

## Analisis Konten Akun TikTok @Chris Putraa Sebagai Media Edukasi Hidup Sehat

Fadhil Maulana Putra Wibowo <sup>1</sup>, Dr. Lusy Mukhlisiana <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Hubungan Masyarakat, Fakultas Komunikasi dan Sosial, Universitas Telkom , Indonesia, [fadhilmpw@student.telkomuniversity.ac.id](mailto:fadhilmpw@student.telkomuniversity.ac.id)

<sup>2</sup> Hubungan Masyarakat, Fakultas Komunikasi dan Sosial, Universitas Telkom , Indonesia, [lusymj@telkomuniversity.ac.id](mailto:lusymj@telkomuniversity.ac.id)

### Abstract

*Social media, particularly TikTok, has evolved into a platform that is not only used for entertainment but also as an educational medium. However, not all creators possess the knowledge to design educational content. This research analyzes viral content from the TikTok account @ChrisPutraa to understand how this platform is utilized as an educational tool in the fields of health and sports. Using a qualitative content analysis approach, this study examines three viral content pieces from the account, focusing on message description, message construction, and the characteristics of the messages used. The findings reveal that viral content possesses inspirational and communicative message characteristics, employing an engaging and easily understandable style for the audience. Additionally, the virality of the content is influenced by factors such as user interaction, the use of storytelling techniques, and visual elements that enhance the content's appeal. This study affirms that TikTok can be an effective educational medium when content is packaged with appropriate communication strategies.*

*Keywords : Content analysis, digital communication, educational media, Tiktok, viral content.*

---

### Abstrak

Media sosial, khususnya TikTok, telah berkembang menjadi platform yang tidak hanya digunakan untuk hiburan tetapi juga sebagai media edukasi. Namun, belum semua konten kreator memiliki pengetahuan untuk merancang konten yang edukatif. Penelitian ini menganalisis konten viral dari akun TikTok @ChrisPutraa untuk memahami bagaimana platform ini digunakan sebagai media edukasi dalam bidang kesehatan dan olahraga. Menggunakan metode analisis konten dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini mengkaji tiga konten viral dari akun tersebut dengan fokus pada deskripsi pesan, konstruksi pesan, dan karakteristik pesan yang digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konten yang viral memiliki karakteristik pesan yang inspiratif, komunikatif, serta menggunakan gaya yang menarik dan mudah dipahami oleh audiens. Selain itu, viralitas konten dipengaruhi oleh faktor seperti interaksi pengguna, penggunaan teknik storytelling, dan elemen visual yang mendukung daya tarik konten. Studi ini menegaskan bahwa TikTok dapat menjadi media edukasi yang efektif apabila konten dikemas dengan strategi komunikasi yang tepat.

Kata Kunci : Analisis konten, komunikasi digital, konten viral, media edukasi, Tiktok.

---

### I. PENDAHULUAN

Media sosial telah menjadi bagian penting dari kehidupan modern. Dengan kemajuan teknologi digital, masyarakat dapat mendapatkan informasi dengan cepat dan fleksibel. TikTok, aplikasi berbasis video pendek yang berfokus pada konten hiburan dan pendidikan, adalah salah satu platform terkenal. TikTok tidak hanya digunakan untuk hiburan, tetapi juga digunakan untuk menyebarkan pengetahuan. Dalam bidang kesehatan dan kebugaran, platform ini menawarkan cara baru dan menarik untuk menyampaikan pendidikan. Menurut penelitian, konten edukasi yang dikemas secara visual dan informatif lebih diterima oleh audiens, terutama generasi muda.

Chrisna Purnama Putra, atau Chris Putra, adalah salah satu orang yang menggunakan TikTok sebagai platform edukasi. Melalui akunnya yang disebut @ChrisPutraa, ia menyampaikan konten tentang pola hidup sehat, fitness, nutrisi, dan motivasi olahraga. Beberapa kontennya menjadi viral, menarik jutaan penonton, dan mendapatkan ribuan interaksi di seluruh dunia. Bagaimana konten edukatif Chris Putra dibuat sehingga menjadi viral dan berpengaruh adalah subjek penelitian ini. Tiga konten viral dianalisis untuk memahami strategi penyampaian pesan, gaya visual, dan pendekatan naratif. Memahami hal ini diharapkan dapat membantu mendorong pemanfaatan media sosial untuk mendukung gaya hidup sehat.

## II. TINJAUAN LITERATUR

### A. Teori Media Baru

Media baru disebutkan oleh McQuail (2011) sebagai jenis komunikasi digital yang menekankan keterlibatan, keterbukaan, dan koneksi global. TikTok, salah satu platform media baru, memungkinkan audiens dan kreator berbicara satu sama lain. Pengguna tidak hanya konsumen; mereka adalah produsen informasi juga.

### B. Teori Logika Pesan

Barbara O'Keefe (1988) mengatakan bahwa setiap orang memiliki cara berpikir dan menyusun pesan yang berbeda. Cara berpikir ini dikelompokkan ke dalam tiga logika: ekspresif, konvensional, dan retorik. Logika retorik digunakan dalam menyusun pesan secara strategis agar dapat membujuk dan menyentuh audiens secara emosional. Ini sangat relevan dalam konteks materi pendidikan yang dimaksudkan untuk mendorong perubahan perilaku.

### C. Media Sosial sebagai Media Edukasi

Media sosial memiliki potensi besar sebagai alat edukasi, menurut Fitriani (2021), karena mereka dapat menjangkau audiens secara luas dengan cepat. TikTok, sebagai media berbasis video, menyampaikan informasi edukatif secara singkat, padat, dan visual dengan sangat baik. Hal ini bermanfaat ketika berbicara tentang subjek yang kompleks seperti kesehatan dan kebugaran.

### D. Tiktok

TikTok adalah aplikasi berbagi video pendek yang diluncurkan pada tahun 2016 oleh ByteDance. Dengan fiturnya, aplikasi ini memungkinkan pengguna membuat video berdurasi 15 detik hingga 10 menit dengan musik latar, filter, dan efek visual. Video yang menarik dan interaktif muncul di halaman utama pengguna (FYP/For You Page) berkat algoritma yang dipersonalisasi oleh TikTok. TikTok memiliki keunggulan dalam menjangkau khalayak luas karena sistem rekomendasi algoritmiknya yang canggih, yang dapat mempopulerkan konten dalam waktu singkat, menurut Nashfati (2023).

Selain itu, fitur interaktif seperti komentar, stitch, duet, dan live stream membantu kreator dan audiens berkomunikasi lebih baik. TikTok telah digunakan untuk mengajar banyak hal, seperti kesehatan, sains, psikologi, dan olahraga. Untuk memberikan informasi praktis dengan cara yang sederhana namun informatif, banyak kreator konten menggunakan platform ini. Sangat cocok untuk menyampaikan pesan yang kompleks dalam waktu yang singkat karena sifatnya yang cepat, dinamis, dan berbasis visual.

### E. Analisis Konten

Menurut Krippendorff (2013), analisis konten melibatkan proses sistematis dalam mengidentifikasi, mengklasifikasikan, dan menganalisis pola komunikasi yang muncul dalam media tertentu. Metode penelitian ini dikenal sebagai analisis konten, dan digunakan untuk memahami makna dari teks, gambar, atau simbol yang ditampilkan dalam media. Dengan menggunakan teknik ini, peneliti dapat menyelidiki makna yang terkandung dalam pesan serta cara audiens memahaminya.

Untuk memahami struktur dan karakteristik pesan dalam konten viral TikTok, penelitian ini menggunakan analisis konten. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, metode ini membantu mengeksplorasi bagaimana kreator membuat dan menyampaikan pesan edukatif kepada audiens melalui strategi komunikasi yang efektif.

### III. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang melibatkan teknik analisis konten. Tiga konten viral dari akun TikTok @ChrisPutraa, yang dipilih berdasarkan banyaknya penayangan, like, komentar, dan share, adalah objek penelitian. Pola komunikasi yang digunakan untuk membuat pesan edukatif diungkapkan dalam penelitian deskriptif. Data dikumpulkan melalui pengamatan tidak langsung terhadap video tertentu, dokumentasi dari media sosial, dan penelitian literatur. Sebuah model yang dikembangkan oleh Krippendorff (2013) digunakan untuk melakukan analisis data, yang terdiri dari enam tahapan: unitizing (penentuan satuan analisis), sampling, recording, reducing, inferring, dan narration.

### IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Pesan

Hasil dari penelitian ini dapat dijabarkan menggunakan tabel sebagai berikut :

Konten	Isi Pesan Utama	Makna Edukasi Yang Disampaikan
Video 1	Wawancara dengan istri Chris mengungkapkan rutinitasnya berolahraga dengan rutin	Menunjukkan bahwa disiplin dan komitmen adalah kunci utama untuk menjalani gaya hidup sehat
Video 2	Kolaborasi dengan atlet bela diri Kkajhe untuk menantang pukulan	mengembangkan semangat kompetisi yang positif sekaligus menekankan pentingnya olahraga untuk kekuatan fisik dan mental
Video 3	Momen penimbangan di ajang DMS Pro Show China, disorot dan dirayakan banyak orang	Menjadi bukti bahwa kerja keras dan konsistensi bisa membawa seseorang meraih pengakuan global

Dalam video pertama, istri Chris diwawancarai tentang kebiasaan olahraga suaminya. Fokus utamanya adalah komitmen dan disiplin yang diperlukan untuk menjalani gaya hidup sehat. Nilai edukatif yang disampaikan adalah bahwa dukungan keluarga dan konsistensi dapat menjadi kunci untuk mendapatkan kesehatan terbaik. Dalam video kedua, Kkajhe, seorang atlet bela diri, bekerja sama untuk membuat tantangan fisik. Pesan pendidikannya menekankan pentingnya olahraga untuk membangun kekuatan fisik dan mental serta menumbuhkan semangat untuk kompetisi yang sehat. Dalam video ketiga, Chris menimbang di DMS Pro Show China. Video ini, yang disorot sebagai peristiwa penting, menyampaikan makna edukatif bahwa dedikasi dan kerja keras dalam dunia kebugaran dapat membawa seseorang ke panggung internasional dan mendapatkan pengakuan internasional.

Seperti yang ditunjukkan oleh hasil analisis deskripsi pesan, setiap video menyampaikan pesan edukatif dengan cara yang berbeda tetapi tetap mendorong prinsip pola hidup sehat. Bersama dengan dukungan visual dan audio, kombinasi pesan verbal dan non-verbal meningkatkan efektivitas komunikasi edukatif dalam konten tersebut.

#### B. Konstruksi Pesan

Hasil dari penelitian ini dapat dijabarkan melalui tabel berikut ini :

Konten	Isi Pesan Utama	Makna Edukasi Yang Disampaikan
Video 1	Cerita emosional dari istri, sudut kamera eye level	Menumbuhkan kedekatan emosional dengan audiens. Penonton merasa bahwa perjuangan Chris relatable dan penuh pengorbanan.
Video 2	Tantangan fisik, storytelling kompetisi	Menarik perhatian penonton lewat elemen hiburan, namun tetap menyisipkan edukasi tentang kekuatan, ketahanan, dan sportivitas.
Video 3	Urutan video rapi, visual panggung profesional	Memberikan kesan prestisius dan inspiratif, memperlihatkan hasil dari kerja keras dan profesionalisme Chris sebagai atlet.

Dalam video pertama, penggunaan sudut kamera eye level dan narasi emosional dari istri Chris menciptakan kedekatan emosional dengan audiens. Hal ini membuat pesan terasa personal dan relatable. Alur cerita kompetisi dan elemen hiburan digunakan dalam video kedua. Dengan memanfaatkan tantangan fisik untuk menarik perhatian, cerita ini tetap memberikan pelajaran kekuatan, ketahanan, dan sportivitas. Pada saat yang sama, video ketiga dibuat dengan urutan visual yang teratur dan pencahayaan profesional di atas panggung. Ide visual ini meningkatkan kesan hormat dan memberikan inspirasi dari pencapaian nyata Chris sebagai atlet profesional.

Menurut kesimpulan dari konstruksi pesan, struktur naratif yang jelas, teknik cerita, dan kekuatan visual sangat penting untuk membuat konten yang menarik, informatif, dan menyentuh secara emosional. Ini membuat pesan lebih mudah dipahami dan diingat oleh audiens.

C. Karakteristik Pesan

Hasil dari penelitian ini dapat dijabarkan melalui tabel berikut ini :

Konten	Isi Pesan Utama	Makna Edukasi Yang Disampaikan
Video 1	Inspiratif & emosional	Cerita menyentuh dengan bahasa santai tapi sopan
Video 2	Humoris & santai	Gaya bahasa dan komunikasi yang kekinian, dekat dengan audiens muda
Video 3	Serius & profesional	Visual kuat, nuansa internasional, penuh motivasi

Dalam video pertama, gaya komunikasi yang inspiratif dan emosional digunakan. Bahasa yang digunakan, yang tetap santai tetapi tetap sopan, sangat cocok untuk menyampaikan pesan yang mendalam dengan cara yang humanis. Video kedua juga memiliki nuansa yang menyenangkan dan menghibur. Gaya bahasanya modern, yang sesuai dengan audiens muda TikTok. Ini menunjukkan kemampuan Chris untuk beradaptasi dengan target penonton. Karakteristik yang serius dan profesional digunakan dalam video ketiga. Pesan yang disampaikan memotivasi audiens untuk bekerja keras untuk mencapai impian mereka, didukung oleh visual yang kuat dan suasana global.

Kesimpulan dari karakteristik pesan menunjukkan bahwa kombinasi gaya komunikasi yang komunikatif, inspiratif, dan autentik adalah kunci keberhasilan konten. Untuk meningkatkan daya tarik dan efektivitas pesan, penyesuaian nada dan suasana hati dengan konteks serta karakteristik unik kreator diperlukan.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Studi ini menemukan bahwa video di TikTok dapat berfungsi sebagai media edukasi, terutama tentang kesehatan dan olahraga. Menurut analisis yang dilakukan terhadap tiga konten viral dari akun @ChrisPutraa, pesan yang disampaikan harus komunikatif dan emosional, memiliki struktur naratif yang kuat, dan memiliki visual yang mendukungnya. Pesan yang disampaikan harus tidak hanya informatif tetapi juga menginspirasi, sehingga mereka dapat menjangkau audiens yang lebih besar dan memicu keterlibatan emosional.

B. Saran

Strategi komunikasi yang menyentuh dan informatif sangat penting bagi para kreator konten. Untuk membuat konten pendidikan lebih efektif, pendekatan naratif yang menarik, penggunaan visual yang kuat, dan penyesuaian gaya bahasa untuk audiens yang dituju sangat penting. Selanjutnya, peneliti disarankan untuk membandingkan lebih banyak akun TikTok yang berfokus pada konten pendidikan untuk memperluas subjek penelitian mereka. Dengan demikian, mereka dapat memperluas pemahaman mereka tentang bagaimana media sosial berfungsi sebagai alat pembelajaran publik.

## REFERENSI

- Fitriani, Y. (2021). Pemanfaatan Media Sosial sebagai Media Penyajian Konten Edukasi. *Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research*, 5(4), 1006--1013.
- McQuail, D. (2011). *Teori Komunikasi Massa*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Murtiastuti, L. (2020). *Teori Media Baru: Konsep dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- O'Keefe, B. (1988). *Message Design Logic: A Theory of Communication*. New York: Routledge.
- Virdaus, A. (2019). *Teori Logika Pesan dalam Komunikasi*. Jakarta: Gramedia.
- Nashfati, M. (2023). *TikTok sebagai Media Komunikasi Digital: Strategi, Algoritma, dan Perilaku Pengguna*. Bandung: CV Pustaka Media Digital.
- Krippendorff, K. (2013). Methodology, Content Analysis: An Introduction to its. In *International encyclopedia of communication*.

