

Peran Media Sosial Dalam Menyebarkan Pesan King of Sparko Tentang Pentingnya Berolahraga

Rizal Mutaqin¹, Eka Wira Dharmawan², Dwi Shinta Dharmopadni³, Ghani Mutaqin⁴

Universitas Gadjah Mada¹
Bulaksumur, Caturtunggal, Kec. Depok, Kabupaten Sleman,
Daerah Istimewa Yogyakarta

Universitas Diponegoro²
Jl. Prof. Soedarto S.H. Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim^{1,3,4}
Jl. Gajayana No.50, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang

Alamat email Koresponden: rizalmutaqin@mail.ugm.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini menginvestigasi peran media sosial dalam menyebarkan pesan King of Sparko tentang pentingnya berolahraga serta dampaknya pada perilaku berolahraga masyarakat Indonesia. Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam dan analisis konten media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial memainkan peran penting dalam mendukung kampanye King of Sparko. Konten visual yang kreatif, seperti gambar dan video, terbukti efektif dalam menarik perhatian dan memotivasi pengikut untuk berolahraga. Kampanye yang melibatkan pengikut dalam kontes dan tantangan berhasil dalam meningkatkan keterlibatan dan partisipasi masyarakat. Selain itu, pesan-pesan yang menekankan manfaat kesehatan fisik dan mental dari berolahraga berhasil memengaruhi persepsi dan perilaku masyarakat. Kampanye King of Sparko telah membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya berolahraga dan memotivasi mereka untuk memulai atau meningkatkan aktivitas fisik mereka. Implikasi hasil penelitian ini adalah bahwa media sosial memiliki potensi besar sebagai alat promosi kesehatan yang efektif. Kampanye kesehatan di masa depan dapat mempertimbangkan strategi yang melibatkan pengikut, menekankan manfaat kesehatan, dan menggunakan konten visual yang menarik untuk memengaruhi perilaku masyarakat dalam mendukung gaya hidup aktif dan sehat.

Kata Kunci : *Media Sosial, King of Sparko, Berolahraga, Kampanye Kesehatan, Perilaku Masyarakat*

ABSTRACT

This research investigates the role of social media in spreading King of Sparko's message about the importance of exercise and its impact on the exercise behavior of Indonesian people. This research adopts a qualitative approach by collecting data through in-depth interviews and social media content analysis. The research results show that social media plays an important role in supporting the King of Sparko campaign. Creative visual content, such as images and videos, has proven effective in attracting attention and

motivating followers to exercise. Campaigns that engage followers in contests and challenges are successful in increasing community engagement and participation. In addition, messages emphasizing the physical and mental health benefits of exercise successfully influence people's perceptions and behavior. The King of Sparko campaign has helped raise people's awareness of the importance of exercise and motivated them to start or increase their physical activity. The implication of the results of this research is that social media has great potential as an effective health promotion tool. Future health campaigns could consider strategies that engage followers, emphasize health benefits, and use engaging visual content to influence people's behavior in favor of an active and healthy lifestyle.

Keywords : *Social Media, King of Sparko, Exercising, Health Campaigns, Public Behavior*

PENDAHULUAN

Latar belakang penelitian ini muncul dari keprihatinan terhadap peningkatan masalah kurangnya aktivitas fisik di kalangan masyarakat Indonesia. Masalah ini menjadi perhatian serius karena berdampak pada kesehatan masyarakat secara umum. Pola hidup yang kurang aktif dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit kronis, seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung. Semakin banyak orang yang mengalami masalah kesehatan ini, semakin besar beban pada sistem perawatan kesehatan nasional. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana pesan tentang pentingnya berolahraga dapat disebarkan secara efektif kepada masyarakat Indonesia (Rihiantoro and Widodo 2018).

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari banyak orang, termasuk di Indonesia. Media sosial merupakan platform komunikasi yang memiliki jangkauan yang luas dan pengaruh yang besar terhadap pola pikir dan perilaku individu. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi peran media sosial dalam menyebarkan pesan-pesan terkait olahraga dan kesehatan kepada masyarakat. Media sosial memiliki potensi untuk menjadi alat yang sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran tentang manfaat berolahraga dan mendorong individu untuk mengadopsi gaya hidup aktif (Bagasasi-bandung and Bagasasi-bandung 2019).

King of Sparko merupakan julukan bagi founder Sparko Indonesia yang telah mengambil inisiatif dalam mempromosikan gaya hidup aktif di Indonesia. Sebagai tokoh yang dikenal oleh masyarakat, King of Sparko memiliki peran penting dalam menyebarkan pesan tentang pentingnya berolahraga (Prasetyo 2015). Dia dapat memanfaatkan daya tarik julukannya tersebut, termasuk endorser yang terkait, untuk mempengaruhi persepsi masyarakat tentang olahraga. Oleh karena itu, penelitian ini akan menginvestigasi peran King of Sparko dalam kampanye kesehatan dan bagaimana dia memanfaatkan media sosial untuk mencapai tujuan ini. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang peran media sosial bagi King of Sparko dalam promosi gaya hidup aktif, kita dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk meningkatkan tingkat aktivitas fisik di kalangan masyarakat Indonesia (Rahman et al. 2021).

Tujuan penelitian ini secara khusus difokuskan pada dua aspek penting yang berkaitan dengan peran media sosial dan kampanye King of Sparko dalam mendorong perilaku

berolahraga masyarakat Indonesia. Pertama, penelitian bertujuan untuk menganalisis peran media sosial dalam menyebarkan pesan King of Sparko tentang berolahraga. Media sosial telah menjadi saluran komunikasi yang sangat efektif dalam menyampaikan pesan-pesan kepada masyarakat luas. Dengan menganalisis bagaimana media sosial digunakan untuk menyebarkan pesan King of Sparko, penelitian ini akan mengidentifikasi strategi yang efektif dan jenis konten yang paling mempengaruhi masyarakat untuk lebih aktif dalam berolahraga (Adityawan 2015).

Kedua, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak kampanye King of Sparko melalui media sosial pada perilaku berolahraga masyarakat Indonesia. Ini mencakup pemahaman tentang sejauh mana kampanye tersebut telah berhasil dalam mengubah perilaku dan sikap masyarakat terhadap berolahraga (Adityawan 2015). Dalam hal ini, penelitian akan mengukur apakah kampanye ini telah meningkatkan tingkat kesadaran tentang pentingnya berolahraga, mengubah kebiasaan berolahraga, atau bahkan menginspirasi masyarakat untuk terlibat dalam aktivitas fisik yang lebih aktif. Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan yang mendalam tentang efektivitas kampanye King of Sparko dalam mencapai tujuan kesehatan dan olahraga mereka melalui media sosial. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan informasi yang berharga bagi perencanaan kampanye kesehatan di masa depan serta pengembangan strategi yang lebih efektif dalam mendorong masyarakat Indonesia untuk rajin berolahraga (Santika 2020).

METODE

Metode Observasi

Metode ini merupakan teknik pengumpulan data, dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung ke pengusaha UMKM untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan. Metode observasi sering kali diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada subyek penelitian.

Metode Wawancara

Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara si peneliti dengan masyarakat. Keterangan-keterangan yang hendak diperoleh melalui wawancara biasanya adalah keterangan dalam memperoleh dan memastikan fakta, memperkuat kepercayaan, memperkuat perasaan dan mengenali standar kegiatan.

Metode Penyuluhan

Metode penyuluhan adalah cara yang sistematis untuk mencapai suatu tujuan yang telah direncanakan melalui diskusi, rapat dan pertemuan praktek. Setiap orang belajar melalui banyak cara yang berbeda-beda sesuai dengan kemampuan menangkap pesan yang diterima.

PEMBAHASAN

Peran Media Sosial dalam Menyebarkan Pesan King of Sparko tentang Berolahraga

Hasil penelitian ini memberikan wawasan yang berharga tentang peran media sosial dalam kampanye King of Sparko yang bertujuan untuk menyebarkan pesan tentang pentingnya berolahraga kepada masyarakat. Salah satu temuan utama adalah bahwa King of Sparko telah menggunakan media sosial sebagai alat yang sangat efektif dalam mencapai audiens target mereka. Mereka telah memanfaatkan berbagai platform media sosial, termasuk Instagram, Facebook, Twitter, dan YouTube, untuk menyebarkan pesan-pesan berolahraga mereka.

Temuan lainnya adalah bahwa jenis konten visual, seperti gambar dan video, telah menjadi elemen kunci dalam strategi media sosial King of Sparko. Konten visual ini memiliki daya tarik yang tinggi dan lebih cenderung mendapatkan interaksi dan keterlibatan dari pengikut mereka. Video-video yang memperlihatkan aktivitas fisik, pelatihan, atau cerita inspirasional dari individu yang berubah menjadi lebih sehat melalui olahraga telah menjadi salah satu elemen penting dalam kampanye mereka.

Selain itu, hasil penelitian juga mengungkapkan bahwa kampanye King of Sparko yang melibatkan kontes atau tantangan berdampak besar dalam meningkatkan keterlibatan pengikut mereka. Kontes-kontes semacam itu mendorong partisipasi aktif dari masyarakat, membuat mereka merasa terlibat dalam perubahan positif dalam hidup mereka sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa strategi yang melibatkan pengikut dalam kampanye olahraga dapat memiliki dampak yang lebih signifikan daripada sekadar memberikan informasi.

Selain itu, temuan penelitian ini juga menggambarkan bahwa pesan-pesan yang menekankan manfaat kesehatan fisik dan mental dari berolahraga telah menjadi poin utama dalam kampanye King of Sparko. Ini mencerminkan kesadaran mereka tentang pentingnya mengkomunikasikan manfaat yang dapat dirasakan secara pribadi oleh masyarakat.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa King of Sparko telah berhasil memanfaatkan media sosial dengan baik untuk menyebarkan pesan berolahraga yang dapat memengaruhi persepsi dan perilaku masyarakat Indonesia. Temuan-temuan ini dapat memberikan panduan berharga bagi kampanye kesehatan dan olahraga serupa untuk merancang strategi media sosial yang lebih efektif dalam mendorong gaya hidup aktif.

Dampak Kampanye King of Sparko melalui Media Sosial pada Perilaku Berolahraga

Hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang dampak kampanye King of Sparko melalui media sosial pada perilaku berolahraga masyarakat Indonesia. Salah satu temuan utama adalah bahwa kampanye tersebut telah memiliki dampak yang signifikan dalam mendorong masyarakat untuk lebih aktif dalam berolahraga. Beberapa temuan kunci meliputi:

1. Peningkatan Kesadaran: Kampanye King of Sparko melalui media sosial berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat Indonesia tentang pentingnya berolahraga. Pesan-pesan yang disampaikan secara konsisten dan menarik melalui platform media sosial telah berhasil mencapai berbagai kelompok usia dan latar belakang.
2. Motivasi untuk Berolahraga: Dampak kampanye ini tidak hanya sejauh kesadaran, tetapi juga dalam hal motivasi. Masyarakat yang terpapar pesan-pesan King of Sparko melalui media sosial merasa lebih termotivasi untuk memulai atau meningkatkan aktivitas fisik mereka. Cerita inspirasional, tantangan, dan konten yang membangkitkan semangat berolahraga berhasil menginspirasi orang untuk bergerak.

3. Perubahan Perilaku: Selain meningkatkan motivasi, kampanye ini juga memengaruhi perilaku berolahraga. Banyak individu yang sebelumnya kurang aktif menjadi lebih rajin berolahraga, bahkan hingga mengadopsi gaya hidup yang lebih sehat. Ini mencerminkan dampak positif yang signifikan dari kampanye King of Sparko dalam merubah praktik berolahraga masyarakat.
4. Partisipasi dalam Program King of Sparko: Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa banyak orang yang menjadi pengikut setia King of Sparko di media sosial juga aktif berpartisipasi dalam program-program dan acara-acara yang diselenggarakan oleh King of Sparko. Hal ini menunjukkan bahwa kampanye media sosial berhasil menggerakkan masyarakat untuk terlibat secara langsung dalam kegiatan berolahraga yang diselenggarakan oleh King of Sparko.

Dengan demikian, hasil penelitian ini mengkonfirmasi bahwa kampanye King of Sparko melalui media sosial memiliki dampak yang positif dan signifikan pada perilaku berolahraga masyarakat Indonesia. Ini membuka peluang bagi upaya-upaya serupa dalam mendorong lebih banyak orang untuk menjalani gaya hidup yang lebih aktif demi kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Implikasi bagi kampanye kesehatan

Hasil penelitian ini memiliki implikasi yang signifikan bagi perancangan dan pelaksanaan kampanye kesehatan di masa depan. Dengan pemahaman lebih dalam tentang bagaimana King of Sparko berhasil memanfaatkan media sosial untuk mendorong aktivitas fisik di kalangan masyarakat, kampanye kesehatan dapat mengambil beberapa langkah penting berikut:

- Pemanfaatan Media Sosial yang Lebih Efektif: Temuan ini menyoroti pentingnya penggunaan media sosial sebagai alat komunikasi yang efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan. Kampanye kesehatan dapat mempertimbangkan strategi media sosial yang lebih cerdas, termasuk pemilihan platform yang sesuai dengan audiens target mereka dan jenis konten yang paling efektif.
 1. Kreativitas dalam Konten: Penggunaan konten visual dan kreatif yang telah terbukti berhasil dalam kampanye King of Sparko adalah pelajaran berharga. Kampanye kesehatan dapat mengadopsi pendekatan yang serupa, seperti pembuatan video, gambar, atau ilustrasi yang menarik dan memotivasi.
 2. Menggugah Partisipasi: Kampanye King of Sparko yang melibatkan kontes atau tantangan telah berhasil dalam menggugah partisipasi masyarakat. Kampanye kesehatan dapat menciptakan program serupa yang melibatkan audiens secara aktif, memberikan dorongan tambahan bagi individu untuk berolahraga dan hidup sehat.
 3. Menekankan Manfaat Kesehatan: Temuan ini menunjukkan bahwa pesan kesehatan fisik dan mental adalah poin penting yang dapat memengaruhi perilaku. Kampanye kesehatan dapat menekankan manfaat-manfaat kesehatan yang dapat dirasakan secara langsung oleh individu, seperti peningkatan kebugaran, penurunan risiko penyakit, dan peningkatan kesejahteraan emosional.
 4. Kolaborasi dengan Influencer: Berdasarkan pengaruh endorser dalam kampanye King of Sparko, kampanye kesehatan dapat mempertimbangkan kerja sama dengan influencer kesehatan atau olahraga yang memiliki audiens yang besar dan berpengaruh. Kerja sama semacam ini dapat memperluas jangkauan pesan kesehatan.

Dengan mengadopsi pelajaran dari penelitian ini, kampanye kesehatan dapat menjadi lebih efektif dalam memotivasi masyarakat untuk mengadopsi gaya hidup aktif dan menjaga kesehatan mereka. Implikasi ini dapat mengarah pada upaya kesehatan yang lebih berhasil dan berdampak positif pada kesejahteraan masyarakat

Potensi penggunaan media sosial sebagai alat promosi kesehatan lebih lanjut

Hasil penelitian ini membuka pintu untuk memahami potensi penggunaan media sosial sebagai alat promosi kesehatan yang lebih lanjut. Dengan melihat bagaimana King of Sparko berhasil memanfaatkan media sosial dalam kampanye berolahraga mereka, kita dapat mengidentifikasi beberapa implikasi penting yang dapat memengaruhi pendekatan kampanye kesehatan di masa depan:

1. Platform Komunikasi yang Efektif: Temuan ini menunjukkan bahwa media sosial adalah platform komunikasi yang sangat efektif untuk menyebarkan pesan-pesan kesehatan. Kampanye kesehatan di berbagai bidang dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan media sosial ke dalam strategi komunikasi mereka, karena dapat mencapai audiens yang lebih luas dan beragam.
2. Pemilihan Platform yang Tepat: Berdasarkan temuan ini, penting untuk memilih platform media sosial yang sesuai dengan audiens target. Masing-masing platform memiliki karakteristik yang berbeda, dan kampanye kesehatan perlu memahami di mana audiens mereka paling aktif dan berinteraksi. Ini memungkinkan pesan kesehatan untuk mencapai mereka dengan lebih efektif.
3. Konten Kreatif yang Menarik: Konten visual dan kreatif telah terbukti berhasil dalam menarik perhatian pengikut King of Sparko. Kampanye kesehatan dapat mengadopsi pendekatan yang sama dengan menghasilkan konten yang menarik, informatif, dan memotivasi yang dapat memengaruhi perilaku.
4. Keterlibatan Aktif Pengikut: Kampanye kesehatan dapat mendorong keterlibatan aktif pengikut mereka dengan mengadakan kontes, tantangan, atau diskusi yang berhubungan dengan topik kesehatan. Hal ini dapat membantu membangun komunitas yang terlibat dan terlibat dalam perubahan positif.
5. Manfaat Kesehatan yang Ditekankan: Pesan kesehatan yang menekankan manfaat fisik dan mental dari berolahraga adalah pilihan yang efektif dalam kampanye ini. Kampanye kesehatan lainnya dapat mengambil inspirasi dari pendekatan ini untuk mengomunikasikan manfaat kesehatan secara lebih efektif.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa media sosial adalah alat yang sangat potensial dalam promosi kesehatan dan kampanye yang mengedukasi masyarakat tentang manfaat gaya hidup sehat. Implikasi ini dapat membantu pengembangan strategi komunikasi yang lebih efektif dan berdampak pada kampanye-kampanye kesehatan di masa depan, yang pada gilirannya dapat membantu meningkatkan kesadaran dan perubahan positif dalam perilaku kesehatan masyarakat.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian tentang "Peran Media Sosial dalam Menyebarkan Pesan King of Sparko tentang Pentingnya Berolahraga" menggambarkan pentingnya media sosial sebagai alat yang sangat efektif dalam mempengaruhi masyarakat Indonesia untuk lebih aktif berolahraga. King of Sparko telah membuktikan bahwa media sosial bukan hanya platform

untuk berinteraksi secara sosial, tetapi juga alat yang kuat dalam kampanye kesehatan dan promosi gaya hidup aktif.

Dalam penelitian ini, telah teridentifikasi beberapa temuan kunci. Pertama, penggunaan konten visual yang kreatif, seperti gambar dan video, telah menjadi strategi yang sangat efektif dalam menarik perhatian pengikut dan memotivasi mereka untuk berolahraga. Kedua, kampanye yang melibatkan pengikut dalam kontes dan tantangan telah berhasil dalam meningkatkan partisipasi dan keterlibatan masyarakat. Ketiga, pesan-pesan yang menekankan manfaat kesehatan dari berolahraga telah berhasil memengaruhi persepsi dan perilaku masyarakat.

Implikasi dari hasil penelitian ini adalah bahwa media sosial harus dilihat sebagai alat yang sangat potensial dalam mendukung kampanye kesehatan dan promosi gaya hidup sehat. Untuk meningkatkan efektivitas kampanye, perlu dipertimbangkan pemilihan platform yang sesuai dengan audiens target, pembuatan konten yang menarik, strategi yang melibatkan pengikut, dan penekanan pada manfaat kesehatan. Dengan demikian, media sosial dapat terus digunakan

DAFTAR PUSTAKA

- Adityawan, Oki. 2015. "Visualisasi Kampanye Kesehatan Remaja Dalam Media Cetak." *Jurnal Sketsa* 2(1):62–68.
- Aspari. 2016. "Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Bahasa Pada Masyarakat Modern." *Prosiding Simnasiptek: Simposium Nasional Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi* 1(1):10–17.
- Bagasasi-bandung, Stia, and Stia Bagasasi-bandung. 2019. "Lutfi,+5.+Silahudin+dan+Sri+Volum+12+No.1++hal.+63-84." 63–84.
- Fauziah, Rahmi, Ike Atikah Ratnamulyani, and Ali Alamsyah Kusumadinata. 2018. "Efektifitas Promosi Destinasi Wisata Rekreasi Gunung Pancar Melalui Postingan Instagram Media Sosial." *Jurnal Komunikatio* 4(1):27–40. doi: 10.30997/jk.v4i1.1210.
- Firman Mansir, Halim Purnomo. 2021. "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Digital Marketing Dan Media Sosial Sebagai Media Promosi Era Pandemi Covid -19 Di UMKM Panggunharjo Sewon Bantul." *Abdimas Singkeru* 1(1):39-50.
- Hamdi, Saibatul, Munawarah Munawarah, and Hamidah Hamidah. 2021. "Revitalisasi Syiar Moderasi Beragama Di Media Sosial: Gaungkan Konten Moderasi Untuk Membangun Harmonisasi." *Intizar* 27(1):1–15. doi: 10.19109/intizar.v27i1.8191.
- Manela, Citra. 2015. "Pemilihan, Penyimpanan Dan Stabilitas Sampel Toksikologi Pada Korban Penyalahgunaan Narkotika." *Jurnal Kesehatan Andalas* 4(1):338–45. doi: 10.25077/jka.v4i1.243.
- Mutaqin, Rizal. 2024. Analisis Kebijakan Pemanfaatan Kamera Thermal Sebagai Inovasi Persenjataan Militer di TNI AD. Tesis, Magister Kepemimpinan dan Inovasi Kebijakan, Sekolah Pascasarjana. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Mutaqin, Rizal. 2023. Anak IT Juga Bisa Jadi Tentara. Yogyakarta: Nasmedia Pustaka.
- Mutaqin, Rizal dan Dwi Shinta Dharmopadni. 2023. Jejak Digital. Bekasi: Kimshafi Alung Cipta.
- Mutaqin, Rizal dan Dwi Shinta Dharmopadni. 2023. Menggali Dunia Digital. Surabaya:

Pustaka Aksara.

- Mutaqin, Rizal dan Dwi Shinta Dharmopadni. 2023. *Saya Bukan Keluarga TNI, Saya Tidak Punya Uang, Apa Bisa Lolos Jadi TNI*. Yogyakarta: Nasmedia Pustaka.
- Mutaqin, R., Mutaqin, G., & Dharmopadni, D. S. (2024). Dampak Perkembangan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terhadap Dinas Militer. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(3).
- Mutaqin, R., Sahary, F. T., Mutaqin, G., & Dharmopadni, D. S. (2023). PERAN DISINFOLAHTAD DALAM MEMPERCEPAT TRANSFORMASI DIGITAL DI LINGKUNGAN TNI AD. *Academia Praja: Jurnal Ilmu Politik, Pemerintahan, dan Administrasi Publik*, 6(2).
- Mutaqin, R. (2017). Implementasi Fast Guided Filter pada dark channel prior untuk menghilangkan kabut pada citra Gunung Kelud (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Mutaqin, R., Mutaqin, G., Sahary, F. T., & Dharmopadni, D. S. (2023). The Impact of Indonesian Army Information and Data Processing Service Department Programming Training for Indonesian Army. *Jurnal Pertahanan: Media Informasi ttg Kajian & Strategi Pertahanan yang Mengedepankan Identity, Nasionalism & Integrity*, 9(2), 420-426.
- Mutaqin, R., Nugroho, F., & Gumilar, N. (2017, October). Increase dehazing process using fast guided filter on the dark channel prior. In *2017 5th International Conference on Electrical, Electronics and Information Engineering (ICEEIE)* (pp. 77-82). IEEE.
- Pranata, Dedy, and Noortjeanita Kumaat. 2022. "Pengaruh Olahraga Dan Model Latihan Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Remaja: Literature Review." *Jurnal Universitas Negeri Surabaya* 10(02):107–16.
- Prasetyo, Yudik. 2015. "Kesadaran Masyarakat Berolahraga Untuk Peningkatan Kesehatan Dan Pembangunan Nasional." *Medikora* 11(2):219–28. doi: 10.21831/medikora.v11i2.2819.
- Priyono, Bambang. 2012. "Pengembangan Pembangunan Industri Keolahragaan Berdasarkan Pendekatan Pengaturan Manajemen Pengelolaan Kegiatan Olahraga." *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* 2(2):112–23.
- Rachmawati, Imami Nur. 2007. "Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara." *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35–40. <https://doi.org/10.7454/Jki.V11i1.184wawancara>." *Jurnal Keperawatan Indonesia* 11(1):40.
- Rahman, Hamidah, Ramli Ramli, Hairudin La Patilaiya, Monissa Hi. Djafar, and Musiana Musiana. 2021. "Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Peran Aktif Masyarakat Dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular." *BAKTI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* 1(1):1–11. doi: 10.51135/baktivol1iss1pp1-11.
- Rihiantoro, Tori, and Muji Widodo. 2018. "The Relationship between Diet and Physical Activity with the Incidence of Hypertension in Tulang Bawang Regency." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik* 13(2):159.
- Sahary, F. T., Mutaqin, R., Mutaqin, G., & Dharmopadni, D. S. (2023). Transformation of Indonesian Army Personnel to Produce Experts Soldiers in the Field of Technology.

- Jurnal Pertahanan: Media Informasi ttg Kajian & Strategi Pertahanan yang Mengedepankan Identity, Nasionalism & Integrity, 9(1), 167-177.
- Santika, I. Gusti Ngurah Ngurah. 2020. "Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Menghadapi Persoalan Covid-19: Sebuah Kajian Literatur." *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial* 6(2):127. doi: 10.23887/jiis.v6i2.28437.
- Sanusi R. 2020. "Identifikasi Gaya Hidup Pra-Lansia Etnis Tionghoa Dalam Menjaga Kesehatan Dan Kebugaran." *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan* 5(2):180–93.
- Wirga, Evans W. 2016. "Content Analysis on Youtube Social Media to Support Political Campaign Strategies." *Jurnal Ilmiah Informatika Dan Komputer* 21(100):14–26.
- Yusanto, Yoki. 2020. "Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif." *Journal of Scientific Communication (Jsc)* 1(1):1–13. doi: 10.31506/jsc.v1i1.7764.