

**KONSEP DIRI PELAKU VEGETARIAN PADA
KOMUNITAS *INTERNATIONAL NATURE LOVING
ASSOCIATION* (INLA) KOTA PALEMBANG**

SKRIPSI

Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan
mencapai derajat Sarjana Strata 1 (S1) Ilmu Komunikasi



Oleh

**ERICK SETIAWAN SALIM
07031282126141**

**Jurusan Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Sriwijaya
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

**KONSEP DIRI PELAKU VEGETARIAN PADA KOMUNITAS
INTERNATIONAL NATURE LOVING ASSOCIATION (INLA)
KOTA PALEMBANG**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana S-1
Ilmu Komunikasi**

Oleh

**ERICK SETIAWAN SALIM
07031282126141**

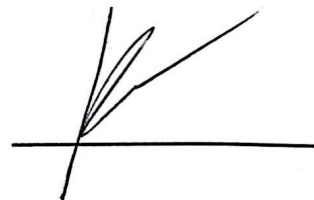
Pembimbing I

**Rindang Senja Andarini, S.I.Kom., M.I.Kom.
NIP. 198802112019032011**



Pembimbing II

**Ryan Adam, S.I.Kom., M.I.Kom.
NIP. 198709072022031003**



**Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Komunikasi**



**Dr. Muhammad Husni Thamrin, M.Si.
NIP 196406061992031001**

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

KONSEP DIRI PELAKU VEGETARIAN PADA KOMUNITAS
INTERNATIONAL NATURE LOVING ASSOCIATION (INLA)
KOTA PALEMBANG

SKRIPSI

Oleh:

ERICK SETIAWAN SALIM
07031282126141

Telah dipertahankan di Depan Komisi Penguji
Pada tanggal 27 Februari 2025
dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat

KOMISI PENGUJI

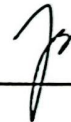
Miftha Pratiwi, M.I.Kom., AMIPR.
Ketua

Eko Pebryan Java, S.I.Kom., M.I.Kom.
Anggota

Rindang Senja Andarini, S.I.Kom., M.I.Kom.
Anggota

Ryan Adam, S.I.Kom., M.I.Kom.
Anggota









Mengetahui,
Dekan FISIP UNSRI,

Prof. Dr. Alfritri, M.Si.
NIP. 196601221990031004

Ketua Jurusan Ilmu Komunikasi,

Dr. Muhammad Husni Thamrin, M.Si.
NIP. 196406061992031001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Erick Setiawan Salim
NIM : 07031282126141
Tempat dan Tanggal Lahir : Palembang, 8 Mei 2002
Program Studi/Jurusan : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : KONSEP DIRI PELAKU VEGETARIAN PADA KOMUNITAS *INTERNATIONAL NATURE LOVING ASSOCIATION* (INLA) KOTA PALEMBANG

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Seluruh data, informasi serta pernyataan dalam pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam karya ilmiah ini, kecuali yang disebutkan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan, penelitian, pengolahan serta pemikiran saya dengan pengarahannya dari pembimbing yang ditetapkan.
2. Karya ilmiah yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari ditemukan bukti ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pembatalan gelar yang saya peroleh melalui pengajuan karya ilmiah ini.

Palembang, 22 Februari 2025
Yang membuat pernyataan,



Erick Setiawan Salim
NIM. 07031282126141

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

"Pendidikan adalah senjata paling ampuh yang dapat digunakan untuk mengubah dunia." - Nelson Mandela

"Kesuksesan bukanlah kunci kebahagiaan. Kebahagiaanlah yang menjadi kunci kesuksesan. Jika kamu mencintai apa yang kamu lakukan, kamu akan sukses."

- Albert Schweitzer

"Never Give Up and Do Your Best"

Persembahan :

Dengan penuh rasa syukur dan terima kasih, penelitian ini saya persembahkan untuk orang tua tercinta yang selalu menjadi sumber kekuatan, inspirasi, dan doa dalam setiap langkah perjalanan hidup saya. Tanpa kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan mereka, saya tidak akan mampu mencapai titik ini. Terima kasih atas segala bentuk cinta tanpa syarat, motivasi yang tiada henti, serta kepercayaan yang selalu diberikan kepada saya. Semoga karya ini dapat menjadi wujud kecil dari rasa terima kasih saya atas segala yang telah diberikan selama ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Konsep Diri Pelaku Vegetarian pada Komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) Kota Palembang" ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana dalam Program Studi Ilmu Komunikasi.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa pencapaiannya tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua dan keluarga penulis yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dan dukungan moral tanpa henti dalam setiap langkah yang penulis tempuh.
2. Bapak Prof. Dr. Taufiq Marwa, S.E., M.Si. selaku Rektor Universitas Sriwijaya yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk menempuh pendidikan di Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Prof. Dr. Alfitri, M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sriwijaya yang telah memberikan dukungan akademik selama masa studi.
4. Bapak Dr. Muhammad Husni Thamrin, M.Si. selaku Ketua Jurusan Program Studi Ilmu Komunikasi yang telah memberikan dukungan akademik selama masa studi.

5. Oemar Madri Bafadhal, S.I.Kom, M.Si., selaku Sekretaris Jurusan Program Studi Ilmu Komunikasi.
6. Ibu Rindang Senja Andarini, S.I.Kom., M.I.Kom. selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang dengan sabar telah membimbing dan memberikan masukan yang sangat berharga dalam penelitian ini.
7. Bapak Ryan Adam, S.I.Kom., M.I.Kom. selaku Dosen Pembimbing II Skripsi yang dengan sabar telah membimbing dan memberikan masukan yang sangat berharga dalam penelitian ini.
8. Bapak Krisna Murti, S.I.Kom., MA. dan Ibu Leti Karmila, M.I.Kom. selaku dosen penguji seminar proposal yang telah memberikan masukan yang sangat berarti bagi peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
9. Ibu Miftha Pratiwi, M.I.Kom., AMIPR., dan Bapak Eko Pebryan Jaya, S.I.Kom., M.I.Kom., selaku dosen penguji sidang skripsi yang telah memberikan masukan yang sangat berarti bagi peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
10. Ibu Elvira Humairah selaku admin Jurusan Ilmu Komunikasi yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi akademik selama penyusunan penelitian ini.
11. Haris, S.E. selaku ketua pengurus *International Nature Loving Association* (INLA) Kota Palembang yang telah membantu memberikan informasi serta akses dalam penelitian ini.
12. Teman-teman seperjuangan di Ilmu Komunikasi yang selalu memberikan semangat dan kebersamaan dalam menjalani masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

13. Komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) Kota Palembang serta para informan yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

14. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan karya ini di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi akademisi, komunitas vegetarian, maupun masyarakat yang tertarik dengan kajian mengenai konsep diri dan gaya hidup vegetarian.

Penulis,
Palembang, 22 Februari 2025

Erick Setiawan Salim
NIM. 07031282126141

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI	I
HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	II
PERNYATAAN ORISINALITAS	II
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	IV
KATA PENGANTAR	V
DAFTAR ISI.....	VIII
DAFTAR GRAFIK	XII
DAFTAR TABEL	XIII
DAFTAR GAMBAR.....	XIV
DAFTAR BAGAN	XV
ABSTRAK.....	XVI
ABSTRACT	XVII
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Kerangka Konseptual	10
2.1.1 Pengertian Konsep Diri	10

2.1.2	Aspek - Aspek Konsep Diri	11
2.1.3	Faktor - Faktor Pembentukan Konsep Diri	14
2.1.4	Jenis Konsep Diri	19
2.1.5	Dimensi Konsep Diri	21
2.2	Kerangka Teoritis	24
2.2.1	Vegetarian	24
2.2.2	Sejarah Vegetarian	25
2.2.3	Faktor yang mempengaruhi menjadi seorang vegetarian	27
2.2.4	Jenis - Jenis Vegetarian	31
2.2.5	Hubungan Antara Vegetarian dan Konsep Diri	33
2.3	Kerangka Pemikiran	33
2.4	Penelitian Terdahulu	36
BAB III METODE PENELITIAN		39
3.1	Desain Penelitian	39
3.2	Definisi Konsep	39
3.2.1	Konsep Diri	39
3.3	Fokus Penelitian	40
3.4	Jenis dan Sumber Data	41
3.4.1	Jenis Data	41
3.4.2	Sumber Data	41
3.5	Informan Penelitian	42
3.6	Teknik Pengumpulan Data	43
3.7	Teknik Keabsahan Data	43
3.8	Teknik Analisis Data	45

BAB IV GAMBARAN UMUM PENELITIAN.....	46
4.1 Deskripsi Umum <i>International Nature Loving Association</i>	46
4.2 Visi dan Misi <i>International Nature Loving Association</i>	47
4.2.1 Visi.....	47
4.2.2 Misi	48
4.3 Struktur Kepengurusan INLA Tahun 2021-2024	48
4.4 Kegiatan Yang Diadakan <i>International Nature Loving Association</i>	48
4.5 Profil Informan Penelitian	50
4.6 Latar Belakang Informan Penelitian	52
4.7 Gambaran Umum Observasi Wawancara	59
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	64
5.1 Hasil Temuan Lapangan	64
5.1.1 Dimensi Pengetahuan	64
5.1.2 Dimensi Pengharapan	68
5.1.3 Dimensi Penilaian	72
5.1.4 Dimensi Imaginasi Tentang Penilaian Orang Lain	75
5.1.5 Dimensi Refleksi Tanggapan Orang Lain	81
5.1.6 Dimensi Persepsi Tentang Diri Sendiri	88
5.2 Proses Pembentukan Konsep Diri	94
5.2.1 Proses Pembentukan Konsep Diri Informan Pertama (JP)	94
5.2.2 Proses Pembentukan Konsep Diri Informan Kedua (M)	98
5.2.3 Proses Pembentukan Konsep Diri Informan Ketiga (LJ)	101
5.2.4 Proses Pembentukan Konsep Diri Informan Keempat (HI)	104
5.2.5 Proses Pembentukan Konsep Diri Informan Kelima (VA)	108

5.2.6 Proses Pembentukan Konsep Diri Informan Keenam (BNR)....	111
5.3 Pembahasan	115
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	119
6.1 Kesimpulan.....	119
6.2 Saran	120
6.2.1 Saran Praktis	120
6.2.2 Saran Akademis	120
DAFTAR PUSTAKA	121
LAMPIRAN	126

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 .1 Jumlah Anggota Vegetarian Di Indonesia	2
---	----------

DAFTAR TABEL

Tabel 2.4 1 Penelitian Terdahulu	36
Tabel 3.3 1 Fokus Penelitian	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Logo <i>International Nature Loving Associations</i>	46
Gambar 4.4. 1 Pergelaran Senam Kasih Semesta	48
Gambar 4.4. 2 Pergelaran <i>Nature Youth Idol</i>	49
Gambar 4.4. 3 Poster <i>Sriwijaya Lantern Festival</i>	49

DAFTAR BAGAN

Bagan 5.2 1 Proses Pembentukan Konsep Diri JP	97
Bagan 5.2 2 Proses Pembentukan Konsep Diri M	101
Bagan 5.2 3 Proses Pembentukan Konsep Diri LJ	104
Bagan 5.2 4 Proses Pembentukan Konsep Diri HI	107
Bagan 5.2 5 Proses Pembentukan Konsep Diri VA	111
Bagan 5.2 6 Proses Pembentukan Konsep Diri BNR.....	115

ABSTRAK

Gaya hidup vegetarian kini semakin berkembang di berbagai lapisan masyarakat. *International Nature Loving Association* (INLA) merupakan salah satu organisasi yang mendukung dan memfasilitasi praktik gaya hidup vegetarian melalui berbagai kegiatan edukasi dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana proses pembentukan konsep diri pelaku vegetarian dalam komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) Kota Palembang. Penelitian ini bertujuan untuk memahami proses pembentukan konsep diri pelaku vegetarian dalam komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) di Kota Palembang. Desain penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian ini menggunakan teori konsep diri dari Calhoun & Acocella dan teori *looking glass self* yang dikemukakan oleh Cooley. Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan proses pembentukan konsep diri pelaku vegetarian dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya lingkungan sosial, pengalaman pribadi, serta eksposur terhadap informasi mengenai gaya hidup vegetarian. Keputusan individu untuk menjalani gaya hidup vegetarian kini tidak hanya didasarkan pada alasan spiritual, tetapi juga aspek kesehatan, moral, dan kepedulian terhadap lingkungan.

Kata Kunci: INLA, Interaksi Sosial, Konsep Diri, Vegetarian.

Pembimbing I



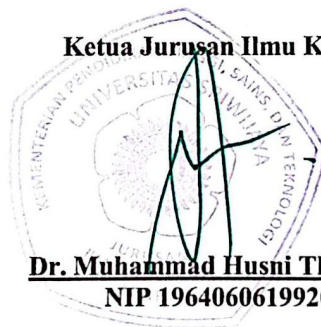
Rindang Senja Andarini, S.I.Kom., M.I.Kom.
NIP. 198802112019032011

Pembimbing II



Ryan Adam, S.I.Kom., M.I.Kom.
NIP. 198709072022031003

Ketua Jurusan Ilmu Komunikasi



Dr. Muhammad Husni Thamrin, M.Si.
NIP 196406061992031001

ABSTRACT

The vegetarian lifestyle is increasingly being adopted by various segments of society. The International Nature Loving Association (INLA) is one of the organizations that supports and facilitates the practice of vegetarianism through various educational and social activities. This study aims to understand the process of self-concept formation among vegetarians within the International Nature Loving Association (INLA) community in Palembang. The research employs a descriptive qualitative method, utilizing the self-concept theory by Calhoun & Acocella and the looking-glass self theory proposed by Cooley. Data collection methods include interviews, observations, and documentation. The findings indicate that the self-concept formation of vegetarians is influenced by various factors, including social environment, personal experiences, and exposure to information about the vegetarian lifestyle. Furthermore, the decision to adopt a vegetarian lifestyle is not solely based on spiritual reasons but also on health, moral, and environmental concerns.

Keywords: *INLA, Self-Concept, Social Interaction, Vegetarianism.*

Advisor I



Rindang Senja Andarini, S.I.Kom., M.I.Kom.
NIP. 198802112019032011

Advisor II



Ryan Adam, S.I.Kom., M.I.Kom.
NIP. 198709072022031003

Head Of Communication Departement



Dr. Muhammad Husni Thamrin, M.Si.
NIP 196406061992031001

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tren gaya hidup vegetarian nampaknya kini menjadi tren gaya hidup yang berkembang secara global. Perkembangan tren gaya hidup vegetarian ini dipengaruhi oleh adanya kesadaran akan manfaat dari menjalankan pola makan yang sehat untuk tubuh. Pola makan vegetarian seringkali dikaitkan dengan pilihan hidup sehat dan kesadaran akan dampak bagi lingkungan dari mengonsumsi sepotong daging. Selain itu, tren vegetarian ini juga didorong oleh peningkatan akses informasi mengenai manfaat kesehatan dari diet berbasis nabati (Craig, 2009). Vegetarian adalah suatu gaya hidup yang menekankan pada pilihan makanan yang berkelanjutan, menghormati hak-hak binatang, dan menekankan pada kepentingan lingkungan dan kesehatan (Fox & Ward, 2008).

Tren vegetarian di Indonesia juga tercermin dalam sebuah laporan riset berjudul *Exploring The Vegetarian Trends In Indonesia* yang dirilis oleh Jakpat. Pada laporan ini menyebutkan bahwa terdapat 11% dari 1.614 responden, mengaku telah memulai gaya hidup dengan mengurangi konsumsi makanan hewani dan 2% lainnya telah menerapkan gaya hidup makan vegetarian. Riset ini juga menjelaskan beberapa alasan mengapa masyarakat Indonesia kini mulai tertarik untuk menerapkan gaya hidup vegetarian, dengan alasan utamanya ialah untuk mengurangi risiko penyakit berbahaya (55%), meningkatkan metabolisme tubuh (37%), dan menurunkan berat badan (37%). Faktor seperti penghematan biaya dan kesehatan kulit juga menjadi pertimbangan seseorang untuk menjalani gaya hidup vegetarian.

Grafik 1.1 Jumlah Anggota Vegetarian Di Indonesia
Data Source: Indonesia Vegetarian Society (IVS)



Pada grafik di atas, dapat dilihat bahwa gaya hidup vegetarian saat ini semakin populer di kalangan masyarakat Indonesia. Menurut data *Indonesia Vegetarian Society (IVS)* pada tahun 2010 terdapat 500.000 anggota yang bervegetarian dan pada bulan Mei 2023 terdapat dua juta anggota yang bervegetarian. *Indonesia Vegetarian Society (IVS)* menyebutkan pada Mei 2023, tercatat ada 2.000 lebih restoran vegetarian dan vegan yang ada di Indonesia.

Pengetahuan gizi seseorang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam memilih makanan untuk dikonsumsi (Lestari et al, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh (Yu Chih Shen et al, 2021) dengan judul “*Vegetarian Diet Is Associated with Lower Risk of Depression in Taiwan*” menunjukkan bahwa kestabilan emosi seseorang dapat dipengaruhi oleh makanan yang dimakan, dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kelompok orang yang bervegetarian cenderung memiliki emosi yang lebih stabil di bandingkan orang yang non-vegetarian. Penemuan hasil penelitian yang sama juga didapatkan

oleh Cahyana (dalam Hidayat, 2019) terkait kendali emosi pada kelompok mahasiswa yang menjalankan gaya hidup vegetarian dan non-vegetarian, hasil penelitian menunjukkan bahwa, kelompok mahasiswa yang menjalani gaya hidup vegetarian memiliki kendali emosi yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang tidak menjalani gaya hidup vegetarian.

Menjadi seorang vegetarian kini bukanlah hanya sebuah ajaran agama tertentu ataupun faktor kesehatan. Konsep vegetarian kini telah berkembang menjadi sebuah konsep hidup yang peduli akan lingkungan (Poore & Nemecek, 2018). Para ahli antropologi berpendapat, bahwa pola makan dan cara penyajian makanan dalam sebuah keluarga mencerminkan budaya keluarga tersebut, yang dikenal sebagai bagian dari gaya hidup (*life style*). Gaya hidup ini terbentuk melalui interaksi antara budaya dan lingkungan tempat tinggal mereka.

Gaya hidup adalah sebuah manifestasi dari identitas sosial dan budaya seseorang. Gaya hidup mencerminkan nilai - nilai norma sosial dan status sosial individu dalam masyarakat. Ini mencakup beberapa aspek seperti perilaku, aktivitas, opini dan minat yang berkaitan dengan citra diri (KBBI, 2024). Gaya hidup seseorang sering dipengaruhi oleh lingkungan dan norma-norma masyarakat di sekitarnya. Misalnya, seseorang yang tinggal di komunitas yang mendukung gaya hidup vegetarian mungkin akan mengadopsi kebiasaan makan berbasis nabati dan menghindari produk -produk hewani sebagai bagian dari gaya hidup mereka.

Kelompok vegetarian saat ini masih sering dianggap sebagai kelompok minoritas yang belum sepenuhnya dapat diterima oleh masyarakat. Pandangan masyarakat umum terhadap hidangan makanan daging merupakan hidangan yang

istimewa yang harus dihidangkan pada momen dan perayaan tertentu. Sedangkan pada kelompok vegetarian memiliki pandangan yang berbeda, mereka memandang bahwa mengonsumsi daging adalah perilaku yang tidak dibenarkan karena untuk menghasilkan sepotong daging maka hewan harus melalui proses yang menyakitkan bagi mereka (Regan, dalam Lengauer, 2020). Para pelaku vegetarian meyakini bahwa hewan adalah makhluk hidup yang juga dapat merasakan sakit, sama halnya dengan manusia manusia, sehingga mereka menganggap bahwa mengonsumsi daging adalah sebuah tindakan yang tidak bermoral.

Menjalankan gaya hidup sebagai seorang vegetarian dapat menimbulkan beberapa tantangan dalam interaksi sosial. Misalnya seorang vegetarian akan mempertahankan dan berpegang teguh atas keyakinan dan prinsipnya dalam memandang gaya hidup vegetarian. Mereka seringkali menghadapi tantangan dalam lingkungan sosial yang di mana konsumsi daging dianggap hal yang lumrah. Tantangan ini dapat meliputi tekanan dari teman, keluarga, atau masyarakat yang mungkin tidak memahami atau mendukung pilihan mereka (Craig, 2022).

Menurut McConnell (2011) dalam *Multiple Self-Aspects Framework*, konsep diri adalah struktur kompleks yang mencakup pandangan individu tentang dirinya berdasarkan berbagai aspek kehidupan, termasuk peran sosial, keyakinan, dan nilai-nilai. Konsep diri terbentuk melalui interaksi sosial dan pengalaman pribadi, serta dipengaruhi oleh persepsi diri dan ekspektasi orang lain. Dalam konteks vegetarianisme, pelaku vegetarian membangun konsep diri berdasarkan keyakinan mereka terhadap etika lingkungan, kesehatan, dan kesejahteraan hewan.

Pandangan ini tidak hanya memengaruhi bagaimana mereka menjalani kehidupan sehari-hari, tetapi juga berpengaruh terhadap bagaimana mereka dipersepsikan oleh lingkungan sosial mereka.

Dalam teori komunikasi, konsep diri terbentuk melalui komunikasi intrapersonal dan komunikasi interpersonal (DeVito, 2019). Komunikasi intrapersonal berperan dalam membentuk dan mempertahankan konsep diri seorang individu melalui refleksi diri, keyakinan, serta pengalaman pribadi. Seorang vegetarian, misalnya, melakukan dialog internal mengenai alasan memilih pola makan berbasis nabati, baik dari aspek kesehatan, etika, maupun lingkungan. Sementara itu, komunikasi interpersonal berperan dalam bagaimana konsep diri tersebut dipertahankan atau diuji melalui interaksi dengan lingkungan sosial. Pelaku vegetarian sering kali harus menjelaskan pilihan gaya hidupnya kepada keluarga, teman, atau masyarakat yang mungkin belum sepenuhnya memahami atau menerima pola makan tersebut.

Selain komunikasi interpersonal, komunikasi massa juga memainkan peran penting dalam membentuk konsep diri dan persepsi masyarakat terhadap gaya hidup vegetarian. Media sosial, kampanye kesehatan, dan publikasi ilmiah tentang manfaat pola makan berbasis nabati telah membantu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap vegetarianisme. Informasi yang positif mengenai gaya hidup vegetarian melalui media sosial dapat meningkatkan sikap positif masyarakat terhadap pola makan berbasis nabati serta memperkuat konsep diri seorang vegetarian.

Dalam konteks komunikasi, gaya hidup vegetarian juga melibatkan proses negosiasi identitas dengan lingkungan sosial. Teori negosiasi identitas (Ting-

Toomey, 2015) menjelaskan bahwa individu sering kali harus menyesuaikan cara mereka berkomunikasi agar dapat diterima dalam lingkungan yang berbeda. Seorang vegetarian, misalnya, mungkin perlu menjelaskan alasan mereka memilih pola makan nabati kepada keluarga atau teman yang tidak familiar dengan gaya hidup tersebut. Proses ini dapat memperkuat ataupun justru melemahkan konsep diri mereka sebagai seorang vegetarian, tergantung pada bagaimana reaksi yang diterima dari lingkungan sekitar.

Teori interaksi simbolik (Mead, 2018) menjelaskan bahwa identitas seseorang dibangun melalui respons dan persepsi orang lain terhadapnya. Dengan demikian, pemahaman tentang konsep diri dalam komunikasi tidak hanya membantu menjelaskan bagaimana seorang vegetarian membentuk identitasnya, tetapi juga bagaimana mereka menegosiasikan dan mempertahankan identitas tersebut dalam dinamika sosial yang lebih luas.

Dalam konteks vegetarianisme, individu yang memilih gaya hidup ini tidak hanya membentuk konsep dirinya melalui keyakinan pribadi, tetapi juga melalui interaksi dengan masyarakat yang mungkin memiliki pandangan berbeda. Oleh karena itu, memahami hubungan antara konsep diri dan komunikasi menjadi penting untuk melihat bagaimana pelaku vegetarian beradaptasi, mempertahankan identitasnya, serta menghadapi berbagai tantangan sosial dalam interaksi mereka. Pelaku vegetarian sering kali menghadapi tantangan dalam berkomunikasi dengan lingkungan yang mayoritasnya masih mengonsumsi daging. Tekanan sosial dari keluarga, teman, atau masyarakat yang belum sepenuhnya menerima konsep gaya hidup vegetarian ini dapat memengaruhi bagaimana seorang vegetarian membangun dan mempertahankan konsep dirinya.

Pelaku vegetarian dengan konsep diri yang positif, akan merasa lebih bahagia saat menjalani gaya hidup vegetarian. Berbeda dengan pelaku vegetarian dengan konsep diri yang positif, pelaku vegetarian dengan konsep diri yang negatif cenderung merasa kurang percaya diri dan cemas ketika berada di lingkungan yang mungkin tidak mendukung gaya hidup vegetarian. Seorang pelaku vegetarian akan memiliki kepekaan yang lebih terhadap kritik terkait gaya hidup vegetarian yang mereka jalani, karena kritik tersebut tertuju pada dirinya sendiri (Nuswantoro, 2011)

Meskipun gaya hidup vegetarian telah mengalami perkembangan yang cukup baik, namun masih terdapat keluarga, teman dan masyarakat yang belum mendukung sepenuhnya terkait gaya hidup vegetarian. Hal ini dikarenakan oleh masih banyaknya masyarakat yang memandang pentingnya menjaga tradisi dan kebudayaan (Herlinda, dalam Hidayat 2019).

Komunitas INLA menjadi salah satu wadah bagi para pelaku vegetarian, untuk menemukan dukungan sosial dan meningkatkan kesadaran diri mereka. Di dalam komunitas ini para pelaku vegetarian dapat membentuk identitas yang kuat seputar gaya hidup mereka, yang dipengaruhi oleh nilai-nilai yang dianut oleh INLA, seperti cinta alam, harmoni sosial, dan kesehatan.

Dalam penelitian berjudul "*Konsep Diri Pelaku Vegetarian Pada Komunitas International Nature Loving Association Kota Palembang*" peneliti ingin mencari tahu bagaimana pembentukan konsep diri pelaku vegetarian pada komunitas *International Nature Loving Association* Kota Palembang. Pemilihan komunitas ini di dasarkan pada adanya nilai-nilai dukungan pada komunitas INLA terhadap pelaku vegetarian, hal ini memberikan peluang bagi penelitian untuk

mengeksplorasi bagaimana para anggota komunitas INLA, khususnya yang telah bervegetarian dalam jangka waktu yang lama, membentuk dan memaknai konsep diri mereka di tengah lingkungan sosial yang lebih luas di Kota Palembang.

Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang cara pelaku vegetarian membentuk identitas diri. Penelitian ini diharapkan dapat membantu memahami bagaimana komunikasi dan interaksi sosial mempengaruhi pembentukan identitas pelaku vegetarian, bagaimana pesan-pesan yang berkaitan dengan gaya hidup vegetarian diterima dan dimaknai oleh masyarakat Palembang, serta meningkatkan kesadaran dan penerimaan masyarakat terhadap pola makan vegetarian. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif terhadap pemahaman yang lebih baik dan dukungan yang lebih efektif bagi individu yang memilih gaya hidup vegetarian.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana proses pembentukan konsep diri pelaku vegetarian dalam komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) di Kota Palembang?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk memahami proses pembentukan konsep diri pelaku vegetarian dalam komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) di Kota Palembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam konteks kajian strategi komunikasi yang memiliki keterkaitan dengan pembentukan konsep diri para pelaku vegetarian. Penelitian ini dapat menjadi literatur dan referensi bagi peneliti di masa mendatang.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk memberikan sarana bagi para pelaku vegetarian pada komunitas *International Nature Loving Association* (INLA) untuk membagikan informasi, pandangan dan pengalaman seputar gaya hidup vegetarian. Selain itu, Hasil penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman terkait konsep diri para pelaku vegetarian pada komunitas INLA Kota Palembang, yang dapat digunakan untuk membuat kampanye dan meningkatkan kesadaran masyarakat terkait gaya hidup vegetarian

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, R. S., & Nugroho, P. A. (2020). Konsep diri remaja dalam budaya makan sehat. *JURNAL SOSIAL HUMANIORA*, 11(1), 87. <https://doi.org/10.30997/jsh.v11i1.2189>
- Cooley, C. H. (1902). *Human Nature And The Social Order*. Cornell University Library. <http://www.archive.org/details/cu31924032559316>
- Craig, W. J. (2009). Health effects of vegan diets. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 89(5), 1627S-1633S. <https://doi.org/10.3945/ajcn.2009.26736n>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- DeVito, J. A. (2019). *The interpersonal communication book* (15th ed.). Pearson.
- Fatmawati, A.S. (2019). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA*. Skripsi, Universitas Semarang. <https://repository.usm.ac.id/files/skripsi/F11A/2015/F.131.15.0062/F.131.15.0062-15-File-Komplit-20190305042136.pdf>
- Febriyanto, B.N. (2011). *Konsep Diri Pelaku Vegetarian (Studi Kasus pada Pelaku Vegetarian di Wilayah Kota Semarang Tahun 2011)*. Skripsi Universitas Negeri Semarang <https://lib.unnes.ac.id/7499/1/10528.pdf>
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., Jonata, Mashudi, I., Hasanah, N., Maharani, A., Ambarwati, K., Noflidaputri, R., Nuryami, & Waris, L. (2022). *Metodologi penelitian kualitatif*. PT. Global Eksekutif Teknologi. https://www.researchgate.net/profile/Anita-Maharani/publication/359652702_Metodologi_Penelitian_Kualitatif/links/6246f08b21077329f2e8330b/Metodologi-Penelitian-Kualitatif.pdf
- Fitria, A.N. (2022). *Pengaruh Konsep Diri dan Interaksi Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA Negeri 2 Blitar*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/17233/1/Skripsi_1707016093_Arina_Nuril_Fitria.pdf
- Fox, N., & Ward, K. (2008). Health, ethics and environment: A qualitative study of vegetarian motivations. *Appetite*, 50(2-3), 422-429. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2007.09.007>
- Ge, J., Scalco, A., & Craig, T. (2022). Social influence and meat-eating behaviour. *Sustainability*, 14(13), 7935. <https://doi.org/10.3390/su14137935>

- Hartanti, J. (2018). *Konsep Diri Karakteristik berbagai Usia*. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. <https://repository.unipasby.ac.id/id/eprint/3933/1/Konsep%20Diri%20%28karakteristik%20berbagai%20usia%29%20Dr.%20JAHJU%20HARTANTI%20M.%20Psi.%20.pdf>
- Hidayat, A.S. (2019). *Konsep Diri Pada Vegetarian*. Skripsi, Universitas Negeri Jakarta. http://repository.unj.ac.id/3149/1/AJI%20SAEPUL%20HIDAYAT_115151312_SKRIPSI_KONSEP%20DIRI%20PADA%20VEGETARIAN.pdf
- Kaluku, K., & Inamah, I. (2022). *Diet Vegetarian Terhadap “Growth Spurt” Remaja (Studi Literatur)*. GLOBAL HEALTH SCIENCE. <https://jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/view/ghs7209/7209>
- Karmila, P. (2020). *Profil pengunjung pada restoran vegetarian Karuna Jalan Depok No. 47A di Semarang* (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Keith, L. (2009). *The vegetarian myth: Food, justice, and sustainability*. PM Press.
- Lea, E. J., Crawford, D., & Worsley, A. (2006). Public views of the benefits and barriers to the consumption of a plant-based diet. *European Journal of Clinical Nutrition*, 60(7), 828–837. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602387>
- Lengauer, E. (2020). Tom Regan’s Philosophy of Animal Rights: Subjects-of-a-Life in the context of Discussions of Intrinsic and Inherent Worth. *Problemos*, 97, 87–98. <https://doi.org/10.15388/problemos.97.7>
- Lestari, P. Y., Tambunan, L. N., & Lestari, R. M. (2022). Hubungan Pengetahuan tentang Gizi terhadap status Gizi Remaja. *Jurnal Surya Medika*, 8(1), 65-69. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i1.3439>
- Maya, I. (2023). *Hubungan Konsep Diri Dengan Pemilihan Karir Siswa Di SMAN 11 Kota Jambi*. Skripsi, Universitas Jambi. <https://repository.unja.ac.id/59018/2/skripsi%20maya%20cetak%20.pdf>
- McConnell, A. R. (2011). The multiple self-aspects framework: How self-concept representation influences the stability of the self. *PsycEXTRA Dataset*. <https://doi.org/10.1037/e634112013-194>
- Mead, G. H. (2018). *Mind, self and society*. Forum.
- Megawati, C. N. (2021). ANALISIS TINGKAT KESUKAAN PADA NUGGET DENGAN BAHAN DASAR SINGKONG (MANIHOT ESCULENTA). https://repository.ampta.ac.id/1181/1/COVER%20-%20BAB%201_opt.pdf

- Musri, A. (2020). *Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Dalam Mematuhi Aturan Pada Santri Dayah Insah Qurani Sibreh Aceh Besar*. Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/12145/1/Amalia%20Musri,%20150901105,%20FPSI,%20PSIKOLOGI,%20082370537092.pdf>
- Nasution, A. F. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif*. CV. Harfa Creative.
- Nathania, L., & Hartanto, B. (2021). Konsep Diri: Analisis Kesadaran Lingkungan Kaum vegan dan vegetarian di Britania Raya. *Scriptura*, 11(1), 10–17. <https://doi.org/10.9744/scriptura.11.1.10-17>
- Navita, S. (2016). *Hati Yang gembira adalah obat*. Bentang Pustaka.
- Neuman, W. L. (2014). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches* (7th ed.). Pearson.
- Nezlek, J. B., & Forestell, C. A. (2019). Vegetarianism as a social identity. *Current Opinion in Food Science*, 33, 45-51. <https://doi.org/10.1016/j.cofs.2019.12.005>
- Nur Nuzulul Lailil M. (2022). *Konsep diri mahasiswi salafi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya teori looking glass of self Charles Horton Cooley* (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. https://digilib.uinsa.ac.id/51783/2/Nur%20Nuzulul%20Lailil%20Mukarrommah_E91217104.pdf
- Octavianti, M., Karimah, K. E., & Devi, V. P. (2022). Pengalaman komunikasi penganut hare Krishna sebagai vegetarian Di provinsi Bali. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 11(1), 49-59. <https://doi.org/10.14710/interaksi.11.1.49-59>
- Oyserman, D., Elmore, K., & Smith, G. (2012). Self, self-concept, and identity. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd ed., pp. 69-104). Guilford Press.
- Poore, J., & Nemecek, T. (2018). Reducing food's environmental impacts through producers and consumers. *Science*, 360(6392), 987-992. <https://doi.org/10.1126/science.aag0216>
- Pudianingtias, M. D. (2015). *Hubungan Konsep Diri Dan Kesejahteraan Psikologis Dengan Penyesuaian Sosial Remaja Yang Tinggal Di Penampungan SOS Children Village Medan* [Master's thesis]. <https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/20792/1/131804048%20%20Maria%20Diah%20Wulan%20Pudianingtias%20Fulltext.pdf>

- Rahayu, T. (2017). *Pengetahuan Tentang Vegetarian dan Pola Makan Pengunjung di Restoran Loving HUT Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta*. 16, 1–9.
- Ruby, M. B. (2012). *Vegetarianism: A Blossoming Field of Study*. *Appetite*, 58(1), 141-150.
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. PENERBIT KBM INDONESIA.
- Saragih, M. F. (2009). *Vegetarian (Studi Kajian Makan pada Umat Buddha Maitreya)*. Universitas Sumatera Utara.
<https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/61471>
- Shen, Y., Chang, C., Lin, M., & Lin, C. (2021). Vegetarian diet is associated with lower risk of depression in Taiwan. *Nutrients*, 13(4), 1059.
<https://doi.org/10.3390/nu13041059>
- Singer, P. (2015). *Animal Liberation: A New Ethics for Our Treatment of Animals*. Open Road Integrated Media.
<https://grupojovenfl.wordpress.com/wp-content/uploads/2019/10/peter-singer-animal-liberation-1.pdf>
- Sirieix, L., Séré de Lanauze, G., Dyen, M., Balbo, L., & Suarez, E. (2023). The role of communities in vegetarian and vegan identity construction. *Journal of Retailing and Consumer Services*, 75, 103470.
<https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2023.103470>
- Stanfield, P. S. & Hui, Y. H. (2010). *Nutrition and Diet Therapy: Self-Instructional Approaches*. USA: Jones and Bartlett Publishers.
<http://librodigital.sangregorio.edu.ec/librosusgp/28276.pdf>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sukma, W. F. (2015). Pola Konsumsi Dan Status Anemia Pada Vegetarian Vegan. *Jurnal Ahli Gizi RSUD Bandung*, 121-127.
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/wp-content/uploads/2017/12/bayu-JIG-v6n2-Agustus-2015.pdf>
- Sumiasih, N. N. (2015). Pola Hidup Vegetarian Mendambakan Keutuhan dan Pelestarian Lingkungan Hidup. *Jurnal Skala Husada*, 12(2), 147–154.
<https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/wp-content/uploads/2017/12/sumiasih.pdf>
- Ting-Toomey, S. (2015). Identity Negotiation Theory. In J. Bennett (Ed.), *Sage Encyclopedia of Intercultural Competence* (Vol. 1, pp. 418–422). Sage.

Tjoa Holyenty. (2023). Pandangan Salah Umat Maitreya Terhadap Pola Hidup vegetarian. *Dhammavicaya : Jurnal Pengkajian Dhamma*, 7(1), 01-11. <https://doi.org/10.47861/dhammavicaya.v6i1.363>

Trisna, R. (2017). *Pengetahuan tentang vegetarian dan pola makan pengunjung di Restoran Loving Hut Jalan Demangan Baru No. 16 Yogyakarta* (Skripsi, Universitas Negeri Yogyakarta). <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/48564>

Wibawantara, I. D. M. S., Yanti, N. L. P. E., & Nurhesti, P. O. Y. (2020). Perbedaan Kadar Glukosa Darah Vegetarian dan Nonvegetarian. *Jurnal Ners Widya Husada*, 4(1), 9–16. <https://journal.uwhs.ac.id/index.php/jners/article/view/297/304>