

EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI MEDIA SOSIAL

TIKTOK BAGI MAHASISWA

(Analisis Resepsi Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM pada Akun Tiktok

@Tirtacipeng)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Program Studi Ilmu Komunikasi



Oleh :

Muhammad Ganif Jordana Kalfat
NIM :202010040311061
Program Studi :Ilmu Komunikasi

Dosen Pembimbing:
Nasrullah S.Sos.,Ms.i.

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
TAHUN 2024**

LEMBAR PENGESAHAN

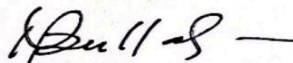
**TIKTOK SEBAGAI MEDIA EDUKASI POLA HIDUP SEHAT BAGI
MAHASISWA
(Analisis Resepsi Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM pada Akun Tiktok
@Tirtacipeng)**

Diajukan Oleh :

Muhammad Ganif Jordana Kalfat
202010040311061

Telah disetujui
senin / 2 September 2024

Pembimbing I


Nasrullah S.Sos.,Ms.i.

Wakil Dekan I

Nasrullah Chairur Rijal, S.IP.,M.Hub.Int.

Ketua Program Studi
Ilmu Komunikasi


Nasrullah, M.Si.

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Muhammad Ganif Jordana Kalfat
202010040311061

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
dan dinyatakan
LULUS
Sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana (SI) Ilmu Komunikasi
Senin, 2 September 2024
Dihadapan Dewan Penguji

Dewan Penguji :

1. **Dr. Joko Susilo, M.Si** ()
2. **Rahmania Santoso, M.I.Kom** ()
3. **Narullah, M.Si.** ()

Mengetahui
Wakil Dekan **MUHAMMAD KHALID** Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



Najamuddin Khalid, S.IP., M.Hub.Int.

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



Lembar Persetujuan Skripsi

Nama : Muhammad Ganif Jordana Kalfat
NIM : 202010040311061
Jurusan : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Malang
Judul Skripsi : ANALISIS RESEPSI INFORMASI EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI APLIKASI TIKTOK PADA AKUN @Tirtactpeng di KALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UMM

Disetujui,
Pembimbing

Nasrullah, S.Sos, M.Si.

Mengetahui,
Ketua Prodi Ilmu Komunikasi

Nasrullah, S.Sos, M.Si.



Kampus I
Jl. Brawijaya, 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 251 (Kampus I)
F. +62 341 466 435

Kampus II
Jl. Brawijaya, Sukasa No. 138 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 349 (Hunting)
F. +62 341 587 060

Kampus III
Jl. Raya Tuguas No. 240 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 310 (Hunting)
F. +62 341 466 435
E. webmaster@umm.ac.id

SURAT PERNYATAAN KARYA ASLI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



SURAT PERNYATAAN

Yang Bertandatangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Ganif Jordana Kalfat
NIM : 202010040311061
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Malang

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa

1. Tugas Akhir dengan Judul :

ANALISIS RESEPSI INFORMASI EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI APLIKASI TIKTOK PADA AKUN @Tirtacipeng di KALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UMM

adalah hasil karya saya dan dalam naskah tugas akhir ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian ataupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

2. Apabila ternyata di dalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, Saya bersedia **TUGAS AKHIR INI DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.

3. Tugas akhir ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 21 Agustus.

Yang Menyatakan,



Muhammad Ganif Jordana Kalfat




Kampus I
Jl. Baweano 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 561 253 (Pusat)
F. +62 341 466 435

Kampus II
Jl. Baweano, Rute No. 188 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 561 149 (Pusat)
F. +62 341 562 060

Kampus III
Jl. Raya Tugu, Rute No. 240 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 404 310 (Pusat)
F. +62 341 463 455
E. webmaster@umm.ac.id

TANDA TERIMA PLAGIASI


 PROGRAM STUDI
ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG


Tanda Terima
Plagiasi

nama : Muhammad Ganif Jordana kalfat
NIM : 202010040311061

tanggal Plagiasi: 22/8 23/8

B I	27	9			BAB IV	0			
B II	19				BAB V	9			
B III	26	8			BAB VI				

Malang, 22 Agustus 2024
Admin Plagiasi Prodi,

M. Dasuki

 PROGRAM STUDI
ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

MALANG

SURAT KETERANG SIAP UJI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



SURAT KETERANGAN

Nomor : E.6.e/ /FISIP-UMM/VIII/2024

Bersama ini kami sampaikan bahwa, mahasiswa:

Nama : Muhammad Ganif Jordana Kalfat
No. Induk Mahasiswa : 202010040311061
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : ANALISIS RESEPSI INFORMASI EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI APLIKASI TIKTOK PADA AKUN @Tirtacipeng di KALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UMM

Telah melakukan bimbingan Tugas Akhir dan Siap Diuji. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan banyak terima kasih

Malang , 21 Agustus 2024

Dosen Pembimbing

Nasrullah, S.Sos, M.Si



Kampus 1
J. Beber, 3 Malang, Jawa Timur
P. no. 341 511 251 (Malang)
F. no. 341 500 431

Kampus 2
J. Bendungan, Arah No. 188 Malang, Jawa Timur
P. no. 341 511 140 (Malang)
F. no. 341 500 000

Kampus 3
J. Raya Tugu, No. 241 Malang, Jawa Timur
P. no. 341 404 2 0 (Malang)
F. no. 341 401 4 5
E. www.umm.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS KULIAH



(*) Coret yang tidak perlu

SURAT KETERANGAN

Nomor : E.6.e/ /FISIP-UMM/VIII/2024



Yang bertanda tangan dibawah ini Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa:



NAMA : Muhammad Ganif Jordana Kalfat
NIM : 202010040311061
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Adalah benar-benar telah menyelesaikan semua mata kuliah pada program S-1 pada semester sembilan tahun akademik 2024 / 2025 dan dinyatakan **BEBAS KULIAH**

Demikin surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan seperlunya.

Malang, 21 Agustus 2024

a.n Dekan

Ketua Program Studi

Nasrullah, S.Sos, M.Si.



Kampus I
Jl. Bambang 1 Malang Jawa Timur
P: +62 341 501 223 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutarni No 188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 501 148 (Hunting)
F: +62 341 582 000

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 404 319 (Hunting)
F: +62 341 400 425
E: webmaster@umm.ac.id

LEMBAR PERSETUJUAN DETEKSI PLAGIASI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



PERATURAN REKTOR NOMOR 2 TAHUN 2017-11-29

TENTANG

PELAKSANAAN DETEKSI PLAGIASI PADA KARYA TULIS ILMIAH DOSEN DAN MAHASISWA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

LEMBAR PERSETUJUAN DETEKSI PLAGIASI

ANALISIS RESEPSI INFORMASI EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI APLIKASI TIKTOK PADA AKUN @Tirtacipeng di KALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UMM

Oleh:

Nama : Muhammad Ganif Jordana Kalfat

NIM : 202010040311061

Telah memenuhi persyaratan untuk dilakukan deteksi plagiasi

Menyetujui,

Malang, 21 Agustus 2024.

Pembimbing I/Promotor

Nasrullah, S.Sos, M.Si.

NIP.10303090338



Kampus I
Jl. Rungkut 1 Malang Jawa Timur
+62 341 461 411 (Malang)
+62 341 466 411 (Malang)

Kampus II
Jl. Brawijaya, Surabaya No. 155 Malang Jawa Timur
+62 341 501 144 (Surabaya)
+62 341 582 000

Kampus III
Jl. Raya Thoyutan No. 345 Malang Jawa Timur
+62 341 404 218 (Malang)
+62 341 461 411
webmaster@umm.ac.id

BERITA ACARA SEMINAR HASIL SKRIPSI

BERITA ACARA SEMINAR HASIL PENELITIAN SKRIPSI

Pada Hari : Kamis
Tanggal : 1 Agustus 2024

Telah dilaksanakan Seminar Hasil oleh:

1. Nama : Muhammad Ganif Jordana Kalfat
2. NIM : 202010040311061
3. Jurusan : Ilmu Komunikasi
4. Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
1. Judul Skripsi : ANALISIS RESEPSI INFORMASI EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI APLIKASI TIKTOK PADA AKUN @Tirtacipeng di KALANGA MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UMM
- 2.
5. Dosen Pembimbing : Nasrullah, S.Sos, M.Si.
6. Dosen Penguji : Dr. Joko Susilo, S.Sos., M.Si

Seminar hasil dilakukan secara daring (*online*) melalui Platform Zoom dengan tautan lir <https://us06web.zoom.us/j/89294687097?pwd=INibiroOp2EZfLfnD035Tw9MZL59Je.1>

Dihadiri oleh dosen pembimbing, dosen penguji serta 10 mahasiswa dengan daftar hadir terlampir. Penyajian seminar hasil dinyatakan LULUS/~~TIDAK LULUS~~.


Mengetahui,
Malang, 21 Agustus 2024

Kaprodi/Sekprodi Ilmu Komunikasi

Dosen Penguji

Dosen Pembimbing


Nasrullah, S.Sos, M.Si.


Dr. Joko Susilo, S.Sos., M. Si.


Nasrullah, S.Sos, M.Si.

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

1. Nama : Muhammad Ganif Jordana Kalfat
2. NIM : 202010040311061
3. Jurusan : Ilmu Komunikasi
4. Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
5. Judul Skripsi : ANALISIS RESEPSI INFORMASI EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI APLIKASI TIKTOK PADA AKUN @Tirtacipeng di KALANGAN MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UMM
6. Pembimbing : Nasrullah, S.Sos, M.Si.
7. Kronologi Bimbingan :

Tanggal	Keterangan	Paraf Pembimbing
16 September 2023	Pengajuan BAB I-III	✓
9 Februari 2024	ACC BAB I-III (melanjutkan penelitian)	✓
16 April 2024	Pengajuan BAB IV	✓
20 Mei 2024	ACC BAB I - IV	✓
7 Juni 2024	Revisi BAB IV	✓
24 Juni 2024	Pengajuan BAB V dan Abstrak	✓
25 Juni 2024	Pengajuan Revisi Abstrak	✓
23 Juli 2024	ACC Abstrak	✓

Malang , 21 Agustus 2024

Dosen Pembimbing



Nasrullah, S.Sos, M.Si.

ABSTRAK

Muhammad Ganif Jordana Kalfat. NIM. 202010040311061. Analisis Resepsi Informasi Edukasi Pola Hidup Sehat Melalui Aplikasi Tiktok Pada Akun @Tirtacipeng di Kalangan Mahasiswa Ilmu Komunikasi Umm. Empat puluh tiga jurnal, lima skripsi, dua website, sembilan buku dan delapan artikel penelitian.

Kata Kunci : Analisis Resepsi, Informasi Edukasi, Media Sosial, Konten Pola Hidup Sehat,

Di era perkembangan teknologi yang pesat, TikTok awalnya dikenal sebagai media untuk hiburan yang memungkinkan pengguna berbagi video pendek dengan berbagai kreativitas. Namun, TikTok kini telah menjadi salah satu media sosial yang sangat digemari oleh anak muda untuk mencari berbagai jenis informasi. Dr. Tirta sebagai salah satu influencer memanfaatkan TikTok untuk mengunggah konten yang mencakup berbagai informasi kesehatan. Mahasiswa sering kali menghadapi kesulitan dalam menjaga pola hidup sehat karena jadwal yang padat dan tuntutan akademik yang tinggi. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji bagaimana mahasiswa merespons konten video pola hidup sehat yang disajikan oleh Dr. Tirta di TikTok, guna memahami bagaimana pemahaman mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM dalam menginterpretasikan pesan media.

Penelitian ini menggunakan metode analisis resepsi, sebuah pendekatan dalam teori komunikasi yang meneliti bagaimana khalayak menerima dan menafsirkan pesan. Berdasarkan konsep encoding-decoding yang dikembangkan oleh Stuart Hall, analisis ini akan mengidentifikasi tiga posisi pembacaan yaitu dominan, negosiasi, dan oposisi dalam memahami bagaimana mahasiswa merespons konten video pola hidup sehat yang diunggah oleh Dr. Tirta di TikTok.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tipe penelitian interpretatif, serta metode studi resepsi menggunakan model encoding-decoding dari Stuart Hall. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Focus Group Discussion. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi yang merupakan cara menyatukan metode dan sumber data yang telah ada.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa enam Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM menempati posisi hegemoni-dominan, menunjukkan kecenderungan yang konsisten dengan seluruh aspek pesan yang disampaikan oleh encoder. Satu lainnya berada pada posisi negosiasi, menerima sebagian pesan kemudian memodifikasinya sendiri. Satu lainnya berada pada posisi oposisi karena menolak seluruh pesan yang disampaikan. Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM membentuk pemaknaan berdasarkan pengetahuan dan pengalaman mereka, seperti latar belakang pribadi, keluarga, teman, media sosial, dan lingkungan akademik.

Malang, 5 Juli 2024

Peneliti



Muhammad Ganif Jordana Kalfat

NIM : 202010040311061

Menyetujui,

Pembimbing



Nasrullah S.sos,M.si

NIP : 10303090398

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbi ‘alamin, puji syukur kehadiran ALLAH swt karena dengan limpahan rahmat serta hidayah-Nya sehingga skripsi dengan judul EDUKASI POLA HIDUP SEHAT MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK BAGI MAHASISWA (Analisis Resepsi Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMM pada Akun Tiktok @Tirtacipeng) dapat terselesaikan. Rasa cinta, rasa syukur, dan terimakasih yang tak terhingga saya ucapkan kepada kedua orang tua saya. Ibunda Fatimah Zahur atas kerja keras, kasih sayang, cinta, serta doa-doanya tidak berhenti mengiringi perjalanan saya sampai sejauh ini. Almarhum ayahanda Kamaludin yang pastinya bangga melihat anak bungsunya akhirnya wisuda. Selesaiannya skripsi ini tidak lepas dari dukungan serta bantuan dari dosen pembimbing saya, Bapak Nasrullah, S.sos, yang selalu memberikan saran, masukan, dan bimbingan dengan penuh kesabaran di tengah kesibukan beliau sehingga skripsi saya ini dapat terselesaikan. Mohon maaf atas segala khilaf kata dan perbuatan yang saya lakukan selama proses bimbingan baik disengaja maupun tidak disengaja. Saya sampaikan pula ucapan terimakasih kepada berbagai pihak atas turut memberikan waktu dan sumbangan pikiran dalam penyelesaian skripsi ini, serta turut membantu baik secara langsung maupun tidak langsung, yaitu:

1. Allah SWT, atas kesabaran, kekuatan dan kesehatan yang diberikan kepada saya.
2. Orangtua tercinta, Ibu Fatimah Zahur dan Alm. Bapak Kamaludin serta saudara saya Amira Balgis dan Jabar Jordana atas doa, dukungan moral dan finansial mereka.
3. Partner spesial saya, Devina Nasywa terimakasih selalu menyemangati dan mendengar segala keluh kesah saya.
4. Bapak Dr. Fauzan, M.Pd, selaku Rektorat Universitas Muhammadiyah Malang.

5. Bapak Nasrullah, S.sos., M.Si, selaku dosen pembimbing saya yang telah sabar membantu, mengarahkan, membimbing dan meluangka waktu sehingga saya dapat menyelesaikan dan memperoleh gelar sarjana
6. Seluruh dosen dan staff Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Malang atas segala ilmu bermanfaat yang telah diberikan.
7. Kepada teman dekat saya Bayu dan Abel serta teman teman satu angkatan yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu.
8. Kepada informan yang telah membantu penelitian dalam tugas akhir skripsi saya.

Ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu namun tidak dapat saya sebutkan satu per satu. Penulis menyadari adanya kekurangan dalam skripsi ini dan dengan kerendahan hati, saya terbuka untuk menerima saran dan kritik yang membangun.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Penulis

Muhammad Ganif Jordana Kalfat

Daftar Isi

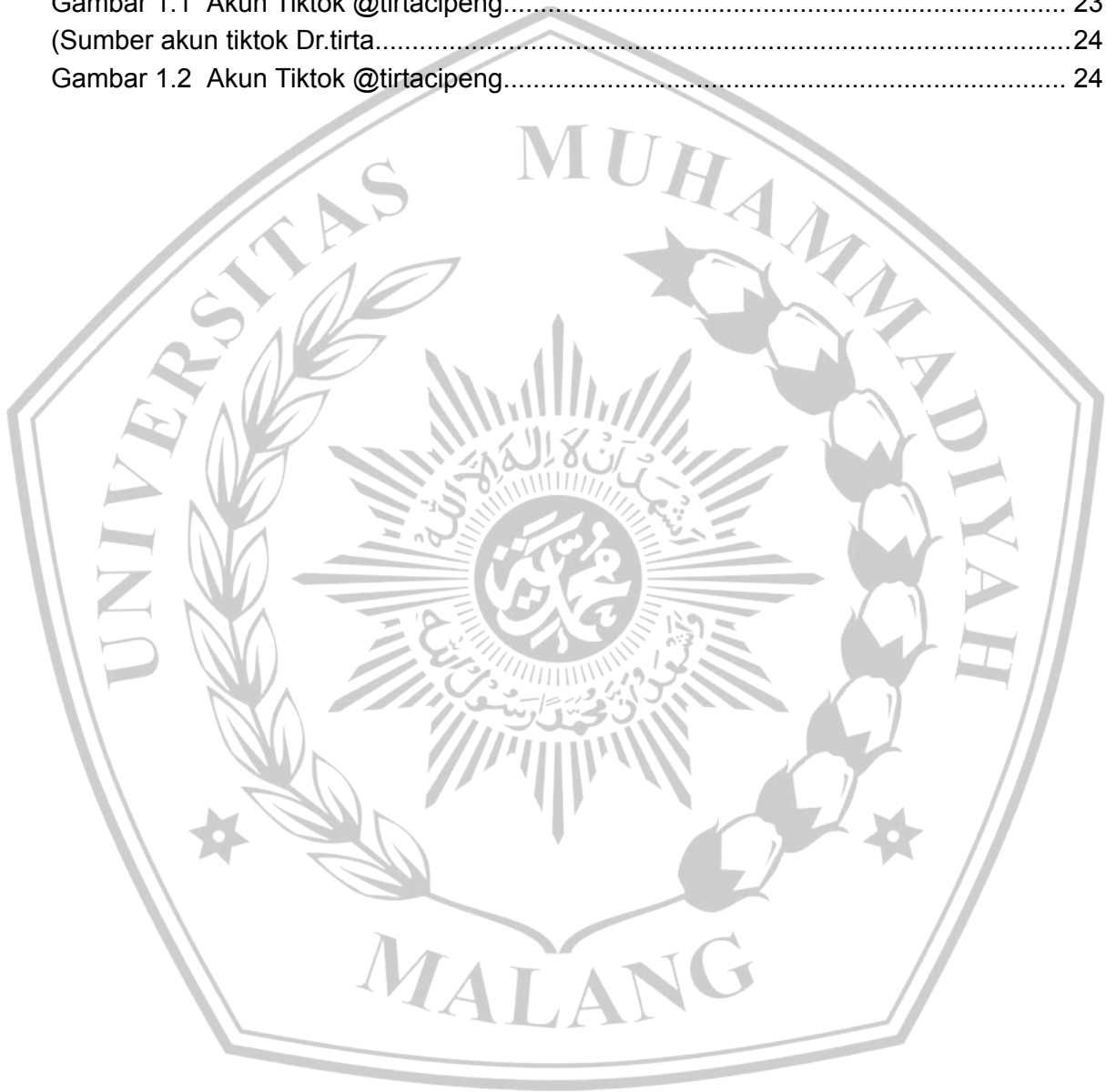
LEMBAR PENGESAHAN.....	1
LEMBAR PENGESAHAN.....	2
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	3
SURAT PERNYATAAN KARYA ASLI.....	4
TANDA TERIMA PLAGIASI.....	5
SURAT KETERANG SIAP UJI.....	6
SURAT KETERANGAN BEBAS KULIAH.....	7
LEMBAR PERSETUJUAN DETEKSI PLAGIASI.....	8
BERITA ACARA SEMINAR HASIL SKRIPSI.....	9
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI.....	10
ABSTRAK.....	11
KATA PENGANTAR.....	12
DAFTAR GAMBAR.....	16
DAFTAR TABEL.....	17
DAFTAR PUSTAKA.....	18
BAB I.....	27
PENDAHULUAN.....	27
1.1 Latar Belakang Masalah.....	27
(Sumber akun tiktok Dr.tirta).....	32
Gambar 1.1 Akun Tiktok @tirtacipeng.....	32
(Sumber akun tiktok Dr.tirta).....	33
Gambar 1.2 Akun Tiktok @tirtacipeng.....	33
1.2 Rumusan Masalah.....	35
1.3 Tujuan Penelitian.....	35
1.4.2. Manfaat Praktis.....	36
BAB II.....	36
TINJAUAN PUSTAKA.....	36
2.1 Informasi Edukasi di Media Sosial.....	36
2.1.2 Informasi Edukasi.....	39
2.2 Konten Pola Hidup Sehat.....	41
2.3 Teori Resepsi Stuart Hall.....	42
2.3.1 Analisis Resepsi.....	43
2.5 Penelitian Terdahulu.....	49
2.6 Fokus Penelitian.....	51
3.1 Metode Penelitian.....	52
3.3 Tipe penelitian.....	53
3.4 Teknik pengumpulan data.....	54
Tabel 3.1 Matrix Pertanyaan.....	56
3.5 Teknik Analisis Data.....	56
3.6 Tempat dan Waktu Penelitian.....	57

3.8 Sumber Data.....	59
3.9 Keabsahan Data.....	59
BAB IV.....	60
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	60
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian.....	60
4.1.1 Profil Dr. Tirta.....	60
4.1.2 Gambaran Akun Tik Tok Dr.Tirta.....	61
4.2 Profil Subjek Penelitian.....	62
4.3 Hasil Penelitian.....	67
4.3.1 Resepsi Audiens Terhadap Dr.Tirta Sebagai Influencer Pola Hidup Sehat.....	67
4.3.2 Resepsi Audiens terhadap Media Sosial Tiktok sebagai Media Konten Edukasi Pola Hidup Sehat oleh Dr.Tirta.....	75
4.3.3 Resepsi Audiens terhadap Konten Edukasi Pola Hidup Sehat Dr. Tirta di Media Sosial Tiktok.....	89
4.4 Pembahasan.....	96
BAB V.....	106
KESIMPULAN DAN SARAN.....	106
5.1 Kesimpulan.....	106
5.2 Saran.....	110



DAFTAR GAMBAR

(Sumber akun tiktok Dr.tirta).....	23
Gambar 1.1 Akun Tiktok @tirtacipeng.....	23
(Sumber akun tiktok Dr.tirta).....	24
Gambar 1.2 Akun Tiktok @tirtacipeng.....	24



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Matrix Pertanyaan.....48



DAFTAR PUSTAKA

Permadina, K. A., & Herdiani, N). Hubungan pengetahuan dan pola konsumsi dengan status gizi pada mahasiswa kesehatan. Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya Kampus B, Jl. Jemursari No. 51-57, Surabaya, Indonesia. Email: permadina.kanah@unusa.ac.id.

Septianto, A., Wahyu, Nurmutia, S., Feblidiyanti, N., & Junaenah. (Tahun tidak diketahui). Sosialisasi pentingnya pola hidup sehat guna meningkatkan kesehatan tubuh pada masyarakat Desa Kalitorong, Kecamatan Randudongkal, Kabupaten Pemalang, Provinsi Jawa Tengah, Universitas Pamulang. Email: dosen01303@unpam.ac.id.

Atik Hikmawati, S., & Farida, L. (2021). Pemanfaatan media TikTok sebagai media dakwah bagi dosen IAI Sunan Kalijogo Malang [Utilization of TikTok media as a da'wah medium for lecturers at IAI Sunan Kalijogo Malang]. Institut Agama Islam Sunan Kalijogo Malang. Email: sholihatulhikmaati@gmail.com, lulukfarida05@gmail.com.

Putri, W. S. R., Nurwati, R. N., & Santoso, M. B. Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja [The influence of social media on adolescent behavior]. Email: wilgasecsio@gmail.com.

Purnamasari, N. P., & Tutiasri, R. P. Analisis resepsi remaja perempuan terhadap gaya hidup berbelanja fashion melalui tayangan video "Belanja Gak Aturan" dalam akun TikTok @handmadeshoesby [Reception analysis of adolescent girls towards the fashion shopping lifestyle through the video content "Belanja Gak Aturan" on the TikTok account @handmadeshoesby]. Prodi S-1 Ilmu Komunikasi, FISIP, UPN Surabaya.

Hidayat, A., Rifai, A., & Musi, S. Financial education reception analysis in the TikTok @Raymondchins account (study on South Sulawesi students in Yogyakarta). Universitas

Sunan Kalijaga Yogyakarta, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Email: akhsanhidayat@gmail.com.

Bulele, Y. N., & Wibowo, T. *Analisis fenomena sosial media dan kaum milenial: studi kasus TikTok [Analysis of social media phenomena and millennials: a case study of TikTok]*. Universitas Internasional Batam. Email: 1531026.yohana@uib.edu, tony.wibowo@uib.ac.id.

Wijaya, M. H. D., & Mashud, M. (2020). *Konsumsi media sosial bagi kalangan pelajar (studi pada hyperrealitas TikTok) [Social media consumption among students (a study on TikTok hyperreality)]*. Universitas Airlangga Surabaya, Indonesia. Email: handydwiwijaya@gmail.com, bima.mustain@gmail.com.

Hall, S. (1980). *Encoding/decoding*. In D.H Stuart Hall (Ed.), *Culture, Media, Language*. New York : Routledge.

Yunus, Hadi Sabari. 2010. *Metodologi Penelitian Wilayah Kontemporer*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.

Kaplan AM, Haenlein M. (2010). *Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media*. *Business Horizons* , 53, 59-68.

APJII. (2019, 05 15). *Penetrasi Internet Indonesia 2018*. Retrieved 10 15, 2019, from Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia: <https://apji.or.id/content/read/104/418/BULETIN-APJII-EDISI-40---Mei2019>.

Eliana, S. K. M., Eliana, S. K. M., Sumiati, S., & Sumiati, S. (2016). *Kesehatan Masyarakat*.

Sarwono, W. S. (2012). *Psikologi Remaja: Definisi Remaja*. Rajagrafindo Persada.

Suyatmin, S., & Sukardi, S. (2018). *Development of hygiene and healthy living habits learning module for early childhood education teachers*. *Unnes Journal of Public Health*, 7(2), 89-97.

PranowoJati, Pujo. (2016). Analisis Pengaruh Aplikasi WhatsApp Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT.First Position Group. [https:// bahankuliahkomputer. files.wordpress. Com /2016/04/ analisa-pengaruh-aplikasi-whatsapp. Pdf.](https://bahankuliahkomputer.files.wordpress.com/2016/04/analisa-pengaruh-aplikasi-whatsapp.Pdf)

Mesriah. (2017). <https://www.papermakalah.com/2017/09/makalah-pola-hidup-sehat.html>.

Putra, A., & Patmaningrum, D. A. (2018). Pengaruh youtube di smartphone terhadap perkembangan kemampuan komunikasi interpersonal anak. *Jurnal Penelitian Komunikasi*, 21(2).

Cross, M. (2013). *Social media security: Leveraging social networking while mitigating risk*. Newnes. 1 - 19.

Najamuddin, N., Negara, H. R. P., Ramdhani, D., & Nurman, M. (2019). Sosial media dan prestasi belajar: Studi hubungan penggunaan Facebook terhadap prestasi belajar siswa. *Jurnal Tatsqif*, 17(1), 70-86.

Kusuma, D. N. S. C., & Oktavianti, R. (2020). Penggunaan Aplikasi Media Sosial Berbasis Audio Visual dalam Membentuk Konsep Diri (Studi Kasus Aplikasi Tiktok). *Koneksi*, 4(2), 372-379

Luthan, A. K., & Putri, Z. X. A. (2021). Fenomenologi Aplikasi Tiktok Bagi Usaha Online Marica Farms. *Kinesik*, 8(2), 128-136.

Saputra, V. R., Dhuatu, C. H., & Giyato, G. (2020). Pemanfaatan aplikasi Tiktok sebagai mood booster (The usage of Tiktok app to increase mood level). *Indonesian Fun Science Journal*, 2(1), 216-226.

Mohamad, M. H., Baidi, N., Asshidin, N. H. N., Mohamad, M., Subhi, N., Hafis Mohamad, M., ... & Mohamad, S. (2018). The relationship between mental health, stress and academic performance among college student. *European Proceedings of Social and Behavioural Sciences*, . Paryanto, R., & Wati, I. D. P. (2012).

Upaya meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui pendidikan jasmani. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 2(5).

Finthariasari, M., Febriansyah, E., & Pramadeka, K. (2020). Pemberdayaan masyarakat desa Pelangkian melalui edukasi dan literasi keuangan pasar modal menuju masyarakat cerdas berinvestasi. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Raflesia, 3(1), 291-298.

Langeveld, M.J. (1995). Menuju ke Pemikiran Filsafat, Jakarta: Remaja Rosdakarya.

Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). Pengembangan Sumber Daya Manusia, Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Silaban, S. I., Dida, S., & Perbawasari, S. (2019). Personal branding yulia baltschun sebagai diet influencer melalui youtube. Jurnal Komunikasi Universitas Garut: Hasil Pemikiran dan Penelitian, 5(2), 357-371.

Sulfasyah, S., & Arifin, J. (2016). Implikasi Pendidikan Nonformal Pada Remaja. Equilibrium: Jurnal Pendidikan, 4(2).

Dewanta, A. A. N. B. J. (2020). Pemanfaatan Aplikasi Tik Tok Sebagai Media Pembelajaran Bahasa Indonesia. Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Bahasa Indonesia, 9(2), 95–102.

Morissan. (2015). Teori Komunikasi Individu Hingga Massa. Jakarta: Prenamedia Group.

Kasingku, J. D. (2023). The Role of Healthy Food to Improve the Physical and Spiritual Health of Students. JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala, 8(3), 853–859.

Rizaty, M. A. (12 Juli, 2022). Pengguna TikTok Indonesia Terbesar Kedua Di Dunia? Diakses

pada 01 Desember 2022, dari dataindonesia.id:

<https://dataindonesia.id/Digital/detail/pengguna-tiktok-indonesia-terbesar-ke-duadi-dunia>.

Kusumandaru, A. D., & Rahmawati, F. P. (2022). Implementasi Media Sosial Aplikasi Tik Tok sebagai Media Menguatkan Literasi Sastra dalam Pembelajaran Tematik di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 4876-4886.

Adawiyah, D. P. R. (2020). Pengaruh penggunaan aplikasi tiktok terhadap kepercayaan diri remaja di kabupaten sampang. *Jurnal komunikasi*, 14(2), 135-148.

Oktaheriyani, D. (2020). Analisis Perilaku Komunikasi Pengguna Media Sosial TikTok (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UNISKA MAB Banjarmasin) (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).

Rahardaya, A. K. (2021). Studi Literatur Penggunaan Media Sosial Tiktok Sebagai Sarana Literasi Digital Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Bisnis*, 3(2), 308-319.

Yuliani, W. (2018). Metode penelitian deskriptif kualitatif dalam perspektif bimbingan dan konseling. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 2(2), 83-91.

Taubah, M., & Hadi, M. N. (2020). Aplikasi Tik Tok sebagai media pembelajaran maharah kalam. *Jurnal Mu'allim*, 2(1), 57-65.

Oktaviana, M., Achmad, Z. A., Arviani, H., & Kusnarto, K. (2021). Budaya komunikasi virtual di Twitter dan Tiktok: Perluasan makna kata estetik. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 5(2), 173-186.

Pujarama, W., & Yustisia, I. R. (2020). *Aplikasi Metode Analisis Resepsi untuk Penelitian Gender dan Media: untuk Peneliti Pemula dan Mahasiswa S-1*. Universitas Brawijaya Press.

Naufal, B. (2021). *Pesan Dakwah Sufistik Di Media Sosial (Analisis Resepsi Khlayak Tentang Fatwa Kehidupan Syekh Muhammad Zuhri Dalam Akun Instagram @sufi.indonesia)*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Listiyorini, M. (2019). *Analisis resepsi orang tua terhadap unsur bullying dalam serial animasi doraemon di rcti (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS BHAYANGKARA SURABAYA)*.

Pekik, I. D. (2017). *Pedoman Gizi Lengkap: Keluarga & Olahragawan*.

Hanifah Erma. 2011. *Cara Hidup Sehat*. Jakarta: Sarana Bangun Pustaka.

Hartini, V. (2020). *PROGRAM PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT BAGI ANAK USIA DINI MELALUI PEMBIASAAN SARAPAN BERGIZI DI PAUD IT NUR'ATHIFAH DI KOTA MANNA (Doctoral dissertation, IAIN Bengkulu)*.

Irianto, D. P. (2007). *Panduan Gizi Lengkap: Keluarga dan Olahragawan*.

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: ALFABETA.

Afrizal. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.

Pujarama, W., & Yustisia, I. R. (2020). *Aplikasi Metode Analisis Resepsi untuk Penelitian Gender dan Media: untuk Peneliti Pemula dan Mahasiswa S-1*. Universitas Brawijaya Press.

Moleong, L. J. (2007). *Metode penelitian kualitatif*.

Ainiyah, N. (2018). *Remaja millennial dan media sosial: media sosial sebagai media informasi pendidikan bagi remaja millennial*. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 2(2), 221-236.

Pittman, M., & Reich, B. (2016). *Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words*. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167.

Shinta, H. P., & Raditya, P. (2016). *MENGGALI INFORMASI EDUKATIF DI MEDIA SOSIAL*. In *Search (Informatic, Science, Entrepreneur, Applied Art, Research, Humanism)*, 14, 64-72.

Nubatonis, R. I., & Huwae, A. (2022). *Perilaku Hidup Sehat dan Kejenuhan Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring*. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 565–574.

Effendy, O. U. (2003). *Ilmu, teori dan filsafat komunikasi*. Bandung: Citra Aditya Bakti, 200.

Bulele, Y. N. (2020, November). *Analisis fenomena sosial media dan kaum milenial: studi kasus tiktok*. In *Conference on Business, Social Sciences and Innovation Technology (Vol. 1, No. 1, pp. 565-572)*.

Ambar. (2017). "20 Pengertian Media Sosial Menurut Para Ahli." <https://Pakarkomunikasi.Com/>. Retrieved November 11, 2022 (<https://pakarkomunikasi.com/pengertian-media-sosialmenurut-para-ahli>).

Mustafa, S. E. (2013). *Media sosial di Malaysia dan Indonesia: Penggunaannya sebagai alat komunikasi, kolaborasi dan jaringan digital: Social media in Malaysia and Indonesia: It use as communication, collaboration and digital networkingtool*. *Jurnal Pengajian Media Malaysia*, 15(2), 71-85.

Susilowati, A. K. B. J. (2018). *Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Personal Branding Di Instagram (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Akun @bowo_allpennliebe)*. *Jurnal Komunikasi*, 9(2), 176–185. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jkom>.

Susanti, E., & Kholisoh, N. (2018). *Konstruksi Makna Kualitas Hidup Sehat (Studi Fenomenologi pada Anggota Komunitas Herbalife Klub Sehat Ersand di Jakarta)*. *LUGAS Jurnal Komunikasi*, 2(1), 1-12.

Macdonald, G., & Sink, C. A. (1999). *A qualitative developmental analysis of comprehensive guidance programmes in schools in the United States*. *British Journal of Guidance and Counselling*, 27(3), 415-430.

Nasrullah, R. (2022). *Teori dan riset media siber (cybermedia)*. Prenada Media.

Setiadi, A. (2016). *Pemanfaatan media sosial untuk efektifitas komunikasi*. *Cakrawala: Jurnal Humaniora Bina Sarana Informatika*, 16(2).

Alaby, M. A. (2020). *Media sosial whatsapp sebagai media pembelajaran jarak jauh mata kuliah ilmu sosial budaya dasar (ISBD)*. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 273-289.

Hartanti, L. E. P. (2018). *Komunikasi orang muda di sosial Media sebagai influencer*. *WACANA: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 17(2), 152-162.

Tulandi, E. V., Rifai, M., & Lubis, F. O. (2021). *Strategi Komunikasi Akun Instagram Ubah Stigma Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Mengenai Kesehatan Mental*. *Jurnal PETIK Volume*, 7(2), 136.

Suhaimi, U. (1999). *Focus Group Discussion. Focus Group Discussion, Panduan Bagi Peneliti Studi Kualitatif*, 3.

Ainiyah, N. (2018). *Remaja millennial dan media sosial: media sosial sebagai media informasi pendidikan bagi remaja millennial*. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 2(2), 221-236.

Fitriani, Y. (2021). *Pemanfaatan media sosial sebagai media penyajian konten edukasi atau pembelajaran digital*. *JISAMAR (Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research)*, 5(4), 1006-1013.

Morissan, T. K. (2014). *Individu Hingga Massa*. Cetakan ke-2, Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.

Kaya, M., et al. (Eds.). (2020). *Putting Social Media and Networking Data in Practice for Education, Planning, Prediction and Recommendation*. Springer.
<http://link.springer.com/10.1007/978-3-030-33698-1>

Glynn, P., Shanahan, M., & Duggan, D. (2015). *Focus groups*. Retrieved from <https://www.slideshare.net/johnglynn940/focus-groups-presentation>

Mansyur, U. (2016). *Bahasa Indonesia dalam Belitan Media Sosial: Dari Cabe-Cabeang Hingga Tafsir Al-Maidah 51*.

Ferdiani, D. A., & Azam, M. (2016). *Media sosial facebook sebagai sarana pemberian materi kanker payudara*. *Journal of health education*, 1(2).

During, S. (Ed.). (1999). *The cultural studies reader*. Psychology Press.

