

**MEDIA SOSIAL SEBAGAI KANAL KEBUGARAN:
KECENDERUNGAN PRAKTIK *PUBLIC RELATIONS* PADA CITRA
PERSONAL AMELIA FRANSISCA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas Akademik
dan Memenuhi Syarat Pencapaian Gelar Sarjana Strata-1
Program Studi Ilmu Komunikasi



Oleh:
RIFA CAROLINE BANDI
NBI. 1152200461

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2026**

**MEDIA SOSIAL SEBAGAI KANAL KEBUGARAN:
KECENDERONGAN PRAKTIK *PUBLIC RELATIONS* PADA CITRA
PERSONAL AMELIA FRANSISCA**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas Akademik
dan Memenuhi Syarat Pencapaian Gelar Sarjana Strata-1
Program Studi Ilmu Komunikasi**



**Oleh:
RIFA CAROLINE BANDI
NBI. 1152200461**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Rifa Caroline Bandi

NBI : 1152200461

**Judul : Media Sosial Sebagai Kanal Kebugaran:Kecenderungan
Praktik Public Relations Pada Citra Personal Amelia
Fransisca**

Surabaya, 10 Juni 2026

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

Disetujui oleh,

Dosen Pembimbing 1

Prof. Dr. V. Rudy Handoko, M.S.

NPP. 20110.86.0062

Mohammad Insan Romadhan,

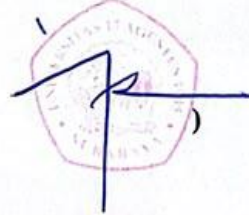
S.I.Kom.,M.Med.Kom.

NPP. 20150.17.0741

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dipertahankan di depan Sidang Dewan Penguji Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dan diterima untuk memenuhi syarat guna memperoleh Gelar Sarjana pada tanggal 10 Juni 2026

Dewan Penguji :

1. **Mohammad Insan Romadhan, S.I.Kom., M.Med.Kom.** ()
Ketua

2. **Bagus Cahyo Shah Adhi Pradana, S. Sos., M.Med.Kom.** ()
Anggota I

3. **Moh. Dey Prayogo, S.I.Kom., M.I.Kom.** ()
Anggota II

Mengesahkan,

**Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**



Prof. Dr. V. Rudy Handoko, M.S.
NPP. 20110.86.0062

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang betanda tangan di bawah ini:

Nama : Rifa Caroline Bandi
NBI : 1152200461
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Media Sosial sebagai Kanal Kebugaran :
Kecenderungan Praktik *Public Relations* pada
Citra Personal Amelia Fransisca

Menyatakan bahwa:

1. Skripsi yang saya buat adalah benar-benar karya ilmiah saya sendiri dan atas bimbingan dari dosen pembimbing, bukan hasil plagiat dari karya ilmiah orang lain yang telah dipublikasikan dan/atau karya ilmiah orang lain yang digunakan untuk memperoleh gelar akademik tertentu.
2. Jika saya mengambil, mengutip atau menulis sebagian dari karya ilmiah orang lain tersebut akan mencantumkan sumber dan mencantumkan dalam Daftar Pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan atas kesadaran yang sesadar-sadarnya. Apabila ternyata di dalam naskah skripsi ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur jiplakan, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (S1) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku (Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003, Pasal 25 ayat 2 dan Pasal 70).

Surabaya, 10 Juni 2026



Rifa Caroline Bandi



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail: perpus@untag-shy.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rifa Caroline Bandi
NBI/NPM : 1152200461
Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

Media Sosial Sebagai Kanal Kebugaran: Kecenderungan Praktik Public Relations Pada Citra Personal Amelia Fransisca

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada Tanggal : 10 Juni 2026

Yang Menyatakan

(Rifa Caroline Bandi)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati, karya ini saya persembahkan kepada:

Kedua Orang Tua Tercinta Terima kasih atas cinta, dukungan, dan doa yang tiada henti. Kalian Adalah sumber inspirasi dan kekuatan saya dalam menyelesaikan karya ini.

Dosen Yang telah membimbing dan memberikan ilmu serta motivasi, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik. Terima kasih atas segala arahan dan kesabaran yang diberikan.

Teman-Teman Seperjuangan Yang selalu memberikan semangat dan dorongan, serta menemani dalam suka dan duka selama proses penyusunan karya ini. Kebersamaan dan kerjasama kita adalah bagian penting dari perjalanan ini.

Almamater Tercinta Terima kasih atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan sehingga saya dapat menuntut ilmu dan menyelesaikan karya ini dengan maksimal.

Diri Sendiri Sebagai bentuk apresiasi atas kerja keras, ketekunan, dan kesabaran yang telah dilakukan untuk menyelesaikan karya ini. Semoga ini menjadi langkah awal untuk mencapai cita-cita yang lebih tinggi.

RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama : Rifa caroline bandi
Tempat, Tanggal Lahir : Banyumas, 2 juli 2003
Alamat : Dsn. Giring RT 002/RW 002, Desa Tenggur,
Kec. Rejotangan, Kab. Tulungagung, Jawa Timur.
Kebangsaan : Indonesia
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
No. Telp/Email : 082341969057 / rifacaroline2@gmail.com

Riwayat Pendidikan

Jenjang	Sekolah/Instansi/Universitas	Jurusan	Periode
SD	SDI Az-zahra	-	2010 - 2016
SMP	SMPN 3 PETERONGAN	-	2016 - 2019
SMK	SMK TELEKOMUNIKASI JOMBANG DU	Multimedia	2019 - 2022
Universitas	Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya	Ilmu Komunikasi	2022 - 2026

RINGKASAN

Rifa Caroline Bandi, 2026, Media Sosial Sebagai Kanal Kebugaran: Kecenderungan Praktik Public Relations Pada Citra Personal Amelia Fransisca.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kecenderungan praktik Public Relations dalam manajemen kesan (Impression Management) pada konten akun TikTok @ameliafransisca sebagai influencer kebugaran. Penelitian dilakukan untuk mengetahui strategi manajemen kesan yang paling dominan digunakan dalam membangun citra personal Amelia Fransisca di media sosial TikTok. Analisis dilakukan berdasarkan lima strategi Impression Management menurut Jones dan Pittman (1982), yaitu self-promotion, ingratiation, exemplification, intimidation, dan supplication.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode analisis isi (content analysis). Populasi penelitian adalah seluruh konten video yang diunggah pada akun TikTok @ameliafransisca dalam periode Oktober 2023 hingga Maret 2024. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria video yang memiliki minimal 500.000 tayangan (views), sehingga diperoleh 52 video sebagai unit analisis. Pengumpulan data dilakukan melalui proses pengkodean oleh dua koder menggunakan pedoman koding yang telah disusun berdasarkan indikator teori Impression Management. Data kemudian dianalisis melalui uji reliabilitas antar-koder dan tabulasi frekuensi kemunculan setiap kategori.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi exemplification menjadi strategi manajemen kesan yang paling dominan ditampilkan dalam konten TikTok Amelia Fransisca. Strategi tersebut terlihat melalui konsistensi penyampaian gaya hidup sehat, rutinitas olahraga, disiplin latihan, serta motivasi kebugaran yang ditampilkan secara berulang. Selain itu, strategi self-promotion dan ingratiation juga ditemukan dalam beberapa konten, meskipun frekuensinya lebih rendah dibandingkan exemplification. Sementara itu, strategi intimidation dan supplication tidak ditemukan dalam konten yang dianalisis.

Penelitian ini menunjukkan bahwa Amelia Fransisca cenderung membangun citra personal sebagai figur yang disiplin, konsisten, dan berkomitmen terhadap gaya hidup sehat melalui praktik manajemen kesan di media sosial. Temuan ini memperlihatkan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana berbagi informasi, tetapi juga sebagai kanal Public Relations yang memungkinkan individu membangun hubungan dengan audiens sekaligus membentuk citra personal secara strategis.

Kata Kunci: Public Relations, Manajemen Kesan, TikTok, Citra Personal, Influencer Kebugaran.

SUMMARY

Rifa Caroline Bandi, 2026, Social Media as a Fitness Channel: The Tendency of Public Relations Practices in Amelia Fransisca's Personal Image.

This study aims to analyze the tendency of Public Relations practices through Impression Management in the TikTok content of @ameliafransisca as a fitness influencer. The research seeks to identify the most dominant impression management strategy used in building Amelia Fransisca's personal image on TikTok. The analysis is based on the five impression management strategies proposed by Jones and Pittman (1982): self-promotion, ingratiation, exemplification, intimidation, and supplication.

This research employs a descriptive quantitative approach using content analysis. The population consists of all videos uploaded on the TikTok account @ameliafransisca from October 2023 to March 2024. The sample was selected through purposive sampling with the criterion of videos having at least 500,000 views, resulting in 52 videos as the units of analysis. Data were collected through a coding process conducted by two coders using a coding sheet developed from the indicators of Impression Management theory. The data were then analyzed through intercoder reliability testing and frequency tabulation.

The findings indicate that exemplification is the most dominant impression management strategy found in Amelia Fransisca's TikTok content. This strategy is reflected through the consistent presentation of a healthy lifestyle, exercise routines, discipline in training, and fitness motivation. In addition, self-promotion and ingratiation strategies were also identified, although they appeared less frequently than exemplification. Meanwhile, intimidation and supplication strategies were not found in the analyzed content.

The study concludes that Amelia Fransisca tends to construct a personal image as a disciplined, consistent, and health-oriented individual through impression management practices on social media. These findings demonstrate that social media functions not only as a platform for sharing information but also as a Public Relations channel that enables individuals to build relationships with audiences and strategically shape their personal image.

Kata Kunci: Public Relations, Impression Management, TikTok, Personal Image, Fitness Influencer.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis persembahkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, sumber segala hikmat dan kekuatan, atas berkah dan penyertaan-Nya yang tak ternilai bagi hidup penulis terlebih dalam proses penyusunan skripsi yang berjudul **“Media sosial sebagai kanal kebugaran: kecenderungan praktik *Public Relations* pada citra personal amelia fransisca.”**

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu bentuk pemenuhan syarat untuk meraih gelar Sarjana Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Pada penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis dapat menyelesaikan skripsi berkat bantuan, dorongan, bimbingan, serta dukungan do’a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa senantiasa hadir sebagai penolong yang setia dalam setiap perjalanan hidup penulis. Memberikan hikmat, kekuatan, serta ketenangan hati sepanjang proses penelitian dan penulisan skripsi ini.
2. Dengan penuh rasa hormat dan cinta, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang tua tercinta, Bapak Ahmad Naosobandi dan Ibu Nur Fatimah, yang telah menjadi sumber kekuatan, kasih sayang, inspirasi, cinta yang tak tergantikan, melalui do’a yang tak pernah henti, dukungan moral dan materiil yang tulus, serta segala bentuk pengorbanan yang mereka berikan tanpa pamrih, penulis dapat menjalani proses akademik ini hingga mencapai tahap penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Dr. Harjo Seputro, S.T., M.T selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penulis ucapkan terima kasih atas dukungan, arahan, serta fasilitas yang telah diberikan sehingga penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan baik.
4. Bapak Prof. Dr. V. Rudy Handko, M.S. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan serta kebijakan yang telah diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Hajidah Fildzahun Nadhila Kusnadi, S.Sos., M.A. selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi. Penulis mengucapkan terima kasih atas arahan dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Bapak Mohammad Insan Romadhan, S.I.Kom., M.Med.Kom. selaku dosen pembimbing 1, yang dengan penuh kesabaran membimbing penulis dalam

menyusun skripsi ini. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan atas segala arahan, koreksi, ilmu, serta dukungan yang diberikan. Berkat bimbingan dan bantuan beliau, penulis dapat melalui berbagai kendala selama proses penyusunan skripsi hingga akhirnya dapat menyelesaikannya dengan baik dan tepat waktu.

7. Ibu Nara Garini Ayuningrum. S.Tr.I.Kom., M.A. selaku dosen pembimbing 2, yang selalu memberikan penulis masukan kritis, perspektif yang luas, serta motivasi dalam penyempurnaan isi dan kualitas penulis skripsi ini.
8. Kepada pasangan penulis, M. Rizqi Awaludin, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, semangat, serta menemani penulis dalam setiap proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran, perhatian, dan motivasi yang diberikan, baik dalam keadaan suka maupun duka, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
9. Kepada sahabat seperjuangan, Dinda Fayya, yang telah menjadi teman berbagi cerita, pengalaman, serta saling mendukung selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi. Terima kasih atas kebersamaan dan persahabatan yang terjalin selama kurang lebih empat tahun ini.
10. Kepada Annifa, yang telah banyak membantu dan memberikan arahan, masukan, serta dukungan selama proses penyusunan skripsi. Bantuan dan perhatian yang diberikan sangat berarti bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
11. Kepada teman-teman baik penulis selama kegiatan KKN, yaitu Melly, Tina, dan Keashi, yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta motivasi kepada penulis. Terima kasih atas kebersamaan, perhatian, dan dukungan yang diberikan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Kepada teman-teman dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas segala bantuan, dukungan, doa, motivasi, serta kontribusi yang telah diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Setiap bentuk bantuan dan perhatian yang diberikan sangat berarti bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan karya ini di masa mendatang. Semoga skripsi ini tidak hanya menjadi pemenuhan kewajiban akademik, tetapi juga dapat memberikan manfaat, memperluas wawasan, dan menjadi bagian kecil dari upaya pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Ilmu Komunikasi. Akhir kata, penulis berharap karya ini dapat diterima dengan baik dan memberi nilai bagi setiap pembacanya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
RINGKASAN	viii
SUMMARY.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoretis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Penelitian Terdahulu	7
2.2 Penjelasan Konsep	11
2.2.1 Praktik <i>Public Relations</i>	11
2.2.2 Citra Personal	13
2.3 Teori yang digunakan	14
2.3.1 Manajemen Kesan.....	14
2.4 Definisi Operasional	16
2.5 Kerangka Pemikiran.....	19
2.6 Hipotesis	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
3.1 Pendekatan Penelitian	23
3.2 Jenis Penelitian.....	23
3.3 Populasi dan Sampel	23

3.3.1 Populasi.....	23
3.3.2 Sampel.....	24
3.4 Pengukuran dan Instrumen Penelitian.....	24
3.4.1 Validitas Data.....	24
3.4.2 Reliabilitas Data.....	25
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	25
3.6 Teknik Analisis Data.....	25
3.7 Definisi Konsep dan Operasionalisasi Variabel.....	26
3.7.1 Definisi Konsep.....	26
3.7.2 Operasionalisasi Variabel.....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
4.1 Gambaran Objek Penelitian	27
4.1.1 Profil Akun TikTok @ameliafransisca	27
4.1.2 Karakteristik Koder.....	29
4.1.3 Pedoman Koding.....	30
4.2 Penyajian Data	32
4.2.1 Hasil Pilot Test.....	32
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas	37
4.2.3 Penyepakatan Perbedaan	38
4.2.4 Tabel Rekapitulasi Koding Final.....	40
4.3 Pembahasan.....	87
4.3.1 Dominasi Dimensi <i>Exemplification</i> dalam Konten TikTok @ameliafransisca	87
4.3.2 Dimensi Self-promotion dalam Konten TikTok @ameliafransisca	89
4.3.3 Dimensi Ingratiation dalam Konten TikTok @ameliafransisca.....	90
4.3.4 Tidak Ditemukannya Dimensi <i>Intimidation</i> dan <i>Supplication</i>	90
BAB V PENUTUP.....	93
5.1 Kesimpulan	93
5.2 Rekomendasi.....	94
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN.....	97

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	7
Tabel 3.1 Operasionalisasi Variabel.....	26
Tabel 4.1 Karakteristik Koder	29
Tabel 4.2 Pedoman Koding Dimensi <i>Impression Management</i>	31
Tabel 4.3 Hasil Pilot Test Uji Reliabilitas Antar-Koder	33
Tabel 4.4 Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Antar-Koder	38
Tabel 4.5 Penyepakatan Perbedaan	39
Tabel 4.6 Tabel Rekapitulasi Koding Final.....	41
Tabel 4.7 Rekapitulasi Koding Final Dimensi <i>Impression Management</i>	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	19
Gambar 4.1 Profil Akun TikTok @ameliafransisca.....	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kriteria Koder.....	97
Lampiran 2 Pedoman Koding dan Instrumen Penelitian.....	99
Lampiran 3 Kartu Bimbingan Skripsi	104
Lampiran 4 Surat Keterangan Bebas Turnitin.....	106
Lampiran 5 <i>Letter of Acceptance</i> (LoA) Publikasi Jurnal.....	107
Lampiran 6 Lembar Revisi Ujian Skripsi Dosen Penguji 1	108
Lampiran 7 Lembar Revisi Ujian Skripsi Dosen Penguji 2	109
Lampiran 8 Lembar Revisi Ujian Skripsi Dosen Penguji 3	110