



Sumber : YouTube channel Yulia Baltschun

**PENGARUH KREDIBILITAS KONTEN WORKOUT DI YOUTUBE CHANNEL YULIA BALTSCHUN TERHADAP PEMBENTUKAN SIKAP POSITIF GENERASI Z UNTUK BEROLAHRAGA (SURVEI PADA MAHASISWI AKTIF UPN VETERAN JAKARTA)**

Tugas Akhir Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi.

Nama : Indriana Safira

NIM : 1810411048



**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN POLITIK  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
VETERAN JAKARTA**

# PERNYATAAN ORISINALITAS

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar :

Nama : Indriana Safira  
NRP : 1810411048  
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka, saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 6 Mei 2023

Yang menyatakan,



Indriana Safira

**Indriana Safira, 2023**

***PENGARUH KREDIBILITAS KONTEN WORKOUT DI YOUTUBE CHANNEL YULIA BALTSCHUN TERHADAP PEMBENTUKAN SIKAP POSITIF GENERASI Z UNTUK BEROLAHRAGA (SURVEI PADA MAHASISWI AKTIF UPN VETERAN JAKARTA)***

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi  
[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id)-[www.library.upnvj.ac.id](http://www.library.upnvj.ac.id)-[www.repository.upnvj.ac.id](http://www.repository.upnvj.ac.id)]

# PERNYATAAN PERSETUJUAN

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Indriana Safira  
NIM : 1810411048  
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**PENGARUH KREDIBILITAS KONTEN WORKOUT DI YOUTUBE CHANNEL YULIA BALTSCHUN TERHADAP PEMBENTUKAN SIKAP POSITIF GENERASI Z UNTUK BEROLAHRAGA (SURVEI PADA MAHASISWI AKTIF UPN “VETERAN” JAKARTA).**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 6 Mei 2023

Yang menyatakan,



(Indriana Safira)

# LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

## PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Indriana Safira

NRP : 1810411048

Program Studi : Ilmu Komunikasi

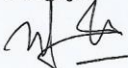
Judul Skripsi : PENGARUH KREDIBILITAS KONTEN *WORKOUT* DI YOUTUBE CHANNEL YULIA BALTSCHUN TERHADAP PEMBENTUKAN SIKAP POSITIF GENERASI Z UNTUK BEROLAHRAGA (SURVEI PADA MAHASISWI AKTIF UPN VETERAN JAKARTA)

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

**Pembimbing I**

  
Drs. Aan Setiadarma, M.Si

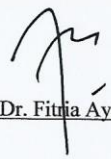
**Penguji I**

  
Dr. Drina Intyaswati

**Penguji II**

  
Irpan Rifa'i Sutowo, M.Si

**KETUA PROGRAM STUDI**

  
Dr. Fitria Ayuningtyas, M.Si

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 3 Mei 2023

**PENGARUH KREDIBILITAS KONTEN *WORKOUT* DI YOUTUBE  
CHANNEL YULIA BALTSCHUN TERHADAP PEMBENTUKAN SIKAP  
POSITIF GENERASI Z UNTUK BEROLAHRAGA  
(SURVEI PADA MAHASISWI AKTIF UPN “VETERAN” JAKARTA)**

**INDRIANA SAFIRA**

**ABSTRAK**

Pesatnya perkembangan media sosial YouTube di Indonesia dimanfaatkan oleh *fitness influencer* untuk menyampaikan informasi dan pengalaman melalui konten *workout*. Penerapan kredibilitas sumber telah menjadi faktor berkontribusi terhadap perubahan sikap seseorang. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh kredibilitas konten *workout* di YouTube channel Yulia Baltschun terhadap pembentukan sikap positif generasi Z untuk berolahraga. Teori penelitian ini menggunakan teori kredibilitas sumber. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksplanatif dengan teknik penarikan sampel dilakukan *purposive sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah survei kepada 94 responden mahasiswi aktif UPN Veteran Jakarta. Hasil penelitian ini memiliki pengaruh kredibilitas konten *workout* di YouTube channel Yulia Baltschun terhadap pembentukan sikap positif generasi Z untuk berolahraga. Besarnya pengaruh yang diberikan oleh kredibilitas konten *workout* sebesar 56,1% terhadap pembentukan sikap positif generasi Z untuk berolahraga. Sisanya, sebanyak 43,9% dipengaruhi oleh variabel-variabel di luar cakupan penelitian ini.

**Kata Kunci** : Kredibilitas, YouTube, Pembentukan Sikap, Teori Kredibilitas Sumber

**THE INFLUENCE OF THE CREDIBILITY OF WORKOUT  
CONTENT ON THE YOUTUBE YULIA BALTSCHUN ON THE  
FORMATION OF A POSITIVE ATTITUDE IN THE Z GENERATION TO  
EXERCISE (SURVEY ON STUDENTS OF UPN “VETERAN” JAKARTA)**

**INDRIANA SAFIRA**

**ABSTRACT**

*The rapid development of social media YouTube in Indonesia is exploited by fitness influencers to convey information and experiences through workout content. The application of source credibility has been a contributing factor to a person's attitude change. The research aims to find out the impact of the credibility of workout content on Yulia Baltschun's YouTube channel on the formation of a positive attitude toward exercise among the Z generation. This research theory uses the theory of source credibility. This research uses explanatory quantitative methods with sampling techniques performed by a purposive sampler. The research method used was a survey of 94 active UPN veterans in Jakarta. The results of the study have influenced the credibility of workout content on Yulia Baltschun's YouTube channel and the formation of a positive attitude toward exercise among the Z generation. The size of the influence given by the credibility of the workout content of 56.1% on the formation of a positive attitude of Generation Z toward exercise. The remaining 43.9% were influenced by variables outside the scope of this study.*

**Keywords :** *Credibility, YouTube, Attitude Formation, Source Credibility Theory*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Kredibilitas Konten Workout di YouTube Channel Yulia Baltschun Terhadap Pembentukan Sikap Positif Generasi Z untuk Berolahraga (Survei Pada Mahasiswi Aktif UPN Veteran Jakarta)”**. Oleh karena itu, peneliti ucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Fitria Ayuningtyas, M.Si selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
2. Drs. Aan Setiadarma, M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, waktu, dan masukan selama proses penyusunan skripsi peneliti.
3. Ratu Laura Mulia B.P, S.Psi., M.Sc selaku Dosen Pembimbing II yang telah senantiasa membimbing dan memberikan saran terhadap penulisan skripsi peneliti.
4. Keluarga peneliti, Ibu Naamih dan Bapak Abd. Razak serta kakak laki-laki peneliti, yaitu Lukman Harun Al Rasyid yang selalu memberikan dukungan berupa semangat, motivasi, doa yang tiada henti, perhatian yang luar biasa sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam membantu pengisian kuesioner peneliti.
6. Rekan-rekan Mahasiswa yang tidak dapat disebutkan satupersatu telah membantu dan memberikan semangat peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini telah diupayakan untuk disusun dengan sebaik-baiknya, peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penelitian ataupun hal lainnya.

Jakarta, 8 Maret 2023



Indriana Safira



## DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS .....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI .....	iii
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	9
I.3 Tujuan Penelitian .....	9
I.4 Manfaat Penelitian .....	9
I.5 Sistematika Penulisan .....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
II.1 Konsep dan Teori Penelitian.....	11
II.1.1 Komunikasi Persuasif.....	11
II.1.2 Media Sosial.....	12
II.1.3 Youtube .....	13
II.1.4 Konten Workout Yulia Baltschun.....	14
II.1.5 Pembentukan Sikap Positif .....	15
II.1.6 Generasi Z.....	17
II.1.7 Teori Kredibilitas Sumber.....	17
II.2 Kerangka Berpikir .....	20
II.3 Hipotesis .....	21
BAB III .....	22
METODOLOGI PENELITIAN.....	22
III.1 Objek Penelitian .....	22
III.2 Jenis Penelitian .....	22
III.3 Teknik Pengumpulan Data .....	23

Indriana Safira, 2023

*PENGARUH KREDIBILITAS KONTEN WORKOUT DI YOUTUBE CHANNEL YULIA  
BALTSCHUN TERHADAP PEMBENTUKAN SIKAP POSITIF GENERASI Z UNTUK  
BEROLAHRAGA (SURVEI PADA MAHASISWI AKTIF UPN VETERAN JAKARTA)*

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, S1 Ilmu Komunikasi

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

III.4 Sumber Data .....	26
III.4.1 Data Primer .....	26
III.4.2 Data Sekunder .....	27
III.5 Tabel Operasional Variabel .....	28
III.6 Teknik Analisis Data .....	30
III.6.1 Uji Validitas .....	30
III.6.2 Uji Reliabilitas .....	32
III.6.3 Uji Asumsi Klasik .....	34
III.6.4 Uji Regresi Linear Sederhana .....	35
III.6.5 Uji Korelasi .....	35
III.6.6 Uji Koefisien Determinasi .....	36
III.6.7 Uji Hipotesis .....	37
III.7 Tabel Rencana Waktu Penelitian .....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	40
IV.1 Hasil Penelitian .....	40
IV.1.1 Karakteristik Responden .....	41
IV.1.2 Analisis Hasil Pernyataan Kredibilitas (Variabel X) .....	42
IV.1.3 Analisis Hasil Pernyataan Pembentukan Sikap (Variabel Y) .....	54
IV.1.4 Hasil Uji Asumsi Klasik .....	64
IV.1.5 Hasil Uji Korelasi .....	65
IV.1.6 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana .....	67
IV.1.7 Hasil Uji Koefisien Determinasi .....	68
IV.1.8 Hasil Uji Hipotesis .....	69
IV.2 Pembahasan .....	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	77
V.1 Kesimpulan .....	77
V.2 Saran .....	77
IV.2.1 Saran Teoritis .....	78
IV.2.2 Saran Praktis .....	78
DAFTAR PUSTAKA .....	79
DAFTAR LAMPIRAN .....	83

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Platform Media Sosial.....	2
Gambar 2. Perbandingan akun YouTube Fitness Influencer .....	4
Gambar 3. Model Influencer Kebugaran Media Sosial Konseptual .....	19
Gambar 4. Kerangka Berpikir .....	20

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi Mahasiswi Aktif UPN Veteran Jakarta.....	24
Tabel 2. Skala Likert Penilaian Responden .....	27
Tabel 3. Operasional Variabel.....	28
Tabel 4. Uji Validitas Variabel X .....	31
Tabel 5. Uji Validitas Variabel Y .....	32
Tabel 6. Tingkat Reliabilitas Cronbach's Alpha.....	33
Tabel 7. Uji Reliabilitas Variabel X.....	33
Tabel 8. Uji Reliabilitas Variabel Y.....	34
Tabel 9. Nilai Koefisien Korelasi.....	36
Tabel 10. Waktu dan Kegiatan Penelitian.....	39
Tabel 11 Data Kriteria Responden (n=94).....	40
Tabel 12 Data Fakultas Responden (n=94).....	41
Tabel 13 Distribusi Frekuensi X.1 (n=94) .....	42
Tabel 14 Distribusi Frekuensi X.2 (n=94) .....	43
Tabel 15 Distribusi Frekuensi X.3 (n=94) .....	44
Tabel 16 Distribusi Frekuensi X.4 (n=94) .....	44
Tabel 17 Distribusi Frekuensi X.5 (n=94) .....	45
Tabel 18 Distribusi Frekuensi X.6 (n=94) .....	45
Tabel 19 Distribusi Frekuensi X.7 (n=94) .....	46
Tabel 20 Distribusi Frekuensi X.8 (n=94) .....	47
Tabel 21 Distribusi Frekuensi X.9 (n=94) .....	47
Tabel 22 Distribusi Frekuensi X.10 (n=94) .....	48
Tabel 23 Distribusi Frekuensi X.11 (n=94) .....	49
Tabel 24 Distribusi Frekuensi X.12 (n=94) .....	49
Tabel 25 Distribusi Frekuensi X.13 (n=94) .....	50
Tabel 26 Distribusi Frekuensi X.14 (n=94) .....	51
Tabel 27 Distribusi Frekuensi X.15 (n=94) .....	51
Tabel 28 Distribusi Frekuensi X.16 (n=94) .....	52
Tabel 29 Distribusi Frekuensi X.17 (n=94) .....	52
Tabel 30 Hasil Nilai Rata-Rata Indikator Variabel X (n = 94).....	53
Tabel 31 Nilai Kategori Variabel X (n = 94).....	54
Tabel 32 Distribusi Frekuensi Y.1 (n=94) .....	55
Tabel 33 Distribusi Frekuensi Y.2 (n=94) .....	55
Tabel 34 Distribusi Frekuensi Y.3 (n=94) .....	56
Tabel 35 Distribusi Frekuensi Y.4 (n=94) .....	57
Tabel 36 Distribusi Frekuensi Y.5 (n=94) .....	57
Tabel 37 Distribusi Frekuensi Y.6 (n=94) .....	58
Tabel 38 Distribusi Frekuensi Y.7 (n=94) .....	58
Tabel 39 Distribusi Frekuensi Y.8 (n=94) .....	59
Tabel 40 Distribusi Frekuensi Y.9 (n=94) .....	59
Tabel 41 Distribusi Frekuensi Y.10 (n=94) .....	60

Tabel 42 Distribusi Frekuensi Y.11 (n=94) .....	61
Tabel 43 Distribusi Frekuensi Y.12 (n=94) .....	61
Tabel 44 Distribusi Frekuensi Y.13 (n=94) .....	62
Tabel 45 Hasil Nilai Rata-Rata Indikator Variabel Y (n = 94) .....	63
Tabel 46 Nilai Kategori Variabel Y (n = 94) .....	63
Tabel 47 Uji Normalitas .....	64
Tabel 48 Uji Heteroskedastisitas Glejser .....	65
Tabel 49 Uji Korelasi .....	66
Tabel 50 Uji Regresi Linier Sederhana X terhadap Y .....	67
Tabel 51 Uji Koefisien Determinasi X terhadap Y .....	68
Tabel 52 Uji – t .....	69

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Riwayat Hidup .....	83
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian .....	84
Lampiran 3. Tabel Induk Hasil Kuesioner Uji Validitas dan Reliabilitas .....	90
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	92
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian (Google Form).....	94
Lampiran 6. Penyebaran Kuesioner Penelitian .....	96
Lampiran 7. Turnitin .....	97