



UNIVERSITAS NASIONAL

**GAYA HIDUP *FEMININE ENERGY* PADA *INFLUENCER*
PEREMPUAN GENERASI Z DI MEDIA SOSIAL TIKTOK**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana
Ilmu Komunikasi (S.I.kom)**

SONDANG SILABAN

NPM. 213516516392

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI

JAKARTA

2025



UNIVERSITAS NASIONAL

**"THE LIFESTYLE OF *FEMININE ENERGY* IN GENERATION
Z FEMALE INFLUENCERS ON TIKTOK SOCIAL MEDIA"**

THESIS

**Submitted as one of requirements for obtaining a Bachelor of
Communication Science (S.I.kom) Degree**

SONDANG SILABAN

NPM. 213516516392

**FACULTY OF ILMU SOSIAL AND POLITICAL SCIENCES
COMMUNICATION SCIENCE**

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda – tangan dibawah ini:

Nama : Sondang Silaban

NPM : 213516516392

Judul Skripsi : Gaya Hidup Feminine Energy Pada Influencer Perempuan

Generasi Z Di Media Sosial TikTok

Menyatakan dengan benar bahwa Skripsi ini merupakan penelitian dan karya tulis saya sendiri, yang disusun untuk memenuhi syarat dalam mencapai gelar Sarjana (S.Ikom) di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional.

Apabila dikemudian hari ditemukan bukti-bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat, atau tidak di susun melalui prosedur yang telah ditentukan atau tidak memenuhi ketentuan yang ditetapkan dalam berita acara Skripsi, maka saya bersedia menerima sanksi pembatalan atas skripsi tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Jakarta, 5 Februari 2025

Yang membuat Pernyataan



Sondang Silaban

213516516392

HALAMAN PERSETUJUAN



UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU
POLITIK

FORMULIR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	: Sondang Silaban
NPM	: 213516516392
Program Studi	: Ilmu Komunikasi
Konsentrasi	: Public Relation
Judul Proposal Skripsi	: Gaya Hidup Feminine Energy Pada Influencer Perempuan Generasi Z Di Media Sosial TikTok
Diajukan Untuk	: Memenuhi salah satu dari persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional
<u>Disetujui untuk diujikan</u>	
Jakarta, 17 Januari 2025	

Dosen Pembimbing

Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si

Ketua Prodi Ilmu Komunikasi

Djurdur Luciana R., S.Sos., M.Si.

HALAMAN PENGESAHAN



UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
JAKARTA

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Sondang Silaban
NPM : 213516516392
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Konsentrasi : Public Relation
Judul Skripsi : Gaya Hidup Feminine Energy pada Influencer Perempuan Generasi Z di Media Sosial Tiktok
Diajukan Untuk : Memenuhi salah satu dari persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Universitas Nasional

Disetujui untuk disahkan

Jakarta, 14 Maret 2025

Dosen Pembimbing

Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Dr. Erna Ermanawati Chotim., M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI



UNIVERSITAS NASIONAL
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
JAKARTA

FORMULIR 4 PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Sondang Silaban
Nomor Pokok Mahasiswa : 213516516392
Fakultas / Akademik : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Prodi / Konsetrasi : Ilmu Komunikasi/Public Relation
Judul Skripsi : Gaya Hidup Feminine Energy Pada Influencer
Perempuan Generasi Z Di Media Sosial TikTok

Benar telah memperbaiki Skripsi berdasarkan petunjuk dari Tim Penguji dalam Sidang Ujian Skripsi pada tanggal, 14 Maret 2025, sebagaimana tertulis dalam "Berita Acara Ujian Skripsi".

Jakarta, 14 Maret 2025

Ketua Sidang : Safrizal Rambe S.I.P., M.Si

Penguji I : Agus Salim, S.Sos., M.Si

Penguji II : Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si

Keterangan :

*) Lembaran ini dapat diminta di Sekretariat FISIP, apabila Skripsinya telah diujikan dan dinyatakan **LULUS**, halaman ini tidak dijilid.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan pada Tuhan yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan semaksimal mungkin dan tepat waktu. Penelitian yang berjudul *GAYA HIDUP FEMININE ENERGY PADA INFLUENCER PEREMPUAN GENERASI Z DI MEDIA SOSIAL TIKTOK*

Penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.kom) pada jurusan Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nasional.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak tantangan yang peneliti hadapi, namun dengan dukungan, bantuan dan doa maka peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan selesai. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Drs. H. El Amry Bermawty Putera, M.A, selaku Rektor Universitas Nasional.
2. Ibu Dr. Erna Ermawati Chotim, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional.
3. Bapak Dr. Aos yuli Firdaus, S.IP., M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Bidang Akademik Universitas Nasional.
4. Bapak Dr. Angga Sulaiman, S.IP., M.Si., selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Bidang Akademik Universitas Nasional.
5. Ibu Djudjur Luciana Radjaguguk, S.Sos., M.Si, selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Nasional
6. Nursatyo, S.Sos., M.Si., selaku Sekretaris Program studi Ilmu Komunikasi Universitas Nasional
7. Ibu Dr. Dwi Kartikawati, S.Sos., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi sekaligus yang senantiasa memberikan masukan, bimbingan, nasehat yang membangun bagi peneliti dengan penuh kesabaran dan hati yang luas sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian ini.

8. Ibu Dra. Masnah, M.Si, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu dan memberi semangat dalam penyusunan skripsi dan telah membantu dalam perihal akademik dari awal hingga akhir perkuliahan.
9. Seluruh Staff dan Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional yang telah berperan penting dalam proses perkuliahan serta memberikan ilmu, wawasan dan pengalaman yang mempermudah masa studi.
10. Terimakasih kepada informan saya yaitu Syafir Ashilla, Millatuzzahroh, dan Salma Noer yang telah bersedia menjadi pelengkap dalam penelitian saya.
11. Kepada Bapak Surung Silaban selaku almarhum ayah saya yang selalu mendukung saya dari rumah yang berbeda dan telah mendukung pendidikan saya dari TK sampai kuliah semester 2 dengan demikian peneliti diberi kelancaran dalam penyusunan penelitian ini.
12. Kepada Esdiana Sinaga selaku ibu saya yang mendukung saya dalam segala hal di dunia pendidikan, baik itu dalam segi moril maupun materil sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.
13. Terimakasih kepada kakak kandung saya yaitu David Silaban, Antonius Silaban, Franky Silaban dan sekaligus kakak ipar saya yaitu Novita Hasibuan, Alma Gracia Panjaitan, dan Fitri Sitanggang yang telah memberikan dukungan kepada peneliti baik secara moril maupun materil sehingga peneliti dapat dimudahkan dalam proses pembuatan skripsi dengan bantuan mereka.
14. Teruntuk sahabat seperjuangan peneliti Gnr's yaitu Rahma Wahyuningsih, Rurry Prima Wulansari, Ribka Deboran dan Agustreeana yang senantiasa menemani dan membantu peneliti dalam penyusunan penelitian, serta membantu peneliti semasa studi dalam perkuliahan.
15. Teruntuk Kemping Ceria yang telah menemani peneliti dari awal masuk kuliah sampai selesai. Terimakasih selama studi telah memberi semangat dari awal hingga akhir.
16. Peneliti juga mengucapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada lelaki yang memiliki NPM 237006516084 atas kehadiran dan dukungan yang tak

ternilai selama proses penelitian ini. Kehangatan, pengertian, serta doa yang senantiasa ia berikan telah menjadi kekuatan tersendiri di tengah tantangan yang peneliti hadapi. Kehadirannya tidak hanya memberi semangat, tetapi juga menjadi pengingat bahwa perjalanan ini tidak dilalui sendirian.

Akhirnya peneliti berharap penelitian ini dapat berguna khususnya bagi peneliti dan pada umumnya bagi pembaca. Peneliti tahu bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan dan oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritik dan saran agar penelitian ini dapat berguna di kemudian hari. Atas perhatiannya peneliti ucapkan terima kasih.



Jakarta, 23 Maret 2025

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Sondang' followed by a period.

Sondang Silaban

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan gaya hidup *Feminine energy* oleh *influencer* perempuan Generasi Z di media sosial TikTok, serta dampaknya terhadap audiens. Penelitian ini menggunakan teori kognitif sosial dengan konsep pendukung yaitu konsep gaya hidup dari David Chaney. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk menggali pengalaman subjektif para informan yang terlibat dalam penelitian. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi virtual, dan dokumentasi media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *influencer* perempuan Generasi Z di TikTok merasakan manfaatnya dalam menerapkan gaya hidup *Feminine energy* ini, yang mencakup keseimbangan emosional, intuisi, kepekaan, empati, estetika dalam penampilan dan hubungan yang harmonis baik itu pada pasangan, keluarga, pertemanan dan profesional. Faktor utama yang mendorong penerapan gaya hidup ini adalah tren sosial, respons positif dari audiens, dan upaya *personal branding*. TikTok sebagai platform memiliki peran signifikan dalam memperluas jangkauan pengaruh melalui algoritma yang mendukung konten kreatif dan viral. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian gaya hidup di media sosial, khususnya terkait dengan peran *influencer* sebagai pembentuk tren dan perilaku sosial. Implikasi praktis penelitian ini mencakup panduan bagi kreator konten dan audiens dalam memahami dinamika gaya hidup di era digital.

Kata Kunci: *Feminine energy*, *influencer*, Generasi Z, TikTok, media sosial



ABSTRACT

This study aims to analyze the implementation of the Feminine Energy lifestyle by female Generation Z influencers on TikTok and its impact on their audience. The research is based on social cognitive theory, supported by David Chaney's concept of lifestyle. A qualitative approach with a phenomenological method is employed to explore the subjective experiences of the informants involved in this study. Data were collected through in-depth interviews, virtual observations, and social media documentation. The findings reveal that female Generation Z influencers on TikTok experience various benefits from adopting the Feminine Energy lifestyle, including emotional balance, intuition, sensitivity, empathy, aesthetics in appearance, and harmonious relationships with partners, family, friends, and professional circles. The primary factors driving the adoption of this lifestyle include social trends, positive audience responses, and *personal branding* efforts. TikTok, as a platform, plays a significant role in expanding influencers' reach through an algorithm that supports creative and viral content. This study is expected to contribute to lifestyle studies on social media, particularly regarding the role of influencers in shaping trends and social behaviors. The practical implications of this research include providing guidance for content creators and audiences in understanding lifestyle dynamics in the digital era.

Keywords: Feminine energy, influencer, Generation Z, TikTok, social media



DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN REVISI.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
1.5 Sistematika Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Pemetaan Riset – Riset Terdahulu.....	10
2.2 Kebaruan Riset.....	22
2.2.1 Theoretical Gap.....	22
2.2.2 Knowledge Gap.....	24
2.2.3 Methodological Gap.....	25
2.3 <i>State of the art</i>	27
2.4 Teori Kognitif Sosial.....	36
2.5 Landasan Konsep	38
2.5.1 Gaya Hidup	38
2.5.2 <i>Feminine energy</i>	40
2.5.3 <i>Influencer</i>	41
2.5.4 Perempuan Generasi Z.....	42
2.5.5 Media Sosial.....	44
2.5.6 TikTok.....	45
2.6 Kerangka Berpikir.....	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	47
3.1 Paradigma Penelitian	47
3.2 Pendekatan Penelitian	48
3.3 Metode Penelitian	48
3.4 Subjek dan Objek Penelitian	49
3.5 Data dan Teknik Pengambilan Data	50

3.6 Informan Penelitian.....	51
3.6.1 Informan Kunci	52
3.6.2 Informan Pendukung.....	52
3.7 Uji Keabsahan Data	53
3.8 Teknik Analisis Data.....	55
3.8 Renana/Time Schedule Penelitian	56
BAB IV HASIL ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN	58
4.1 Gambaran Objek Penelitian	59
4.1.1 Latar Belakang Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	59
4.2 Profil Informan Penelitian.....	62
4.2.1 Informan Kunci	62
4.2.2 Informan Pendukung.....	64
4.3 Hasil Analisis Gaya Hidup <i>Feminine energy</i> pada <i>Influencer</i> Perempuan Generasi Z	66
4.3.1 Hal-hal yang Dilakukan dalam Penerapan Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	66
4.3.2 Faktor-Faktor yang Mendorong <i>Influencer</i> dalam Menerapkan Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	72
4.3.3 Karakteristik Gaya Hidup <i>Feminine energy</i> yang diterapkan oleh <i>influencer</i> perempuan generasi Z	75
4.3.4 Peran Media Sosial TikTok.....	78
4.3.5 Tantangan <i>Influencer</i> Perempuan Generasi Z dalam Menerapkan Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	81
4.3.6 Penerapan Teori Kognitif Sosial	83
4.3.7 Tema konten TikTok oleh <i>Influencer</i> Perempuan Generasi Z.....	86
4.4 Pembahasan.....	99
4.4.1 Hal-hal yang Dilakukan dalam Penerapan Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	100
4.4.2 Faktor-Faktor yang Mendorong <i>Influencer</i> dalam Menerapkan Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	102
4.4.3 Karakteristik Gaya Hidup <i>Feminine energy</i> yang diterapkan oleh <i>influencer</i> perempuan generasi Z	105
4.4.4 Peran Media Sosial TikTok.....	106
4.4.5 Tantangan <i>Influencer</i> Perempuan Generasi Z dalam Menerapkan Gaya Hidup <i>Feminine energy</i>	108
4.4.6 Penerapan Teori Kognitif Sosial	110
4.4.7 Tema konten TikTok oleh <i>Influencer</i> Perempuan Generasi Z.....	112
4.4.8 Hasil Keseluruhan Temuan	113
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	115
5.1 Kesimpulan	115
5.2 Saran	115
DAFTAR PUSTAKA.....	117
LAMPIRAN.....	124

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	10
Tabel 2. 2 <i>State of the art</i>	27
Tabel 3. 1 Rencana/Time Schedule Penelitian.....	56
Tabel 4. 1 Analisis <i>influencer Feminine energy</i>	96



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Sikap Perempuan Generasi Z dalam Gaya Hidup <i>Feminine energy</i> ...	6
Gambar 2. 2 Bagan Kerangka Berpikir.....	46
Gambar 4. 1 Akun TikTok Syafir Ashilla.....	63
Gambar 4. 2 Akun TikTok Millazzahroh.....	64
Gambar 4. 3 Akun TikTok Salma Noer	65
Gambar 4. 4 Konten edukasi mengenai hal hal yang membunuh <i>Feminine energy</i>	86
Gambar 4. 5 konten edukasi mengenai perbedaan <i>light</i> dan <i>dark Feminine energy</i>	87
Gambar 4. 6 Tanggapan komen pada akun @syalasela.....	88
Gambar 4. 7 Konten edukasi mengenai menjadi perempuan yang menarik dengan <i>Feminine energy</i>	89
Gambar 4. 8 Konten edukasi mengenai 5 tips mengaktifkan <i>Feminine energy</i>	91
Gambar 4. 9 Tanggapan komen pada akun @milazahra7	93
Gambar 4. 10 Konten edukasi mengenai cara berkomunikasi layaknya seorang perempuan <i>Feminine energy</i>	94
Gambar 4. 11 Konten edukasi mengenai lagu yang didengar oleh perempuan <i>Feminine energy</i>	95
Gambar 4. 12 Tanggapan komen pada akun @salmanoerr	96
Gambar 4. 13 Bagan hasil temuan penelitian.....	114

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ketersediaan Dosen Pembimbing Skripsi Lampiran	125
Lampiran 2 Lembar Konsultasi Skripsi	126
Lampiran 3 Surat Keterangan Pendamping Ijazah.....	128
Lampiran 4 Observasi	129
Lampiran 5 Transkrip Wawancara Key Informan.....	131
Lampiran 6 Transkrip Wawancara Informan Pendukung 1	146
Lampiran 7 Transkrip Wawancara Informan Pendukung 2	170
Lampiran 8 Dokumentasi.....	185
Lampiran 9 Hasil Cek Plagiasi.....	185
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup.....	187

