesia juga menggunakan *caption* berupa kalimat imbauan dalam penyampaian pesan edukasi mereka. Imbauan pesan merupakan pesan yang dapat mempengaruhi orang lain. Kalimat imbauan terbagi menjadi 5 jenis; *pertama* Imbauan Rasional. Imbauan ini berisi saran yang nantinya akan ditentukan oleh para pembaca, mana saran yang paling terbaik dan sesuai. *Kedua*, Imbauan Emosional. Imbauan yang berisi pesan atau pernyataan yang dapat



mempengaruhi emosi pembaca. Pesan ini menggambarkan perasaan aktor dalam suatu kondisi. *Ketiga*, Imbauan Takut. Pesan ini berisikan pesan mengancam dan mencemaskan, sehingga audiens dapat terpengaruh dalam melakukan tindakan. *Keempat*, Imbauan Ganjaran. Himbauan yang menjanjikan *reward* atau hadiah ketika *audience* berhasil bertindak sesuai dengan yang dikehendaki aktor. *Kelima*, Imbauan Motivasional. Imbauan ini menggunakan kondisi interen manusia yang meliputi faktor biologis dan psikologis seseorang (Rakhmat 1992).

Penggunaan kombinasi kalimat imbauan dalam *caption* akun @pcosfighterindonesia membuat para audiens mengikuti isi dari kalimat imbauan tersebut. Dapat terlihat dalam kolom komentar yang menunjukkan bagaimana *audience* menunjukkan rasa takut, bersyukur, semangat, tertarik, maupun keraguan dalam diri mereka sendiri. Melalui kombinasi antara konten visual dan kalimat imbauan akun @pcosfighterindonesia berhasil mempengaruhi *audience* untuk melakukan tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi.

“Ketika melihat 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).

Melihat strategi pendekatan yang dilakukan akun @pcosfighterindonesia, dapat dikorelasikan dengan ‘tindakan bermakna’ Weber. Perhatian tindakan sosial Weber terlihat dalam motivasi dan tujuan seseorang bertindak (Wirawan 2015). Sebagaimana strategi akun @pcosfighterindonesia yang menginginkan para *audience* mereka untuk memahami pentingnya pemeliharaan kesehatan reproduksi dan meningkatkan kewaspadaan terhadap gangguan PCOS yang meliputi; preventif, kuratif, promotif, dan rehabilitatif dalam penanganan PCOS dan dampak turunannya. Akun @pcosfighterindonesia memiliki 3 dari 4 tipe rasional tindakan Weber berikut ini; *pertama*, tindakan rasional. Tindakan rasional dapat terlihat dalam klasifikasi tema konten dan beragam pendekatan yang dilakukan akun @pcosfighterindonesia agar seluruh *followers*-nya memahami secara komprehensif apa itu PCOS. Tindakan tersebut



menggambarkan bagaimana aktor memilih untuk menggunakan alat yang sesuai dan menimbang kejadian yang akan terjadi jika menggunakan alat tersebut.

*Kedua*, tindakan berorientasi nilai. Dalam setiap *caption* yang digunakan akun @pcosfighterindonesia, selalu mengingatkan *followers*-nya untuk bersyukur kepada Tuhan akan segala nikmat dan kebahagiaan yang sudah mereka dapatkan. Tindakan tersebut menunjukkan bagaimana aktor menggunakan alat sebagai bahan pendukung serta objek pertimbangan. *Ketiga*, tindakan afektif. Awal mula terbentuknya akun @pcosfighterindonesia diawali dari pengalaman Andini yang kesulitan mendapatkan informasi serta *support* grup penyandang PCOS di Indonesia. Atas keprihatinannya, ia berusaha mengedukasi masyarakat mengenai kesehatan reproduksi dan pengenalan serta penanganan mengenai PCOS. Berawal dari akun jurnal virtualnya, lambat laun ia merubah akun tersebut menjadi akun komunitas PCOS Indonesia yang menjadi *support* grup PCOS Indonesia terbesar di media Instagram.

Dapat terlihat bagaimana realisasi misi akun @pcosfighterindonesia yang dilakukan Andini bersama tim admin lainnya. Andini berupaya untuk mengedukasi masyarakat awam dan mengajak para penyandang PCOS untuk mulai mengenali dirinya dan bersama-sama mengurangi gejala yang dapat memperparah kondisi mereka dengan cara mengubah pola hidup menjadi lebih sehat. Untuk mensukseskan tindakan tersebut, Andini menggunakan berbagai pendekatan dan konten interaktif yang dapat mengajak *followers*-nya turut aktif berpartisipasi seperti; diet *challenge*, *exercise challenge*, webinar, dsb. Andini berharap dengan banyaknya masyarakat awam yang mengerti apa itu PCOS, semakin banyak wanita yang *aware* akan kondisi kesehatan reproduksinya. Selain itu masyarakat jadi paham bagaimana perjuangan para penyandang PCOS itu sendiri, dan dapat memberikan *support* berupa dukungan moral untuk para penyandang PCOS yang sedang berjuang mendapatkan *goals* mereka masing-masing.





## Motif dan Tujuan Tindakan Pemeliharaan Kesehatan Reproduksi Akun Komunitas @pcosfighterindonesia

Tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita penyandang PCOS dalam akun @pcosfighterindonesia diawali dari bentuk kekhawatiran Andini akan kurangnya pemahaman masyarakat akan pendidikan kesehatan reproduksi dan seksual. Ia menuturkan melalui pengalaman pribadinya ketika terdiagnosa PCOS dan mengalami pengalaman yang kurang menyenangkan, membawanya berusaha untuk mengedukasi masyarakat sebanyak mungkin mengenai kesehatan reproduksi untuk *aware* akan setiap gejala yang ada. Saat ini kebanyakan masyarakat masih menganggap gangguan kesehatan reproduksi sebagai sesuatu yang wajar dan dinormalisasikan

“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).

Seperti halnya PCOS. PCOS dapat menunjukkan gejala pada remaja ketika memasuki usia pubertas. Sangat disayangkan banyak remaja dan pemuda yang lebih memilih untuk *self diagnose* daripada memeriksakan ke tenaga kesehatan. Menurut data Badan Pusat Statistik, pada tahun 2019 1 dari 5 pemuda Indonesia dengan rentan usia reproduktif enggan memeriksakan kesehatannya ketika ada keluhan (Noviani dan Agustina 2019). Sedangkan hasil survei kependudukan Indonesia pada bulan Mei tahun 2020 terdapat 64.794.457 jiwa wanita usia reproduktif. Data diatas menunjukkan betapa banyaknya wanita yang enggan memeriksakan kesehatan reproduksinya. Enggannya wanita memeriksakan kesehatan reproduksi diakibatkan oleh stigma dan tabu yang sudah menjadi budaya di Indonesia. Pendidikan kesehatan reproduksi dan seksualitas yang dianggap tidak penting bagi masyarakat membuat lingkaran setan ini tidak pernah putus (Putri 2021). Studi yang dilakukan Rahayu dkk (2022) menunjukkan dampak dari kurangnya edukasi pendidikan kesehatan reproduksi dapat membuat individu mengalami hal yang tidak diinginkan serta menurunkan kualitas hidupnya. Hal tersebut menunjukkan bagaimana *urgent*-nya edukasi kesehatan reproduksi dalam masyarakat.

Andini menuturkan bahwa ia menaruh harapan dengan tindakan edukasi yang ia lakukan dalam akun @pcosfighterindonesia dapat membawa dampak perubahan bagi



para *followers*-nya. Motivasi Andini bertindak yang dilatar belakangi pengalaman, persepsi, dan penafsiran dari sebuah situasi selaras dengan latar tindakan sosial aktor yang diutarakan Weber (Sarwono 2017). Tindakan rasional Andini dapat terlihat dalam berbagai macam strategi dan pendekatan yang ia gunakan untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Untuk memahami tindakan Andini dalam akun @pcosfighterindonesia, dapat dilihat dalam 3 sistem bertindak yang dikembangkan oleh Parsons. *Pertama*, sistem sosial. Sistem yang melihat bagaimana masyarakat dan individu berinteraksi sesuai dengan peran serta norma sosial yang berlaku. Lingkungan Andini yang menganggap bahwa pembicaraan kesehatan reproduksi sebagai sesuatu yang tabu, membuatnya merasa tidak mengerti dengan gangguan menstruasi yang ia alami saat remaja. Sehingga Andini merasa bahwa diskusi mengenai kesehatan reproduksi dan seksualitas wajib dibicarakan dan dipahami semua orang, agar kejadian yang dulu ia alami tidak terulang kembali.

*Kedua*, sistem budaya. Sebuah kondisi dimana budaya memegang kontrol sosial dalam masyarakat. Kondisi ini dialami oleh Andini dimana ia melihat kurangnya pemahaman mengenai gejala awal dalam gangguan reproduksi dalam hal ini adalah PCOS pada masyarakat. Selain itu adanya budaya patriarki membuat posisi wanita menjadikan para wanita penyandang PCOS terpojokkan karena tidak sesuai dengan standar ideal wanita dalam masyarakat. Budaya tersebut memegang kontrol sosial yang menyebabkan timbulnya *stereotype* wanita yang terus berkembang hingga saat ini. *Ketiga*, sistem kepribadian. Sistem ini fokus mempelajari bagaimana sikap dan motif dari aktor dalam bertindak. Pengalaman tidak menyenangkan saat Andini terdiagnosa PCOS berusaha untuk mengedukasi masyarakat luas agar memahami bahwa *stereotype* yang berkembang dalam masyarakat adalah sesuatu yang salah (Nugraheni, Wiyatini, dan Wiradona 2018).

Dapat dilihat bagaimana tindakan Andini dalam bertindak didasari oleh ketiga sistem tersebut. Lingkungan sekitar Andini yang menganggap bahwa pendidikan kesehatan reproduksi adalah sesuatu yang tabu dan budaya patriarki yang masih kental, membuatnya ingin mendobrak tabu dan stigma dalam masyarakat. Ia ingin membuktikan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi wajib dipahami dan dipelajari oleh masyarakat



agar para penyandang PCOS maupun kesehatan reproduksi lainnya tidak mengalami diskriminasi dan dikucilkan oleh masyarakat.

## **Dampak Tindakan Sosial Akun Komunitas @pcosfighterindonesia**

PCOS tidak hanya menyangkut permasalahan kesehatan reproduksi saja, penyakit ini juga menyebabkan permasalahan psikososial bagi penyandanginya. Permasalahan psikososial meliputi faktor *internal* (gangguan tidur, infertilitas, dan perubahan fisik) dan *eksternal* (kecemasan dan depresi) dari PCOS itu sendiri. Gejala-gejala PCOS menjadi alasan utama timbulnya gangguan psikologis karena para penyandang merasa bahwa dirinya tidak sempurna sebagaimana wanita pada umumnya serta memandang citra diri mereka secara negatif (Putri dkk. 2021). Studi lain yang dilakukan Novitasari dkk (2021) menunjukkan bahwa wanita penyandang PCOS sangat rentan mengalami peningkatan beban psikologi yang mengakibatkan kualitas hidupnya menurun. Kondisi tersebut menyebabkan para wanita penyandang PCOS menjadi tidak semangat dan *hopeless* dalam menjalani pengobatan. Kejadian tersebut yang berusaha diantisipasi oleh Andini dan menjadi *consent* utamanya dalam akun @pcosfighterindonesia:

“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 memiliki konsep '*heal yourself = happy life*', ketika seseorang sudah berhasil berdamai dengan diri sendiri, maka proses pengobatan akan jauh lebih mudah dijalani. Sebagaimana yang dijelaskan Andini bahwa pengobatan PCOS adalah *maintenance* seumur hidup, sehingga sangat dibutuhkan niat dan komitmen yang kuat dalam menjalani proses pengobatan. Langkah Andini dalam merubah *followers* akun @pcosfighterindonesia mencintai diri sendiri adalah dengan cara menyisipkan kalimat afirmasi dan motivasi dalam setiap postingan *feed* untuk selalu berterima kasih kepada diri sendiri, bersyukur dengan progres yang sudah didapat, mensyukuri nikmat yang mereka miliki, dan percaya bahwa skenario Tuhan adalah skenario yang terbaik untuk mereka. Selain melalui *feed*, akun @pcosfighterindonesia juga menggunakan media *story*



berupa *template* yang nantinya dapat diisi oleh para *followers*-nya. Sebagaimana penuturan *followers* yang menyatakan bahwa melalui postingan akun @pcosfighterindonesia, membantunya dalam usaha menemukan *self love*:

“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, berpikir positif, dan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat” (Nn. E, Wawancara 20 Agustus 2021).

Hasil dari tindakan *heal yourself* yang dilakukan *followers* dapat dilihat dalam tindakan beberapa *followers* yang mulai berani *speak up* menceritakan bagaimana perjalanan pengobatan yang dapat dilihat dalam *tag* dan *mention* akun @pcosfighterindonesia. *Followers* mulai menyadari bahwa terpuruk dengan kondisi serta menyalahkan diri sendiri tidak dapat memperbaiki PCOS mereka.

“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).

Selain *heal yourself*, dampak tindakan edukasi akun @pcosfighterindonesia juga meningkatkan kesadaran akan kesehatan reproduksi bagi wanita penyandang PCOS. Penyakit dan sakit merupakan 2 kata yang berkaitan tetapi beda kontekstual. Penyakit atau *disease* bersifat objektif, dimana sebuah kondisi ketika tubuh mengalami gangguan fisiologis akibat adanya patogen. Sedangkan sakit atau *illness* bersifat subjektif, yang merupakan reaksi atau opini dari individu mengenai penyakit yang dideritanya. Jadi dapat disimpulkan bahwa ketika seorang wanita mengidap PCOS setiap individu akan mengalami beragam reaksi, wanita yang kurang mendapat pemahaman mengenai apa itu PCOS akan menganggap bahwa gejala awal yang didapatkan merupakan sesuatu yang umum dan tidak perlu diperiksakan.

Kejadian tersebutlah yang berusaha diantisipasi oleh Andini. Melalui akun @pcosfighterindonesia Andini berusaha meningkatkan kesadaran kesehatan reproduksi *followers*-nya melalui konten edukasi-edukasi yang mereka bagikan. Peningkatan kesadaran kesehatan reproduksi dapat dilihat dalam tindakan yang dilakukan oleh



*followers* mereka ketika terdiagnosa PCOS maupun proses pengobatan mereka. Adapun klasifikasi ke-6 informan yang mengalami tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi mereka sebagai berikut:

**Tabel 5.** Klasifikasi tindakan pemeliharaan 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)

Terlihat mayoritas informan menuturkan merasa tidak berjuang sendiri serta mendapat ilmu baru mengenai PCOS. 4 dari 6 informan mulai berani untuk memeriksa diri ke dokter spesialis kandungan dan terdiagnosis, 2 lainnya masih takut dan baru memeriksa dirinya melalui layanan *telemedicine*.

Tindakan yang dilakukan informan menunjukkan bahwa misi '*raise awareness about PCOS and women's life*' akun @pcosfighterindonesia berhasil terwujud. Seluruh tindakan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi informan muncul setelah mengalami gejala awal dari PCOS. Setelah informan meng-anamnesa diri dengan melakukan *survey* sendiri melalui media internet, mereka mulai mencari informasi mengenai PCOS melalui media Instagram dan bertemulah dengan akun @pcosfighterindonesia. Melalui akun @pcosfighterindonesia informan yang mulai ter-edukasi dan mendapat beragam *insight* melalui konten edukasi yang mereka bagikan, perlahan-lahan mereka mulai merubah pola hidup menjadi lebih sehat.

“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).



Kesuksesan akun @pcosfighterindonesia dalam tindakan sosial berupa pemeliharaan kesehatan reproduksi wanita tidak lepas dari strategi dan pendekatan yang dilakukan secara tepat. Tindakan yang dilakukan rasional dengan penggunaan berbagai macam alternatif alat dalam mencapai tujuan menjadi bukti bagaimana aktor dalam hal ini adalah Andini yang secara kreatif mampu melakukan tindakan sosial ini tanpa adanya paksaan dari fakta sosial (norma, kebiasaan, dan nilai) (Wirawan 2015). Dapat terlihat bahwa akun @pcosfighterindonesia mendobrak fakta sosial dimana pembahasan kesehatan reproduksi dan seksualitas yang selama ini dianggap tabu bukanlah sesuatu yang tabu untuk dibicarakan secara umum serta layak untuk didiskusikan bersama. Melalui edukasi kesehatan reproduksi dan penyakit PCOS secara komprehensif, diharapkan para *audience* maupun *followers* akun @pcosfighterindonesia menjadi lebih *aware* dengan kesehatan reproduksinya. Masyarakat awam juga jauh lebih paham mengenai apa yang sebenarnya para penyandang PCOS rasakan, sehingga *bullying* maupun memandang rendah wanita penyandang PCOS dapat diminimalisasikan.

Peneliti menemukan bahwa tindakan sosial yang dilakukan akun @pcosfighterindonesia mendapat *feedback* positif dari para *followers*-nya. Selaras dengan misi akun @pcosfighterindonesia, perlahan banyak *followers* mereka yang sadar akan pentingnya kesehatan reproduksi mereka, berani untuk *speak up* perjalanan mereka, meraih *self love*, melakukan perubahan gaya hidup, dsb. Tindakan-tindakan tersebut dapat dilihat dalam testimoni yang mereka bagikan dengan meng-*tag* akun @pcosfighterindonesia. Hal ini menunjukkan bagaimana para *followers* memahami kontra serta resiko dari PCOS bagi dirinya sendiri dan kehidupan sosialnya, paham makanan apa yang mereka pantang serta diet yang mereka jalankan, dan mengajak para penyandang PCOS lainnya untuk senantiasa semangat mencapai *goals* nya masing-masing. Keberhasilan perubahan perilaku pemeliharaan kesehatan reproduksi *followers* akun @pcosfighterindonesia sesuai dengan harapan Andini untuk meningkatkan *awareness* dalam masyarakat. Dengan pijakan-pijakan yang sudah Andini dan tim lainnya lakukan, diharapkan dapat menjadi bekal pemahaman *followers* untuk melanjutkan tombak edukasi ke masyarakat awam lainnya mengenai kesehatan reproduksi dan adanya gangguan PCOS yang menyerang wanita reproduktif.



## Kesimpulan

Tindakan pemeliharaan kesehatan reproduksi dalam akun @pcosfighterindonesia berlatar belakang keinginan Andini (*founder*) yang ingin mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya mengetahui *sign* dari gangguan kesehatan reproduksi wanita dan meningkatkan kewaspadaan terhadap PCOS. Dalam merealisasikan tindakan tersebut, akun @pcosfighterindonesia menggunakan pendekatan berupa konten-konten dengan tampilan visual dan kalimat imbauan sebagai alat komunikasi dengan *followers*. Tindakan bermakna akun @pcosfighterindonesia mencerminkan bagaimana akun ini dapat menggunakan alat sebagai bentuk realisasi misi '*raise awareness about PCOS and women's health*'.

Dilihat dalam tipe rasional tindakan Weber, tindakan akun @pcosfighterindonesia dapat dijabarkan sebagai berikut; *pertama* dalam tindakan rasional (*zwerk rational*) dapat terlihat bagaimana akun @pcosfighterindonesia mengklasifikasikan beberapa konten menjadi 4 tema besar serta beragam sorotan yang dapat dipelajari oleh para *followers* mereka. Selain itu penggunaan berbagai pendekatan menunjukkan bagaimana aktor dapat menilai penggunaan alat yang sesuai dengan berbagai kemungkinan yang akan terjadi. *Kedua* tindakan berorientasi nilai (*wertrational action*), tindakan ini terlihat dalam usaha Andini dalam akun @pcosfighterindonesia yang secara sukarela membantu para penyandang PCOS untuk lebih mengenal kondisi mereka serta membimbing mereka untuk merubah pola hidup menjadi lebih sehat. Tindakan menyematkan pesan bersyukur dalam setiap *caption* konten mereka juga mengindikasikan bagaimana akun @pcosfighterindonesia dapat memaknai penggunaan alat sebagai objek pertimbangan.

*Ketiga* tindakan afektif (*affectual action*), tindakan ini terlihat dalam cikal bakal terbentuknya akun @pcosfighterindonesia sendiri. Berawal dari Andini yang kesulitan mengakses informasi dan *support group* mengenai PCOS, Andini membuat akun @pcosfighterindonesia sebagai jurnal pribadi virtualnya. Lambat laun semakin banyak orang yang terbantuan akan postingan yang dia *upload*. Akhirnya Andini merubah jurnal virtualnya menjadi akun komunitas dan terus berkembang hingga saat ini. Tindakan sosial yang dilakukan akun @pcosfighterindonesia membawa dampak positif terhadap perubahan perilaku pemeliharaan kesehatan para *followers*. Beberapa *followers* menuturkan bagaimana akun @pcosfighterindonesia berhasil menyadarkan mereka



bahwa kesehatan mereka adalah hal utama dan patut untuk diprioritaskan serta *support community* dimana mereka mendapat dukungan dan *sharing* dari sesama penyandang PCOS.

Pendidikan kesehatan reproduksi membutuhkan proses adaptasi hingga seseorang menguasai ilmu tersebut. Melalui tindakan yang dilakukan @pcosfighterindonesia, masyarakat khususnya wanita penyandang PCOS banyak yang ter-edukasi akan pentingnya pengetahuan seputar kesehatan menstruasi serta memulai membangun pola hidup sehat. Akun @pcosfighterindonesia turut mendobrak stigma gender, dimana perempuan mempunyai hak untuk mendapatkan informasi serta pendidikan kesehatan reproduksi yang kompeten serta komprehensif. Untuk itu peneliti merekomendasikan para peneliti lain yang ingin mengembangkan penelitian ini dengan fokus pada bidang gender untuk melihat bagaimana dampak *stereotype* gender berpengaruh pada pemeliharaan kesehatan reproduksi.

## Daftar Pustaka

- Bayu, Dimas Jarot. 2020. "Instagram Jadi Media Sosial Terfavorit Anak Muda Dalam Mengakses Berita." *Databoks*. Diambil 9 Agustus 2021 (<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/12/17/instagram-jadi-media-sosial-terfavorit-anak-muda-dalam-mengakses-berita>).
- Dihni, Vika Azkiya. 2021. "Ketimpangan Gender Indonesia Tertinggi Di ASEAN, Singapura Terendah." *Databoks*. Diambil 19 Desember 2021 (<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/12/14/ketimpangan-gender-indonesia-tertinggi-di-asean-singapura-terendah>).
- Eriyanto. 2019. *Metode Komunikasi Visual Dasar-Dasar Dan Aplikasi Semiotika Sosial Untuk Membedah Teks Gambar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fathurrohman, Pupuh. 2007. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Fatkhiyah, Natiqotul, Masturoh Masturoh, dan Dwi Atmoko. 2020. "Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja." *Jurnal Abdimas Mahakam* 4(1):84–89. doi: 10.24903/jam.v4i1.776.
- Fatoni, Zainal, Yuly Astuti, Augustina Situmorang, Widayatun NFN, dan Sri Sunarti Purwaningsih. 2015. "IMPLEMENTASI KEBIJAKAN KESEHATAN REPRODUKSI DI INDONESIA: SEBELUM DAN SESUDAH REFORMASI." *Jurnal Kependudukan Indonesia* 10(1). doi: 10.14203/jki.v10i1.56.





- Hanifah, Meyda. 2020. "Pemanfaatan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Pada Aplikasi Halodoc Sebagai Telemedicine Check Covid-19 Dalam Upaya Preventif Penyebaran Virus Corona Di Sleman Yogyakarta." Universitas Mercu Buana, Yogyakarta.
- Harnani, Yessi, Hastuti Marlina, dan Elmia Kursani. 2019. *Teori Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Jayani, Dwi Handa. 2021. "Dispensasi Perkawinan Anak Meningkatkan 3 Kali Lipat Pada 2020." *Databoks*. Diambil 16 Juli 2022 (<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/03/20/dispensasi-perkawinan-anak-meningkat-3-kali-lipat-pada-2020>).
- Matahari, Ratu, dan Fitriana Putri Utami. 2018. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Infeksi Menular Seksual*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Miswanto. 2014a. *Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dan Seksualitas Pada Remaja*. Vol. 3 No 2.
- Miswanto. 2014b. "Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dan Seksualitas Pada Remaja." *Jurnal Studi Pemuda* 3(2):111–21.
- NapoleonCat. 2021. "Instagram Users in Indonesia." *NapoleonCat*. Diambil 9 Desember 2021 (<https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2021/01/>).
- Nasrullah, Rulli. 2017. *Etnografi Virtual Riset Komunikasi, Budaya, Dan Sosioteknologi Di Internet*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Nisaa, Fitia Adinda, dan Izzatul Arifah. 2019. "AKSES INFORMASI KESEHATAN REPRODUKSI DAN SEKSUAL KOMPREHENSIF MELALUI INTERNET PADA REMAJA SMA." dalam *Ready to Confront Global Health Security Agenda 2024*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Noviani, Amalia, dan Din Nurika Agustina. 2019. *Profil Statistik Kesehatan 2019*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Novitasari, Ajeng Dwi, Sherly Limantara, Dona Marisa, dan Roselina Panghiyangani. 2021. "LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN PCOS." *Homeostatis* 4(2):411–16.
- Nugraheni, Hermien, Tri Wiyatini, dan Irmanita Wiradona. 2018. *Kesehatan Masyarakat Dalam Determinan Sosial Budaya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Nugroho, Catur. 2020. *Cyber Society: Teknologi, Media Baru, Dan Disrupsi Informasi*. Jakarta: Kencana.
- Nurdiantika Sari, Ayu, Yoshida Aussiana Samosir, dan Alana Arumsari Pramono. 2020. "Pemanfaatan Media Sosial Dalam Sosialisasi Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja (PKRR) Di Era Pandemi Covid-19." Hlm. 1–11 dalam *Inovasi dan Pemberdayaan Masyarakat untuk Penguatan Layanan Kesehatan Reproduksi pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Covid-19*.
- Pratama, Bayu Indra. 2017. *Etnografi Dunia Maya Internet*. Malang: UB Press.



- Puspitasari, Ira, dan Alia Firdauzy. 2019. "Characterizing Consumer Behavior in Leveraging Social Media for E-Patient and Health-Related Activities." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16(18). doi: 10.3390/ijerph16183348.
- Putri, Aditya Widya. 2021. "Tabu Dan Stigma Terhadap Pasien Dalam Layanan Kesehatan Reproduksi." *Tirto.Id*. Diambil 20 Desember 2021 (<https://tirto.id/tabu-dan-stigma-terhadap-pasien-dalam-layanan-kesehatan-reproduksi-giF6>).
- Putri, Aprida, Safari Wahyu Jatmiko, Nining Lestari, dan Dodik Nursanto. 2021. "Disfungsi Seksual Pada Wanita Dengan Polikistik Ovarium Sindrom: Systematic Review." Hlm. 407–16 dalam *Penguatan Peran Perguruan Tinggi dalam Percepatan Penanganan dan Pemulihan Ekonomi di Masa Pandemi Covid-19*.
- Putri, Citra Eka, dan Radja Erland Hamzah. 2018. "Konvergensi Konten Majalah Populer Dalam Industri Digital Media Cetak." *Warta Iski* 01(02):19–28.
- Rahayu, Kharina Triyana, Nuram Mubina, dan Puspa Rahayu Utami Rahman. 2022. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kualitas Hidup Pada Perempuan Dengan Polycystic Ovary Syndrome Di Komunitas PCOS Fighter 4." *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang* 2(1):57–63.
- Rakhmat, Jalaluddin. 1992. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Ritzer, George. 2014. *Sosiologi Ilmu Pengetahuan Berparadigma Ganda*. Jakarta: Rajawali Pers. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Saptandari, Pinky. 2020. "Pengetahuan Tradisional Tentang Kesehatan Dan Pemenuhan Hak Kesehatan Reproduksi Perempuan Bawean." *Antropologi Indonesia* 41(2):11–22.
- Sarwono, Solita. 2017. *Sosiologi Kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Soraya, Putri Prima. 2020. "Istilah Reach Dan Impression Instagram." *DOTNEXT*. Diambil 28 Juli 2021 (<https://dotnextdigital.com/istilah-reach-dan-impression-instagram/>).
- Suteja, Rani Sukma Ayu, Umar, Nimas Safira Widhiasti Wibowo, dan Dimas Ramadhiansyah. 2020. "PENGUNAAN INSTAGRAM @premature.Indonesia SEBAGAI MEDIA PROMOSI KESEHATAN DAN PENCEGAHAN PREMATURITAS." *Linimasa : Jurnal Ilmu Komunikasi* 5(1):83–105.
- Syah, Rahmat, dan Daddy Darmawan. 2019. "Pemanfaatan Media Sosial Instagram Sebagai Literasi Visual Pada Pendidikan Orang Dewasa." *Jurnal AKRAB!* 10(1):71–80. doi: <https://doi.org/10.51495/jurnalakrab.v10i1.276>.
- Wirawan. 2015. *Teori-Teori Sosial Dalam Tiga Paradigma (Fakta Sosial, Definisi Sosial, Dan Perilaku Sosial)*. Jakarta: Kencana.
- Wirenviona, Rima, dan Istri Dalem Cinthya Riris. 2020. *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Surabaya: Airlangga University Press.