

**SKRIPSI**

***SELF HEALING* GENERASI Z: BENTUK BARU PERILAKU  
KONSUMTIF PADA MAHASISWI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU  
POLITIK UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**



**AZMI ANUGERAH PUTRI**

**2010415120005**

**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
PROGRAM STUDI SOSIOLOGI**

**2024**



LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**SELF HEALING GENERASI Z: BENTUK BARU PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Disusun dan diajukan oleh:

**AZMI ANUGERAH PUTRI**  
**2010415120005**

Dinyatakan lulus dengan nilai 84,66 (A) dalam ujian mempertahankan skripsi Tingkat Sarjana (S1) Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin, pada tanggal: 19 April 2024

Menyetujui,  
Pembimbing,

**Sri Hidayah, M. Sc**  
NIP. 19720523201801204001

Penguji 1,

**Siti Zulaikha, S.Sos., M.Sos**  
NIP. 199310162022032019

Penguji 2,

**Dimas Asto Aji An'amta, S.Pd., M.A**  
NIP. 198909132019031009

Dekan  
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Lambung Mangkurat

**Prof. Dr. H. Budi Suryadi, S.Sos., M.Si.**  
NIP. 197301221998021001

Ketua Progam Studi Sosiologi  
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik  
Universitas Lambung Mangkurat



**Dr. H. Setia Budhi, M.Si. Ph.D.**  
NIP. 196501011990031008



## BERITA ACARA



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
Jalan Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin 70123  
Telepon : (0511) 3304595 Laman : <http://fisip.ulm.ac.id/>

### BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Jum'at tanggal 19 bulan April tahun 2024, Tim Penguji yang ditunjuk oleh Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin dengan surat Nomor: /UN8.1.13/KP/2024 tanggal April 2024 untuk menguji skripsi :

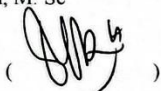


Nama : Azmi Anugrah Putri  
NIM : 2010415120005  
Jurusan/Program Studi : S1 Sosiologi  
Judul Skripsi : Self Healing Generasi Z : Bentuk Baru Perilaku Konsumtif pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat  
Tempat Ujian : Ruang Rapat Lt.3 Fisip ULM  
Waktu Ujian : 14.00 WITA-15.30 WITA  
Nilai : 84,66 (A)  
Dinyatakan : Lulus / ~~Tidak Lulus~~

Demikian berita acara ini dibuat dan ditandatangani sesuai dengan peraturan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Dibuat di : BANJARMASIN  
Pada Tanggal : 19 April 2024

Tim Penguji,

Mahasiswa yang diuji,

1. Ketua : Sri Hidayah, M. Sc  
(  )
2. Anggota : Siti Zulaikha, S.Sos., M.Sos  
(  )
3. Anggota : Dimas Asto Aji An'ama, S.Pd., M.A  
(  )



Azmi Anugrah Putri  
2010415120005

Membenarkan :  
Koordinator Program Studi Sosiologi  
  
MRS. Nurbaeti Buchi, M.Si.Ph.D.  
NIP. 19650101 199003 1 008



## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Azmi Anugerah Putri  
Nomor Induk Mahasiswa : 2010415120005  
Program Studi : Sosiologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya dengan judul,

**“SELF HEALING GENERASI Z: BENTUK BARU PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT”**

Merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pemikiran orang lain. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan peraturan yang mengaturnya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya, tanpa paksaan dan intimidasi dari pihak manapun.

Banjarmasin, 2 Mei 2024

Yang menyatakan,



**Azmi Anugerah Putri**  
NIM. 2010415120005

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, karena ridho dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “*Self Healing* Generasi Z: Bentuk Baru Perilaku Konsumtif pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mengerjakan skripsi pada program Strata-1 di Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lambung Mangkurat.

Penulis menyadari proposal skripsi ini jauh dari kata sempurna dan tidak luput dari kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang sosial. Penulis menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak.

Selanjutnya penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ahmad S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
2. Prof. Dr. H. Budi Suryadi, S.Sos., M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat.
3. Drs. H.Setia Budhi, M.Si, Ph.D selaku Ketua Jurusan Sosiologi Universitas Lambung Mangkurat.
4. Sri Hidayah, M.Sc. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia senantiasa memberikan masukan, bimbingan dan arahan dalam penyempurnaan skripsi ini
5. Varinia Pura Damaiyanti, S.Sos., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik.

6. Seluruh Dosen di Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat.

Kepada semua pihak yang dengan keikhlasannya telah membantu dalam penulisan skripsi ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebanyak-banyaknya. Semoga menjadi amal baik dan mendapatkan balasan yang berkali-kali lipat lebih baik dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan guna menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi yang ditulis dapat bermanfaat bagi masyarakat umum maupun akademisi.

Banjarmasin, 1 April 2024

Azmi Anugerah Putri

## ABSTRAK

**Azmi Anugerah Putri.** “Self Healing Generasi Z: Bentuk Baru Perilaku Konsumtif pada Mahasiswi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat”. (Dibimbing oleh Sri Hidayah, M.Sc)

Pandemi Covid-19 dikatakan menjadi awal maraknya tren *self healing* yang dilakukan oleh banyak orang terutama mahasiswa generasi Z. Keseharian yang harus dilakukan di rumah karena adanya pandemi menjadi penyebab banyak yang mencari pelarian dengan melakukan *self healing*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses *self healing* pada mahasiswa generasi Z Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lambung Mangkurat menjadi perilaku yang konsumtif dan makna *self healing* bagi mahasiswa generasi Z FISIP ULM. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode pendekatan fenomenologi, teknik pengumpulan data dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Informan penelitian didapatkan dengan teknik *snowball* berjumlah 18 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa generasi Z FISIP ULM memaknai *self healing* sebagai kewajiban, beban, dan sebagai cara untuk mendapatkan pengakuan juga unjuk diri di media sosial. *Self healing* bagi mereka dijadikan nilai tanda yang dikonsumsi untuk memamerkan gaya hidup mereka. Logika konsumsi mahasiswi Generasi Z di FISIP ULM bukan lagi bagaimana sebenarnya *self healing* dapat memberikan kesembuhan seutuhnya tetapi tergantikan menjadi sebuah kebutuhan yang setiap waktu harus selalu dipenuhi. Bahkan dalam prosesnya, tren *self healing* yang berawal dari terus dilakukan walaupun tidak lagi pada masa pandemi Covid-19 hingga menjadi kebiasaan dan akhirnya sulit ditinggalkan sehingga menjadi bentuk baru perilaku dan gaya hidup yang konsumtif.

Kata Kunci: *self healing*, generasi Z, perilaku konsumtif, tren

## **ABSTRACT**

**Azmi Anugerah Putri.** *"Self Healing Generation Z: A New Form of Consumer Behavior of Students at the Faculty of Social and Political Sciences, Lambung Mangkurat University". (Supervised by Sri Hidayah, M.Sc)*

*The Covid 19 pandemic is said to be the start of the self-healing trend that is being carried out by many people, especially generation Z students. Daily activities that have to be done at home because of the pandemic are the reason why many people are looking for escapism by doing self-healing. This research aims to find out how the self-healing process for generation Z students at the Faculty of Social and Political Sciences Lambung Mangkurat University results in consumer behavior and the meaning of self-healing for generation Z students at FISIP ULM. This type of research uses qualitative research with a phenomenological approach, data collection techniques using observation, interviews, and documentation. The number of research informants obtained using the snowball technique was 18 people. The results of this research show that Generation Z FISIP ULM students interpret self-healing as an obligation, a burden, and as a way to gain recognition and show off themselves on social media. The logic of consumption by Generation Z students at FISIP ULM is no longer how self-healing can actually provide complete healing but has been replaced by a need that must always be fulfilled at all times. For them, self-healing is used as a token value that is consumed to show off their lifestyle. In fact, even in the process, the self-healing trend that started continued to be carried out even though it was no longer during the Covid-19 pandemic until it became a habit and eventually became difficult to abandon, thus becoming a new form of consumerist behavior and lifestyle.*

*Keywords: self healing, generation Z, consumer behavior, trends*



## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
BERITA ACARA .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	11
2.1 <i>Review</i> Penelitian Terdahulu.....	11
2.2 Uraian Konseptual .....	17
2.2.1 <i>Self Healing</i> .....	17
2.2.2 Generasi Z.....	23
2.2.3 Perilaku Konsumtif.....	25
2.3 Landasan Teori.....	26
2.3.1 Masyarakat Konsumsi .....	26
2.4 <i>State of the Art</i> Penelitian .....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Jenis Penelitian .....	31
3.2 Pendekatan yang Digunakan.....	31
3.3 Waktu dan Lokasi Penelitian .....	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.4.1 Observasi .....	33
3.4.2 Wawancara.....	34

3.4.3 Dokumentasi.....	35
3.5 Subyek Penelitian .....	36
3.6 Teknik Analisis Data.....	39
3.6.1 Reduksi Data.....	40
3.6.2 Penyajian Data.....	40
3.6.3 Penarikan Kesimpulan/Verifikasi .....	41
3.7 Tahapan dan Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	41
BAB IV GAMBARAN LOKASI PENELITIAN .....	43
4.1 Keadaan Demografis .....	43
4.2 Setting Penelitian.....	44
4.2.1 Situasi Sosial FISIP ULM.....	44
4.2.2 Gambaran Umum Mahasiswi FISIP ULM yang Mengikuti Tren <i>Self Healing</i> Konsumtif .....	45
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
5.1 Profil Informan .....	50
5.2 Proses <i>Self Healing</i> Menjadi Perilaku Konsumtif pada Mahasiswi Generasi Z FISIP ULM.....	62
5.2.1 Maraknya Isu Kesehatan Mental .....	62
5.2.2 Covid-19 Hanya Menjadi Alasan.....	65
5.2.3 Miskonsepsi <i>Self Healing</i> yang Menyebar di Media Sosial .....	68
5.2.4 Tren <i>Self Healing</i> yang Terus dilakukan Hingga Menjadi Perilaku Konsumtif .....	70
5.3 Makna <i>Self Healing</i> bagi Mahasiswi Generasi Z FISIP ULM.....	72
5.3.1 Ragam Makna <i>Self Healing</i> bagi Mahasiswi Generasi Z FISIP ULM .	73
5.3.2 Perubahan Makna dan Perubahan Kebutuhan .....	78
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....	82
6.1 Kesimpulan.....	82
6.2 Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA .....	85
LAMPIRAN .....	88

## **DAFTAR TABEL**

3.1 Data Informan.....	38
3.2 Matriks Tahapan dan Jadwal Penelitian .....	41
4.1 Jumlah Mahasiswa FISIP ULM Angkatan 2019-2022.....	43

## DAFTAR GAMBAR

3.1 Alur sumber data para informan menggunakan teknik <i>snowball</i> .....	36
4.1 Informan yang sedang nongkrong di cafe .....	47
5.1 Informan yang sedang <i>self healing</i> ke cafe .....	74
5.2 Informan yang sedang <i>self healing</i> ke Danau Biru .....	76
5.3 Informan yang sedang <i>self healing</i> ke Pantai Batakan.....	77
5.4 Informan yang sedang <i>self healing</i> ke Yogyakarta.....	80

