

# Peran Norma Sosial dalam Menentukan Pilihan Makanan: Studi Intervensi Sosial Menggunakan Pesan Jarak Jauh = The Role of Social Norm in Deciding Food Consumption: A Social Intervention Using Long Distance Message

Chandra Rila Putra, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920517389&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Permasalahan penyakit kronis yang bersumber dari pola makan tidak sehat seperti diabetes, obesitas, maupun penyakit jantung merupakan suatu fenomena yang terjadi secara global. Indonesia sendiri mengalami permasalahan yang sama di mana jumlah pengidap diabetes terus meningkat sejak tahun 2007. Salah satu metode intervensi yang diketahui dapat membantu untuk memperbaiki pilihan makanan menjadi lebih sehat adalah dengan memberikan pesan berisi norma deskriptif dibanding sekedar pesan informatif. Selain itu, pesan jarak jauh juga ditemukan memiliki efek yang cukup kuat dalam intervensi untuk memperbaiki pola hidup sehat. Oleh sebab itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji metode intervensi menggunakan pesan deskriptif untuk memperbaiki pilihan makanan individu supaya lebih sehat di Indonesia. Penelitian dilakukan terhadap 99 masyarakat umum dengan memberikan variasi pesan norma deskriptif maupun pesan biasa menggunakan pesan jarak jauh di media WhatsApp. Studi menemukan bahwa variasi jenis pesan tidak menghasilkan perbedaan yang signifikan terhadap pilihan makanan sehat. Partisipan yang diberikan pesan norma deskriptif maupun pesan biasa sama-sama mengalami perbaikan dalam pilihan makanan sehatnya.

.....The problem of chronic diseases such as diabetes, obesity, or heart attack that stemmed from unhealthy eating habits is a global phenomenon that has been happening around the world. Indonesia is also one of the countries who is facing the same problem where the number of people with diabetes has been increasing since 2007. One method of intervention that has been found to be effective in making people choose a healthier menu is by priming them with message containing descriptive norm instead of just a standard informative message. Also, long distance message has been found to be effective in some research to increase healthy behaviour. Thus, the current research aims to study the effect of using descriptive norm to make people make a healthier food choice. This research was done to 99 individuals by sending two message variants via WhatsApp, one using descriptive norm and another using standard informative message. This research found that there is no significant difference between the two messages in increasing healthy food choices. Both individuals who are given the descriptive norm message as well as the ones given standard informative messages display a significant increase in making healthy food choices. such as diabetes.