

**ANALISIS RESEPSI KHALAYAK TERHADAP MAKNA GAYA HIDUP SEHAT
PADA AKUN *INFLUENCER* TIKTOK
(Studi Kasus Pada Konten Gaya Hidup Sehat Akun @Dndntlia)**

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai salah syarat untuk memperoleh gelar S.I.Kom



SYLVIA DEWI SRI MULIANI SINURAYA

1221003056

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS EKONOMI DAN ILMU SOSIAL
UNIVERSITAS BAKRIE**

JAKARTA

2026

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sylvia Dewi Sri Muliani Sinuraya

NIM : 1221003056

Tanggal : 17 September 2026

Tanda Tangan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Sylvia', with a stylized flourish at the end.

Sylvia Dewi Sri Muliani

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Bakrie, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sylvia Dewi Sri Muliani Sinuraya

NIM : 1221003056

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial

Jenis Tugas Akhir : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Bakrie Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

ANALISIS RESEPSI KHALAYAK TERHADAP MAKNA GAYA HIDUP SEHAT

PADA AKUN *INFLUENCER* TIKTOK

(Studi Kasus Pada Konten Gaya Hidup Sehat Akun @Dndntlia)

Dengan hak ini Universitas Bakrie berhak melakukan penyimpanan, alih media mengelola, merawat dan mempublikasikan tugas karya akhir saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis pada penelitian ini. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 17 September 2026

Yang menyatakan,



Sylvia Dewi Sri Muliani

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan Oleh :

Nama : Sylvia Dewi Sri Muliani Sinuraya

NIM : 1221003056

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial

Judul Skripsi : Analisis Resepsi Khalayak Terhadap Makna Gaya Hidup Sehat Pada Akun
Influencer Tiktok (Studi Kasus Pada Konten Gaya Hidup Sehat Akun
@Dndntlia)

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial, Universitas Bakrie.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Ruth Putryani Saragih, S.I.Kom., M.Si. ()

Penguji 1 : Alifia Firliani, S.Ikom., M.A. (HCM) ()

Penguji 2 : Octaviniant Aspary, S.I.K., M.Si. ()

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal : 17 September 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat, karunia, dan kemudahan yang telah diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Analisis Resepsi Khalayak terhadap Makna Gaya Hidup Sehat pada Akun Influencer TikTok (Studi Kasus pada Konten Gaya Hidup Sehat Akun @Dndntlia)" ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial, Universitas Bakrie. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala limpahan rahmat, hidayah, kekuatan, dan kesehatan yang tiada henti diberikan kepada peneliti. Berkat izin dan pertolongan-Nya, peneliti mampu melewati setiap rintangan, kesulitan, dan rasa lelah selama proses penyusunan skripsi ini, mulai dari tahap pencarian ide, penelitian, hingga penulisan akhir. Peneliti percaya bahwa tidak ada satupun proses ini yang dapat terselesaikan tanpa campur tangan dan kemudahan yang Allah SWT berikan di setiap langkahnya. Segala puji hanya milik-Nya atas nikmat ilmu, kesabaran, dan keteguhan hati yang dianugerahkan kepada peneliti hingga detik ini.
2. Kedua orang tua peneliti tercinta, Yanda dan Bunda, yang menjadi sumber kekuatan terbesar peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas doa yang tidak pernah putus di setiap sujud dan waktu, atas kasih sayang yang tulus tanpa syarat, serta atas dukungan yang selalu diberikan tanpa berhenti. Terima kasih telah selalu percaya pada kemampuan peneliti, bahkan di saat peneliti sendiri sempat merasa ragu. Terima kasih atas setiap kata semangat yang diucapkan di saat peneliti merasa lelah, setiap pengertian yang diberikan di saat peneliti sibuk dan sulit dihubungi. Gelar ini bukan hanya pencapaian peneliti seorang, melainkan buah dari doa, kerja keras, dan kasih sayang Yanda dan Bunda yang tiada tara. Skripsi ini penulis persembahkan pertama dan utama untuk keduanya.
3. Ibu Prof. Ir. Sofia W. Alisjahbana, M.Sc., Ph.D., selaku Rektor Universitas Bakrie, yang telah memimpin institusi ini dengan penuh dedikasi, terima kasih atas kesempatan dan fasilitas yang telah diberikan kepada para mahasiswa salah satunya peneliti untuk menempuh pendidikan di Universitas Bakrie serta menyelesaikan tugas akhir ini.

4. Ibu Dra. Suharyanti, M.S.M., selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial, Universitas Bakrie, atas kepemimpinan, arahan dan dukungan yang diberikan dalam menjaga kualitas akademik program studi ilmu komunikasi sehingga penulis dapat menempuh pendidikan di lingkungan yang terstruktur hingga bisa menyusun tugas akhir ini dengan baik.
5. Ruth Putryani Saragih, S.I.Kom., M.Si., selaku dosen pembimbing skripsi, yang peneliti hormati dan banggakan. Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran di tengah kesibukan untuk membimbing peneliti dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan perhatian sejak tahap penyusunan proposal hingga terselesaikannya skripsi ini. Terima kasih atas setiap masukan, kritik, dan saran yang membangun, yang telah membuka wawasan peneliti dan mengarahkan penelitian ini ke arah yang lebih baik. Terima kasih pula atas kesabaran Ibu dalam menghadapi setiap pertanyaan dan kebingungan peneliti selama proses bimbingan. Bimbingan dan ilmu yang beliau berikan bukan hanya bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini, tetapi juga menjadi bekal berharga bagi peneliti di masa yang akan datang.
6. Seluruh dosen, staf pengajar, dan karyawan Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial, Universitas Bakrie, yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bantuan administratif yang sangat berarti selama masa perkuliahan penulis. Setiap mata kuliah, diskusi kelas, hingga interaksi di luar ruang kuliah turut membantu penulis menjadi pribadi yang kritis dan berwawasan dalam bidang komunikasi.
7. Rekan-rekan penulis, Aura Rizqia Tifanny dan Tsara Mufidah, serta rekan-rekan bimbingan skripsi lainnya, yang telah menjadi teman berdiskusi, berbagi keluh kesah, dan saling menyemangati selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas setiap dukungan baik berupa kata-kata maupun tindakan yang selalu meyakinkan penulis untuk tidak menyerah serta selalu menemani penulis selama penyusunan skripsi ini.
8. Warung Batak, yang telah menjadi penolong bagi peneliti selama masa penyusunan skripsi. Berkat cemilan dan minuman yang selalu tersedia, peneliti mampu menemani malam-malam panjang begadang mengerjakan skripsi ini hingga selesai.
9. Semua pihak yang telah membantu peneliti baik secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu. Terima kasih atas segala bentuk bantuan, doa, dan dukungannya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun isi. Dengan segala keterbatasan tersebut, penulis berharap penelitian yang tertuang dalam skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca yang membacanya dengan sungguh-sungguh dan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneruskan atau mengkritisi penelitian ini lebih jauh. Akhir kata, dengan segala ketulusan hati, penulis memohon maaf atas segala kekurangan dan kekeliruan yang mungkin ditemukan dalam penelitian ini, dan berharap perjalanan yang panjang ini menjadi titik awal serta titik akhir dari proses belajar penulis yang sesungguhnya.

Jakarta, 22 Agustus 2026

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Sylvia' followed by a stylized surname.

Sylvia Dewi Sri Muliani

ANALISIS RESEPSI KHALAYAK TERHADAP MAKNA GAYA HIDUP SEHAT PADA AKUN *INFLUENCER* TIKTOK (Studi Kasus Pada Konten Gaya Hidup Sehat Akun @Dndntlia)

Sylvia Dewi Sri Muliani

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis resepsi khalayak terhadap makna gaya hidup sehat pada konten akun *influencer* TikTok @dndntlia dengan menggunakan pendekatan analisis resepsi Stuart Hall. Fokus penelitian diarahkan pada pemaknaan audiens yang mengikuti dan berinteraksi dengan konten gaya hidup sehat yang digambarkan oleh sosok Dinda Nathalie, seorang *macro influencer* sekaligus dokter gigi bertubuh *plus size* yang aktif berolahraga di tengah tekanan sosial terkait standar tubuh ideal. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan model studi kasus, menggunakan wawancara mendalam sebagai teknik utama pengumpulan data terhadap sembilan informan. Hasil penelitian menunjukkan adanya tiga posisi pemaknaan sesuai dengan kerangka Stuart Hall: *dominant-hegemonic*, *negotiated*, dan *oppositional*. Pada posisi *dominant-hegemonic*, sebagian informan menerima secara penuh pesan bahwa olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja tanpa menjadikan bentuk tubuh sebagai batasan, serta memaknai konten tersebut sebagai representasi *body positivity*. Pada posisi *negotiated*, informan menerima sebagian pesan namun memberikan penyesuaian berdasarkan pengalaman pribadi, terutama terkait pemahaman bahwa gaya hidup sehat tidak cukup direpresentasikan hanya melalui aktivitas olahraga semata. Sementara pada posisi *oppositional*, informan menolak pesan *body positivity* yang dianggap berpotensi menjadi *toxic positivity* apabila tidak disertai usaha nyata untuk memperbaiki kondisi kesehatan. Temuan tersebut menegaskan bahwa khalayak bersifat aktif dalam proses *decoding* pesan media. Pemaknaan yang berbeda-beda muncul karena masing-masing individu dipengaruhi oleh latar belakang pekerjaan, pengalaman pribadi dalam berolahraga dan menurunkan berat badan, pengetahuan mengenai kesehatan, serta pengalaman konsumsi konten serupa yang telah dibentuk oleh algoritma TikTok. Dengan demikian, gaya hidup sehat pada akun @dndntlia tidak dimaknai secara tunggal oleh khalayak, melainkan dimaknai secara beragam sesuai dengan latar belakang sosial dan kerangka berpikir masing-masing.

Kata kunci: resepsi khalayak, encoding-decoding, gaya hidup sehat, Influencer TikTok

AUDIENCE RECEPTION ANALYSIS OF THE MEANING OF HEALTHY LIFESTYLE ON A TIKTOK INFLUENCER ACCOUNT (A Case Study on Healthy Lifestyle Content of the @Dndntlia Account)

Sylvia Dewi Sri Muliani

ABSTRACT

This study aims to analyze audience reception of the meaning of healthy lifestyle in the content of TikTok influencer account @dndntlia using Stuart Hall's reception analysis approach. The research focuses on the meaning-making process among audiences who follow and interact with healthy lifestyle content portrayed by Dinda Nathalie, a macro influencer and plus-size dentist who remains actively engaged in exercise amid social pressures surrounding ideal body standards. This study employs a qualitative method with a case study design, using in-depth interviews as the primary data collection technique with nine informants. The findings reveal three positions of meaning-making in accordance with Stuart Hall's framework: dominant-hegemonic, negotiated, and oppositional. In the dominant-hegemonic position, several informants fully accepted the message that exercise can be performed by anyone regardless of body shape, interpreting the content as a representation of body positivity. In the negotiated position, informants partially accepted the message while adjusting it based on personal experience, particularly regarding the understanding that a healthy lifestyle cannot be adequately represented through physical exercise alone. Meanwhile, in the oppositional position, informants rejected the body positivity message, viewing it as potentially devolving into toxic positivity when not accompanied by genuine efforts to improve one's health condition. These findings affirm that audiences are active agents in the process of decoding media messages. The variation in meaning-making arises from differences in occupational background, personal experience with exercise and weight loss, health-related knowledge, and prior exposure to similar content shaped by the TikTok algorithm. Accordingly, the meaning of healthy lifestyle on the @dndntlia account is not interpreted uniformly by audiences, but is instead constructed diversely according to each individual's social background and frame of reference.

Keywords: audience reception, encoding-decoding, healthy lifestyle, TikTok influencer

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	i
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep yang Relevan.....	9
2.1.1 Studi Media dan Kajian Budaya	9
2.1.2 Teori Resepsi	10
2.1.3 Gaya Hidup Sehat	12
2.1.3 Media Sosial.....	15
2.1.4 Influencer	18
2.2. Penelitian Sebelumnya dan Pernyataan Kebaruan.....	21
2.2.1 Penelitian Sebelumnya.....	21
2.3 Pernyataan Kebaruan	30
2.4 Model Kerangka Pemikiran	32
.....	33
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN	34
3.1 Desain dan Pendekatan	34
3.2 Objek dan Subjek Penelitian	36
3.2.1 Objek Penelitian.....	36
3.2.2 Subjek Penelitian.....	39

3.3	Pengumpulan Data	40
3.3.1	Wawancara Mendalam.....	40
3.3.2	Dokumentasi	42
3.4	Analisis Data.....	42
3.5	Triangulasi Data.....	44
3.6	Operasionalisasi Konsep.....	46
BAB IV		50
HASIL DAN PEMBAHASAN		50
4.1	Gambaran Konteks Penelitian.....	50
4.1.1	Deskripsi Konten Gaya Hidup Sehat Pada Akun @dndntlia	52
4.2	Penyajian Data	56
4.2.1	Pola Pemaknaan Audiens Terhadap Gaya Hidup Sehat pada Konten TikTok @dndntlia.....	58
4.2.2	Dominant Hegemonic Position	64
4.2.3	Negotiated Position	68
4.2.3	Oppositional Position.....	73
4.3	Hasil dan Pembahasan	79
4.3.1	Dominant Hegemonic Reading: Penerimaan Pesan <i>Body Positivity</i>	80
4.3.2	Negotiated Reading: Penerimaan dan Penyesuaian Makna Gaya Hidup Sehat.....	82
4.3.3	Oppositional Reading: Kritik terhadap Body Positivity, Progres, dan Kredibilitas Influencer	84
4.3.4	TikTok sebagai Ruang Negosiasi Makna	86
4.3.5	Gaya Hidup Sehat sebagai Makna yang Tidak Tunggal	88
BAB V		92
SIMPULAN DAN SARAN		92
5.1	Kesimpulan	92
5.2	Kendala dan Keterbatasan Penelitian.....	93
5.3	Saran dan Implikasi.....	94
5.3.1	Saran untuk Penelitian Berikutnya.....	94
5.3.2	Saran untuk Influencer Gaya Hidup Sehat.....	95
5.3.3	Saran untuk Pelaku Industri Media Digital.....	95
5.3.4	Implikasi	96
DAFTAR PUSTAKA		97
LAMPIRAN		105

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Sebelumnya	25
Tabel 3. 1 Operasionalisasi Konsep.....	47
Tabel 4. 1 Subjek Penelitian.....	57
Tabel 4. 2 Blueprint Umum per Posisi Pemaknaan	76
Tabel 4. 3 Detail Kriteria Penempatan per Informan	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Grafik Pengguna Media Sosial di Indonesia Oktober 2025	4
Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Pemikiran Penelitian (Sumber: Olahan Peneliti).....	33
Gambar 3. 1 Konten Pertama Aktivitas Pilates	36
Gambar 3. 2 Konten Kedua Aktivitas Fitness & Pilates	37
Gambar 3. 3 Konten Ketiga Aktivitas Fitness.....	38
Gambar 4. 1 Konten Gaya Hidup Sehat (Pilates).....	52
Gambar 4. 2 Konten Gaya Hidup Sehat (Perbedaan Gym dan Pilates)	53
Gambar 4. 3 Konten Gaya Hidup Sehat (Kumpulan aktivitas gym).....	55