

**PENGARUH TERPAAN TAYANGAN DI TIKTOK @GERRYANODV
TERHADAP PERILAKU POLA HIDUP SEHAT GENERASI Z**

(Studi pada *Followers* Akun TikTok @gerryanodv)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar

Sarjana Ilmu Komunikasi

Program Studi Ilmu Komunikasi



Oleh:

Muhammad Ariz Fadhil Buchori

2000497

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

**PENGARUH TERPAAN TAYANGAN DI TIKTOK @GERRYANODV
TERHADAP PERILAKU POLA HIDUP SEHAT GENERASI Z**
(Studi pada Followers Akun TikTok @gerryanodv)

Oleh:
Muhammad Ariz Fadhil Buchori

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

© Muhammad Ariz Fadhil Buchori
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi Undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian
dengan dicetak ulang, fotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

Muhammad Ariz Fadhil Buchori

2000497

**PENGARUH TERPAAN TAYANGAN DI TIKTOK @GERRYANODV
TERHADAP PERILAKU POLA HIDUP SEHAT GENERASI Z
(Studi pada Followers Akun TikTok @gerryanodv)**

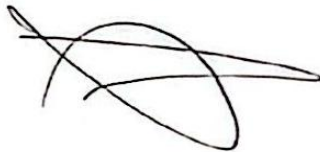
Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



Prof. Dr. Elly Malihah, M.Si.
NIP. 196604251992032002

Pembimbing II :



Dr. Kusnendi, M.S
NIP. 196001221984031003

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi



Dr. Ahmad Fahrul Muchtar Affandi, M.Si
NIP. 198507172014041001

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Pengaruh Terpaan Tayangan Di TikTok @Gerryanodv Terhadap Perilaku Pola Hidup Sehat**" ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keasliankarya saya ini.

Bandung, Agustus 2024

Muhammad Ariz Fadhil Buchori

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan segala kerendahan hati, *Alhamdulillah rabbil 'alamin* saya mengucapkan syukur kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Saya juga bangga dan sangat berterima kasih kepada diri saya sendiri karena sudah berusaha sekuat tenaga selama menempuh Pendidikan di Universitas Pendidikan Indonesia khususnya di Program Studi Ilmu Komunikasi. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu, saya ingin menyampaikan terima kasih yang sangat tulus kepada:

1. Prof. Dr. Elly Malihah, M.Si. dan Dr. Kusnendi, M.S, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Dr. Ahmad Fahrul Muchtar Affandi, M.Si dan seluruh staf pengajar di Program Studi Ilmu Komunikasi, atas ilmu dan pengetahuan yang diberikan selama masa studi saya.
3. Orang tua dan keluarga tercinta, Kaka saya, khususnya ibu saya yang selalu memberikan dukungan moral, materiil, serta doa yang tiada henti untuk keberhasilan saya.
4. Sepupu saya Gerry Bram, terutama Ami Husna Nadin yang paling membantu saya, memberitahu saya bagaimana menulis skripsi.
5. Teman-teman seperjuangan, Alby, Taufiq, Fathur, Fariz, Irfan, Rui, Reyhan, Gisha, Ame, Vickry, Rinda, Azka, Vito yang selalu memberikan dukungan, kebersamaan, dan canda tawa selama masa kuliah.
6. Responden/Peserta Penelitian, yang telah meluangkan waktu dan memberikan informasi yang sangat penting bagi penelitian ini.

Saya mengakui bahwa skripsi ini belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, saya sangat mengharapkan kritik dan saran konstruktif untuk perbaikan di masa depan. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

PENGARUH TERPAAN TAYANGAN DI TIKTOK @GERRYANODV TERHADAP PERILAKU POLA HIDUP SEHAT GENERASI

ABSTRAK

Muhammad Ariz Fadhil Buchori
2000497

Pada zaman sekarang informasi mengenai pola hidup sehat dapat diakses dimanapun karena telah hadirnya internet. Kemudahan akses internet telah mengubah internet menjadi sumber referensi utama dalam mencari informasi. Salah satunya yaitu *TikTok*, sebagai platform media sosial yang populer, telah menjadi sarana bagi pengguna untuk berbagi berbagai jenis konten, termasuk konten kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat pengaruh frekuensi, durasi, dan atensi saat menonton tayangan *TikTok* kesehatan terhadap perilaku pola hidup sehat. Metode penelitian yang digunakan adalah survei kuantitatif dengan melibatkan 156 responden aktif pengguna *TikTok* dari pengikut akun *TikTok* @gerryanodv di generasi Z dengan menggunakan Teknik simple random sampling. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis data yang bersifat deskriptif dan verifikatif melalui regresi linier berganda. Data dalam studi ini diolah menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 16. Teori yang dasar pada penelitian ini adalah teori jarum hipodermik yang memperlihatkan bahwa terpaan tayangan media sosial memiliki korelasi terhadap perilaku pola hidup sehat. Hasil penelitian menunjukkan sebagai berikut. 1)Tanggapan responden terkait pengaruh Frekuensi, durasi, dan atensi saat menonton tayangan video *TikTok* kesehatan berada di dalam kategori kuat 2) Terdapat pengaruh terpaan Tayangan Kesehatan di Tiktok terhadap Perilaku Pola Hidup Sehat dengan nilai sebesar 68,9% dan masuk ke dalam kategori kuat.

Kata kunci: Konten kesehatan, Perilaku Pola Hidup Sehat, Terpaan konten media, *TikTok*.

**THE INFLUENCE OF EXPOSURE TO TIKTOK @GERRYANODV
CONTENT HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIOR ON Z GENERATION**

ABSTRACT

Muhammad Ariz Fadhil Buchori
2000497

In today's era, information about healthy lifestyles can be accessed anywhere thanks to the presence of the internet. The ease of internet access has transformed the internet into the primary source of reference for seeking information. One such platform is TikTok, a popular social media platform that has become a medium for users to share various types of content, including health content. This study aims to examine whether the frequency, duration, and attention when watching health-related TikTok videos influence healthy lifestyle behaviors. The research method used is a quantitative survey involving 156 active TikTok users who follow the TikTok account @gerryanodv from Generation Z, using a simple random sampling technique. This study utilizes a quantitative research approach, applying both descriptive and verificative data analysis techniques through multiple linear regression. The data processing was carried out using IBM SPSS Statistics version 16. The underlying theory in this research is the hypodermic needle theory, which demonstrates that exposure to social media content correlates with healthy lifestyle behaviors. The results of the study are as follows: 1) Respondents' responses regarding the influence of frequency, duration, and attention when watching health-related TikTok videos fall into the strong category. 2) There is an influence of exposure to health content on TikTok on healthy lifestyle behaviors, with a value of 68.9%, which falls into the strong category.

Keywords: Health Content, Healthy Lifestyle Behavior, Media Content Exposure, TikTok.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	10
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.5 Sistematika Penulisan	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
2.1 New Media.....	12
2.2 Media Sosial.....	12
2.3 Terpaan Media	14
2.4 Terpaan Media Sosial.....	16
2.5 Konten Media Sosial.....	17
2.6 Tiktok.....	17
2.7 Perilaku Pola Hidup Sehat	18
2.8 New Media Sebagai Platform Edukasi Kesehatan Tubuh	21
2.9 Teori Jarum Hipodermik.....	22
2.10 Penelitian Terdahulu	23
2.11 Kerangka Berfikir	27
2.12 Hipotesis	28
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Desain Penelitian	30
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	30
3.2.1 Populasi.....	30
3.2.2 Sampel.....	30

3.3	Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.4	Definisi Variable Penelitian	32
3.5	Operasional Variable.....	33
3.6	Instrument Penelitian	34
3.6.1	Uji Validitas	34
3.7	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	37
3.8	Uji Asumsi Klasik.....	38
3.8.1	Uji Normalitas.....	38
3.8.2	Uji Multikolinieritas.....	38
3.8.3	Uji Heteroskedastisitas.....	39
3.9	Uji Hipotesis	39
3.9.1	Analisis Regresi Berganda	39
3.9.2	Uji Parsial (Uji T)	40
3.9.3	Uji Simultan (Uji F)	40
3.9.4	Koefisien Determinasi (R^2).....	41
BAB IV	TEMUAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1	Deskripsi Subjek Penelitian	42
4.2	Profile Responden.....	43
4.2.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	44
4.2.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Rentang Usia.....	45
4.2.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	45
4.2.4	Pengalaman Responden Berdasarkan Sumber Informasi.....	46
4.2.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Asal Daerah	47
4.2.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Menggunakan Media Sosial 48	
4.3	Hasil Analisis Deskriptif.....	49
4.3.1	Terpaan Tayangan Kesehatan	49
4.3.2	Perilaku Pola Hidup Sehat	53
4.4	Hasil Analisis Verifikatif	55
4.4.1	Hasil Uji Asumsi Klasik	55
4.4.1.1	Uji Normalitas.....	55
4.4.1.2	Uji Multikolinearitas	55
4.4.1.3	Uji Heteroskedastisitas.....	56
4.4.2	Hasil Uji Regresi Linier Berganda.....	58
4.4.2.1	Hasil Uji Koefisien Determinasi	59

4.4.2.2	Hasil Uji Hipotesis Parsial (Uji t)	60
4.4.2.3	Hasil Uji Hipotesis Simultan (Uji F).....	61
4.5	Pembahasan.....	62
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI		65
5.1	Simpulan	65
5.2	Implikasi	65
5.2.1	Implikasi Teoritis	66
5.2.2	Implikasi Praktis	66
5.3	Rekomendasi.....	67
LAMPIRAN.....		68
Lampiran 1. Surat Keputusan Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi		68
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian.....		71
Lampiran 3. Tabulasi Data		75
Lampiran 4. Bukti Tangkapan Layar Responden yang mengikuti akun <i>TikTok</i> @gerryanodv.....		82
Lampiran 5. Buku Bimbingan		83
Lampiran 6. Hasil Turnitin.....		85

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	23
Tabel 3. 1 Operasionalisasi Variable.....	33
Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas.....	35
Tabel 3. 3 Hasil Uji Reliabilitas	37
Tabel 3. 4 Pedoman Koefisien Determinasi.....	41
Tabel 4. 1 Karakter Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Rentang Usia	45
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	45
Tabel 4. 4 Pengalaman Responden Berdasarkan Sumber Informasi	46
Tabel 4. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Asal Daerah	47
Tabel 4. 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Menggunakan Media Sosial.....	48
Tabel 4. 7 Tanggapan Responden Terhadap Terpaan Tayangan Kesehatan	49
Tabel 4. 8 Tanggapan Responden Terhadap Perilaku Pola Hidup Sehat.....	53
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 4. 10 Hasil Uji Multikolinearitas.....	56
Tabel 4. 11 Hasil Uji Heterokedastisitas.....	57
Tabel 4. 12 Hasil Analisis Regresi Berganda	59
Tabel 4. 13 Hasil Uji Koefisien Determinasi	59
Tabel 4. 14 Pedoman Koefisien Determinasi.....	60
Tabel 4. 15 Hasil Uji Hipotesis Parsial (Uji t)	60
Tabel 4. 16 Hasil Uji Hipotesis Simultan (Uji F)	61
Tabel 4. 17 Bagan Penelitian	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....	28
Gambar 4. 1 Profil Tiktok @gerryanodv.....	43
Gambar 4. 2 Hasil Uji Heterokedastisitas	57

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, E., & Andrini, S. (2021). INTENSITAS PENGGUNAAN APLIKASI TIKTOK TERHADAP PERILAKU IMITASI REMAJA. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 134-142.
- Cahyono, A. S. (2016). PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP PERUBAHAN SOSIAL MASYARAKAT DI INDONESIA. *Publiciana*, 140-157.
- Deriyanto, D., & Qorib, F. (2018). PERSEPSI MAHASISWA UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI MALANG TERHADAP PENGGUNAAN APLIKASI TIK TOK. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 77-83.
- Endarwati, E. T., & Ekawarti, Y. (2021). EFEKTIFITAS PENGGUNAAN MEDIA TIK TOK SEBAGAI MEDIA PROMOSI DITINJAU DARI PERSPEKTIF BUYING BEHAVIORS. *MANDAR: Management Development and Applied Research Journal*, 112-120.
- Firamadhina, F. I. (2020). PERILAKU GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK: TikTok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme. *Social Work Jurnal*, 199-208.
- Goodyear, V. A., Wood, G., Skinner, B., & Thompson, J. L. (2021). The effect of social media interventions on physical activity and dietary behaviours in young people and adults: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 1-18.
- HU, C. P., & CHANG, Y. Y. (2017). John W. Creswell, Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches, Sage, 2014, 273 pp. \$ 49 Paperback. *Journal of Social and Administrative Sciences*, 205-207.
- Ideswal, Yahya, & Alkadri, H. (2020). KONTRIBUSI IKLIM SEKOLAH DAN KEPEMIMPINAN KEPALA SEKOLAH TERHADAP KINERJA GURU SEKOLAH DASAR. *Jurnal Basicedu*, 460-466.
- Indrayathi, P. A., Pradnyani, P. E., Januraga, P. P., Ulandari, L. P., Kolozsvari, L. R., Tjahjono, B., . . . Yuliarti, M. S. (2022). Influence of social media exposure on knowledge and behaviour of COVID-19 preventive measure: a cross

- sectional study. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 1257-1266.
- Luviani, A., & Delliana, S. (2020). Pengaruh Terpaan Tayangan Animasi Nussa Official (Cuci Tangan Yuk) di Youtube terhadap Perilaku Imitasi Anak. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1-7.
- Mulyana, D. (2002). Pengaruh Terpaan Informasi Kesehatan di Televisi terhadap Sikap Hidup Sehat Keluarga. *Jurnal Komunikasi*, 309-321.
- Mustikasari, R. P. (2018). Pengaruh Terpaan Web Series Tropicana Slim ‘Sore’ pada Behavioral Intention. *Jurnal Komunikatif Vol. 7*, 1-24.
- Pasca, Y. D. (2019). PENGARUH PENDAPATAN USAHA DAN BIAYA OPERASIONAL TERHADAP LABA BERSIH SURVEY PADA PERUSAHAAN JASA SUB SEKTOR TRANSPORTASI YANG TERDAFTAR DI BURSA EFEK INDONESIA. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 163-173.
- Sarinastiti, R., Fajriyanto, A. N., Prabumukti, D. R., Insani, M. K., Aziz, W. N., Fortuna, L. D., & Khoirunisa, N. (2018). Analisis Pengetahuan Perilaku Hidup Sehat dan Pemanfaatan Puskesmas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 61-71.
- Sembada, S. D., Pratomo, H., Fauziah, I., Amani, S. A., Nazhofah, Q., & Kurniawati, R. (2022). PEMANFAATAN MEDIA ONLINE SEBAGAI SARANA EDUKASI KESEHATAN PADA REMAJA : TINJAUAN LITERATUR. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 564-574.
- Setiawati, M., & Pratiwi, A. (2022). Tiktok Sebagai Media Edukasi Perawatan Kecantikan. *Jurnal IMWI*, 416-430.
- Tjandrawinata, R. R. (2016). Industri 4.0: revolusi industri abad ini dan bioteknologi. *Jurnal Medicinus*, 1-13.
- Watie, E. D. (2011). Komunikasi dan Media Sosial(Communications and Social Media). *THE MESSENGER*, 69-75.
- Xu, L., Yan, X., & Zhang, Z. (2019). Research on the Causes of the "Tik Tok" App Becoming Popular and the Existing Problems. *Journal of Advanced Management Science Vol. 7, No. 2*, 1-5.

- Duggan, M., & Smith, A. (2015). "The demographics of social media users". Pew Research Center.
- Stavros, C., Meng, M. D., Westberg, K., & Farrelly, F. (2019). "Understanding fan motivation for interacting on social media with their favorite sports teams". *Sport Management Review*, 17(4), 455-469.
- Frederick, E. L., Lim, C. H., Clavio, G., & Walsh, P. (2020). "Why We Follow: An Examination of Parasocial Interaction and Fan Motivations for Following Athlete Archetypes on Twitter". *Journal of Sport Management*, 28(4), 481-493.
- Zhang, Y., et al. (2020). "Gender Differences in Online Health Information Seeking: A Review of the Literature."
- Wooldridge, J. M. (2010). *Introductory Econometrics: A Modern Approach*. South-Western College Pub.
- Sarah M. Johnson & David R Smith. (2021). Exploring TikTok's Popularity Among Gen Z: An Analytical Study. *Journal of New Media & Society*.
- Rachel S. Thompson & James K. Anderson. (2020). Physical Activity, Diet, and Their Effects on Mental Well-being: A Comprehensive Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*
- Understanding User Engagement on TikTok: A Study of Continuous Viewing Behavior" oleh Emily R. Williams dan David L. Adams di *Journal of Digital Media & Policy* (2022)
- "The Impact of Video Length and Engagement on TikTok: A Study of User Behavior" oleh Emily R. Lee dan Thomas P. Young di *Journal of Social Media Research* (2021).