

**KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN
KESADARAN AKAN KEBERLANGSUNGAN PANGAN : STUDI PADA
PROGRAM SELARAS @EATHINK_ID**



SKRIPSI

**Chaterine Rosalia
00000056843**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA TANGERANG
2025**

**KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN
KESADARAN AKAN KEBERLANGSUNGAN PANGAN : STUDI PADA
PROGRAM SELARAS @EATHINK_ID**



SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu
Komunikasi

Chaterine Rosalia
00000056643

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA TANGERANG
2025

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya,

Nama : Chaterine Rosalia
Nomor Induk Mahasiswa : 00000056843
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Jenjang : S1
Skripsi dengan judul : KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU
UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN
AKAN KEBERLANGSUNGAN PANGAN :
STUDI PADA PROGRAM SELARAS
@EATHINK_ID

Merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari laporan karya tulis ilmiah yang ditulis oleh orang lain, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk, telah saya nyatakan dengan benar serta dicantumkan di Daftar Pustaka.

Jika di kemudian hari terbukti ditemukan kecurangan/penyimpangan, baik dalam pelaksanaan magang maupun dalam penulisan laporan karya tulis, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan TIDAK LULUS untuk skripsi yang telah saya tempuh.

Tangerang, 19 Juni 2025



Chaterine Rosalia

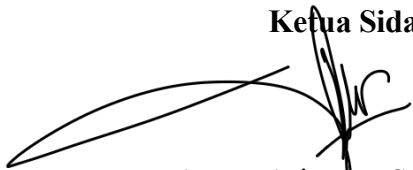
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul
**KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN
KESADARAN AKAN KEBERLANGSUNGAN PANGAN : STUDI PADA
PROGRAM SELARAS @EATHINK_ID**

Oleh
Nama : Chaterine Rosalia
NIM : 00000056843
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Ilmu Komunikasi

Telah diujikan pada hari Selasa, 1 Juli 2025
Pukul 13.00 s.d 14.30 dan dinyatakan
LULUS
Dengan susunan penguji sebagai berikut.

Ketua Sidang



Angga Ariestya, S.Sos, M.Si.
NIDN : 311048505

Penguji



Arindra Khrisna Karamoy, S.E., M.Si., M.I.Kom.
NUPTK : 9455751652130103

Pembimbing



Maria Advenita Gita Elmada, S.I.Kom., M.Si.
NIDN: 0309129202

Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi



Digitally signed by Cendera
Rizky Anugrah Bangun
Date: 2025.07.29 16:20:17
+07'00'

Cendera Rizky Anugrah Bangun, S, Sos., M.Si.
NIDN: 0304078404

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chaterine Rosalia
NIM : 00000056843
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Jenjang : S1
Judul Karya Ilmiah : **KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU
UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN
AKAN KEBERLANGSUNGAN PANGAN :
STUDI PROGRAM SELARAS
@EATHINK_ID**

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya bersedia* (**pilih salah satu**):

- ☒ Saya bersedia memberikan izin sepenuhnya kepada Universitas Multimedia Nusantara untuk mempublikasikan hasil karya ilmiah saya ke dalam repositori Knowledge Center sehingga dapat diakses oleh Sivitas Akademika UMN/Publik. Saya menyatakan bahwa karya ilmiah yang saya buat tidak mengandung data yang bersifat konfidensial.
- ☐ Saya tidak bersedia mempublikasikan hasil karya ilmiah ini ke dalam repositori Knowledge Center, dikarenakan: dalam proses pengajuan publikasi ke jurnal/konferensi nasional/internasional (dibuktikan dengan *letter of acceptance*) **.
- ☐ Lainnya, pilih salah satu:
 - ☐ Hanya dapat diakses secara internal Universitas Multimedia Nusantara
 - ☐ Embargo publikasi karya ilmiah dalam kurun waktu 3 tahun.

Tangerang, 19 Juni 2025



Chaterine Rosalia

* Pilih salah satu

** Jika tidak bisa membuktikan LoA jurnal/HKI, saya bersedia mengizinkan penuh karya ilmiah saya untuk dipublikasikan ke KC UMN dan menjadi hak institusi UMN.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kelancaran dan terselesaikannya penulisan skripsi yang berjudul “Komunikasi perubahan perilaku untuk meningkatkan kesadaran akan keberlangsungan pangan : Studi pada program SELARAS @Eathink_id” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Sarjana (S1) program studi Ilmu Komunikasi. Skripsi ini tentunya tidak akan selesai tanpa bantuan segenap pihak, untuk itu saya ucapkan terima kasih kepada mereka semua atas bantuannya dalam penyelesaian skripsi ini.

Mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Ir. Andrey Andoko, M.Sc., selaku Rektor Universitas Multimedia Nusantara.
2. Bapak Dr. Rismi Juliadi, S.T., M.Si., selaku Dekan Ilmu Komunikasi, Universitas Multimedia Nusantara.
3. Ibu Cendera Rizky Anugrah Bangun, S.Sos., M.Si., selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Multimedia Nusantara.
4. Ibu Maria Advenita Gita Elmada, S.I.Kom., M.Si., selaku Pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi sehingga terselesainya tugas akhir ini.
5. Bapak Arindra Khrisna Karamoy, S.E., M.Si., M.I.Kom selaku Penguji yang telah memberikan saran, kritik, dan perspektif yang membangun untuk penyempurnaan tugas akhir ini.
6. Bapak Angga Ariestya, S.Sos, M.Si selaku Ketua Sidang yang telah memimpin proses sidang dan telah memberikan masukan dan arahan yang penting untuk membantu perbaikan tugas akhir ini.

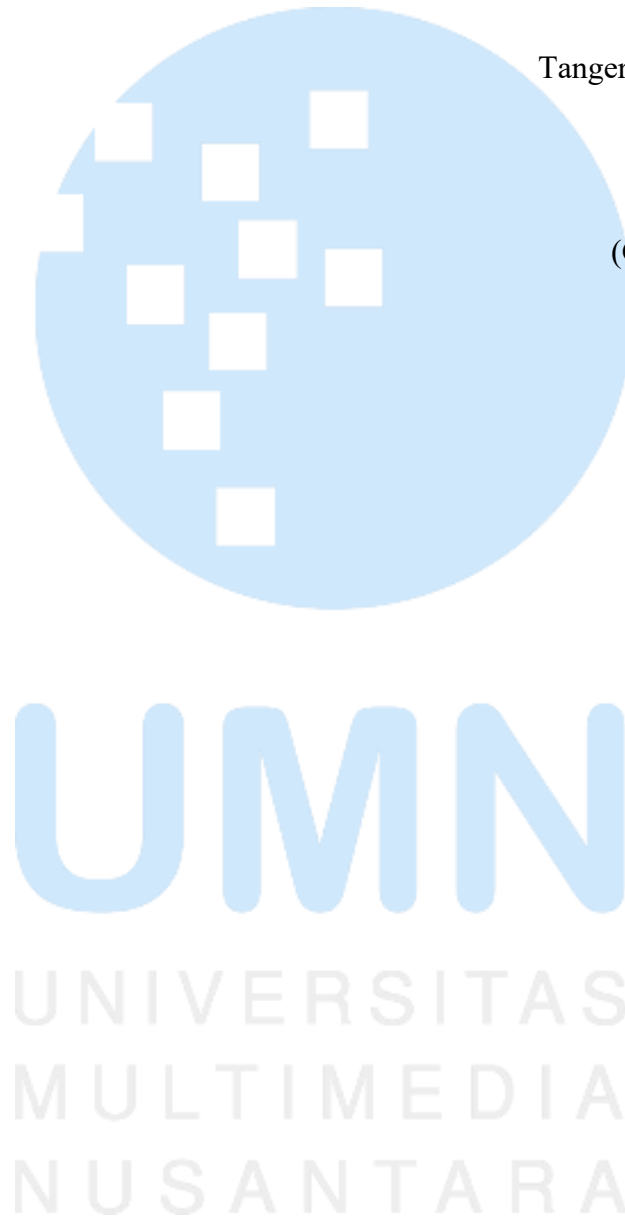
7. Kepada keluarga saya, khususnya Papa Rudy Sulayman dan Mama Melia, yang telah memberikan dukungan penuh baik secara moral maupun material. Terima kasih atas kasih sayang, doa, serta segala pengorbanan yang telah diberikan, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir dan menempuh pendidikan ini dengan baik.
8. Kepada papi Eddy Sulayman, terima kasih atas segala dukungan, doa, dan motivasi yang tiada henti dalam mendorong saya untuk menyelesaikan pendidikan S1 ini. Semangat dan kepercayaan yang Papi berikan menjadi kekuatan besar bagi saya dalam melewati setiap proses dan tantangan selama perkuliahan. Terima kasih sudah selalu percaya bahwa saya bisa.
9. Kepada seluruh tim @Eathink_id, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaannya meluangkan waktu, memberikan data, serta terlibat aktif dalam proses penelitian ini. Partisipasi dan kerja sama yang diberikan sangat membantu dalam kelancaran dan kedalaman penyusunan tugas akhir ini.
10. Anton Dharma Nurhalim, selaku orang terkasih saya mengucapkan terima kasih atas dukungan dan motivasi yang senantiasa diberikan selama proses penyusunan tugas akhir ini. Kehadiran dan semangat yang diberikan menjadi salah satu sumber kekuatan bagi saya untuk terus melangkah.
11. Kepada teman-teman terdekat saya, terima kasih atas dukungan, semangat, dan kebersamaannya selama proses penulisan skripsi ini. Bantuan, masukan, dan kehadiran kalian sangat berarti dan menjadi bagian penting dalam perjalanan ini.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, menjadi sumber informasi yang berguna, serta menjadi pembelajaran dan motivasi bagi para pembaca yang memiliki perhatian terhadap isu keberlanjutan pangan dan komunikasi strategis di masyarakat.

Tangerang, 19 Juni 2025



(Chaterine Rosalia)



KOMUNIKASI PERUBAHAN PERILAKU UNTUK MENINGKATKAN KESADARAN AKAN KEBERLANGSUNGAN PANGAN STUDI PADA PROGRAM SELARAS @EATHINK_ID

(Chaterine Rosalia)

ABSTRAK

Isu konsumsi pangan berkelanjutan belum menjadi perhatian utama di kalangan masyarakat, khususnya generasi muda. Minimnya pemahaman mengenai dampak pola konsumsi terhadap lingkungan dan ketahanan pangan jangka panjang menjadi tantangan tersendiri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi komunikasi perubahan perilaku (*Behavior Change Communication/BCC*) yang digunakan oleh @Eathink.id dalam program SELARAS guna meningkatkan kesadaran dan mendorong perilaku konsumsi berkelanjutan pada generasi muda urban. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, didukung oleh wawancara mendalam terhadap tim internal @Eathink.id dan observasi terhadap kanal komunikasi mereka. Peneliti mengacu pada kerangka C-Planning dari McKee, Benton, & Bockh (2014) yang meliputi lima tahapan: memahami situasi, perancangan strategi, penciptaan pesan, implementasi dan pemantauan, serta evaluasi dan perencanaan ulang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang empatik, pemanfaatan konten multimedia yang kontekstual, dan partisipasi komunitas merupakan elemen kunci dalam membentuk kesadaran dan menggerakkan audiens. Program SELARAS berhasil menjembatani nilai keberlanjutan pangan dengan kehidupan sehari-hari audiens melalui pendekatan komunikatif yang reflektif dan kolaboratif. Evaluasi berkelanjutan dan keterbukaan terhadap masukan memungkinkan Eathink untuk menjaga relevansi pesan dan memperkuat dampak komunikasi. Penelitian ini merekomendasikan pentingnya komunikasi publik berbasis nilai dan komunitas sebagai strategi dalam membangun kesadaran pangan berkelanjutan di kalangan generasi muda.

Kata kunci : *Behavior Change Communication*, Komunikasi Interpersonal, *Multimedia*, Partisipasi Komunitas

**BEHAVIOR CHANGE COMMUNICATION TO RAISE AWARENESS ON
FOOD SUSTAINABILITY: A STUDY ON THE SELARAS
PROGRAM BY @EATHINK_ID**

(Chaterine Rosalia)

ABSTRACT

The issue of sustainable food consumption remains under-recognized, especially among the younger generation. The SELARAS program by @Eathink.id was initiated to raise awareness and encourage behavior change toward sustainable food practices through a communication strategy that is creative, contextual, and close to the target audience. This study aims to analyze Eathink's communication strategy in fostering behavioral change using the Behavior Change Communication (BCC) approach within the C-Planning framework developed by McKee, Benton, & Bockh (2014). This qualitative study uses a case study method, collecting data through in-depth interviews with key informants involved in the SELARAS program, along with documentation and observations. The findings show that Eathink's communication strategy is aligned with the five stages of C-Planning: Understanding the Situation, Focusing and Designing, Creating, Implementing and Monitoring, and Evaluating and Replanning. Interpersonal communication and multimedia content are used to create persuasive messages, build emotional connections, and encourage community participation. In addition, the involvement of local partners and two-way communication reinforces message relevance. This study concludes that Eathink has succeeded in building a participatory communication model to increase awareness and behavioral change toward sustainable food consumption among urban youth.

Keywords : *Behavior Change Communication, Food Literacy, Interpersonal Communication, Multimedia, Community Participation*

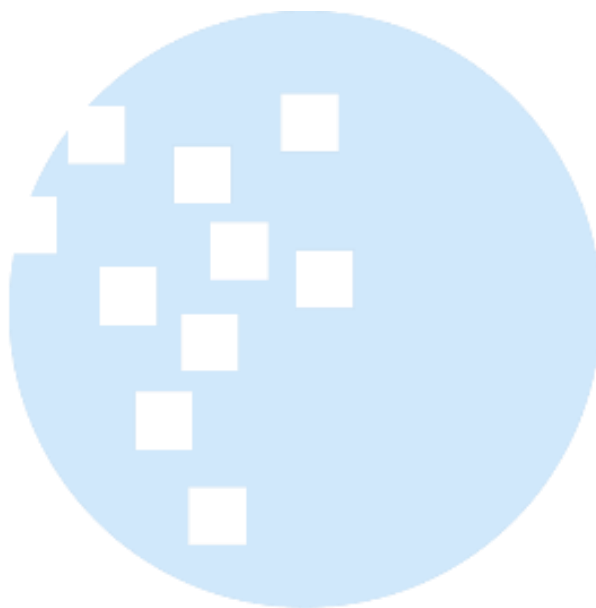
DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	9
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.5 Kegunaan Penelitian	10
1.5.1 Kegunaan Akademis.....	10
1.5.2 Kegunaan Praktis	10
1.5.3 Kegunaan Sosial	11
1.5.4 Keterbatasan Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS.....	13
2.1 Penelitian Terdahulu	13
2.2 Kerangka Konsep	19
2.2.1 Strategi <i>Behavior Change Communication</i> (BCC).....	19
2.2.2 <i>C-Planning Process</i>	29
2.2.3 Pilar Eathink.id	33
2.3 Alur Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
3.1 Paradigma Penelitian	38
3.2 Jenis dan Sifat Penelitian	39
3.3 Metode Penelitian	40
3.4 Pemilihan <i>Key Informan</i>	41
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.6 Keabsahan Data	46
3.7 Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
4.1 Subjek dan Objek Penelitian.....	50
4.1.1 Subjek Penelitian	50
4.1.2 Objek Penelitian.....	53
4.2 Hasil Penelitian.....	55
4.2.1 Latar Belakang dan Tujuan Program SELARAS	56
4.2.2 Proses Eathink dalam Mengimplementasikan Strategi	

	<i>Behaviour Change Communication (BCC)</i>	58
4.2.3	Strategi Komunikasi Eathink untuk Mendorong Perilaku Konsumsi Berkelanjutan dalam Kerangka <i>C-Planning</i>	70
4.3	Pembahasan	79
4.3.2	Peran Komunikasi Interpersonal Dalam Strategi <i>Behavior Change Communication</i>	81
4.4	Dampak Emosional dan Pengalaman Langsung dalam Komunikasi Interpersonal terhadap Perubahan Gaya Hidup	82
4.5	Komunikasi Interpersonal Mendorong Perubahan Afektif dan Perilaku Melalui Keterlibatan Emosional dan Sosial Budaya	83
4.6	Adaptasi Budaya Lokal dan Bahasa Populer Memperkuat Efektivitas Penyampaian Pesan.....	83
4.7	Kombinasi Digital dan Interpersonal Meningkatkan Kesadaran Generasi Muda terhadap Isu Lingkungan.....	84
4.8	Hubungan Dialogis antara Komunikator dan Komunikan Meningkatkan Internalisasi Pesan	84
4.9	Rasa Kepemilikan melalui Apresiasi Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Interpersonal	85
4.10	Keterbatasan Skalabilitas Komunikasi Interpersonal pada Jangkauan <i>Audiens</i> yang Lebih Luas	85
4.10.1	Fungsi Multimedia Dalam Strategi <i>Behavior Change Communication</i>	86
4.11	Keterlibatan Audiens melalui Media Sosial Mendorong Partisipasi Nyata.....	86
4.12	Efektivitas Kombinasi Digital dan Tatap Muka dalam Meningkatkan Kesadaran Isu Pangan.....	87
4.13	Tantangan Keberlanjutan Konten dalam Kampanye Digital	87
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	88
5.1	Kesimpulan.....	88
5.2	Saran	91
5.2.1	Saran Akademis	91
5.2.2	Saran Praktis	92
	DAFTAR PUSTAKA	93
	LAMPIRAN	98

DAFTAR TABEL

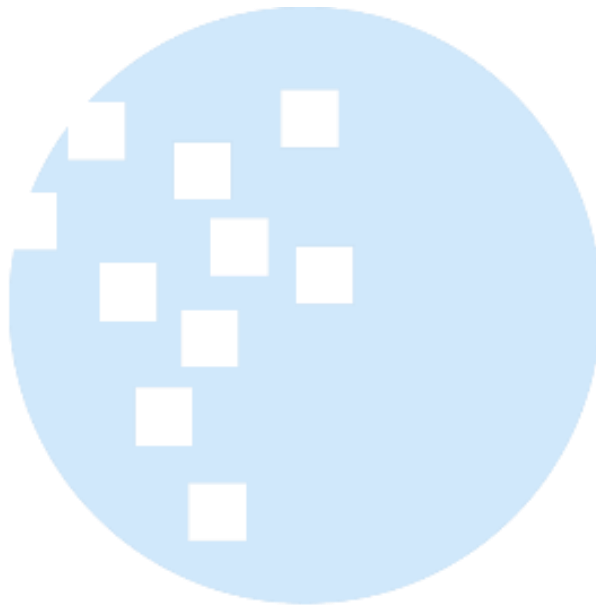
Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu 1.....	16
Tabel 4.1	Metriks Hasil Wawancara 1	77



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR GAMBAR

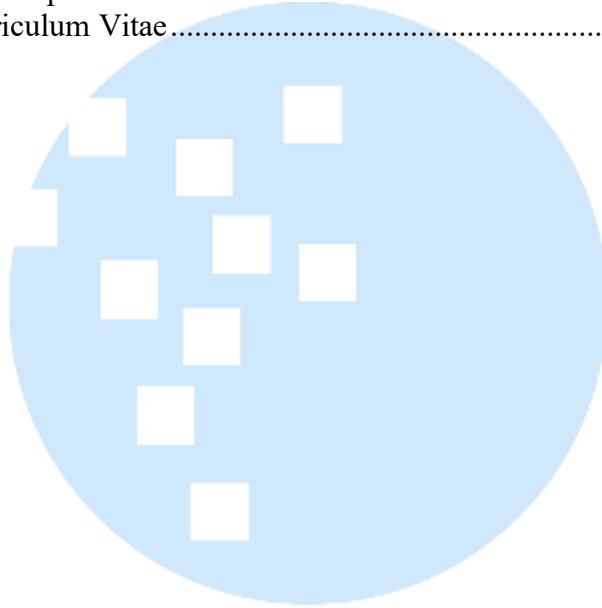
Gambar 4.1	Visual program SELARAS di Instagram	80
Gambar 4.2	<i>Walking Tour</i> Program SELARAS di Lapangan.....	82
Gambar 4.3	<i>Reels</i> Program SELARAS	86



UMN
UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Uji Plagiarisme.....	98
Lampiran B. Formulir Konsultasi Skripsi / Tugas Akhir	99
Lampiran C. Bukti Wawancara	100
Lampiran D. Transkrip Wawancara	101
Lampiran E. Curriculum Vitae.....	167



UMN

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA