

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERILAKU MANAJEMEN SAMPAH PENGIKUT AKUN INSTAGRAM @LYFEWITHLESS DITINJAU DARI SOCIAL COGNITIVE THEORY

ADINDA PUTI SHAFSA SAKINAH



**DEPARTEMEN SAINS KOMUNIKASI DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Perilaku Manajemen Sampah Pengikut Akun Instagram @lyfewithless Ditinjau dari *Social Cognitive Theory*” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2025

Adinda Puti Shafa Sakinah
NIM. I3401211052



ABSTRAK

ADINDA PUTI SHAFSA SAKINAH. Perilaku Manajemen Sampah Pengikut Akun Instagram @lyfewithless Ditinjau dari *Social Cognitive Theory*. Dibimbing oleh SARWITITI SARWOPRASODJO.

Perilaku manajemen sampah dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku manajemen sampah pengikut akun Instagram @lyfewithless ditinjau dari *Social Cognitive Theory*, dalam konteks kampanye digital minim sampah. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan kuesioner sebagai instrumen utama dan didukung data kualitatif dari wawancara mendalam. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas pengikut menunjukkan perilaku manajemen sampah yang positif, didukung oleh tingkat pengetahuan, sikap, dan ekspektasi hasil yang tinggi, serta dukungan lingkungan yang cukup baik. Terdapat hubungan signifikan antara faktor personal dan lingkungan dengan perilaku manajemen sampah, yang menekankan pentingnya edukasi aplikatif, dukungan sosial, dan ketersediaan fasilitas dalam mendorong perilaku berkelanjutan.

Kata kunci: kampanye lingkungan, perilaku manajemen sampah, *Social Cognitive Theory*

ABSTRACT

ADINDA PUTI SHAFSA SAKINAH. Waste Management Behavior of @lyfewithless Instagram Followers Viewed Through the Lens of Social Cognitive Theory. Supervised by SARWITITI SARWOPRASODJO.

Waste management behavior is influenced by various internal and external factors. This study aims to identify the waste management behavior of Instagram followers of @lyfewithless through the lens of Social Cognitive Theory, within the context of a digital minimal waste campaign. The research employed a quantitative method using questionnaires as the primary instrument, supported by qualitative data from in-depth interviews. The results show that most followers demonstrate positive waste management behavior, supported by high levels of knowledge, attitude, and outcome expectations, as well as relatively good environmental support. A significant relationship was found between personal and environmental factors and waste management behavior, highlighting the importance of practical education, social support, and accessible facilities in encouraging sustainable behavior.

Keywords: environmental campaign, Social Cognitive Theory, waste management behavior



- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2025
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PERILAKU MANAJEMEN SAMPAH PENGIKUT AKUN INSTAGRAM @LYFEWITHLESS DITINJAU DARI SOCIAL COGNITIVE THEORY

ADINDA PUTI SHAFSA SAKINAH

Skripsi
Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat

**DEPARTEMEN SAINS KOMUNIKASI DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Dr. Dwi Retno Hapsari, S.P., M.Si.
2. Rajib Gandi, S.KPm, M.Si.

Perpustakaan IPB University



Judul Skripsi

: Perilaku Manajemen Sampah Pengikut Akun Instagram
@lyfewithless Ditinjau dari *Social Cognitive Theory*
Nama : Adinda Puti Shafa Sakinah
NIM : 13401211052

Nama
NIM

@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing:

Dr. Ir. Sarwititi Sarwoprasodjo, MS.

Diketahui oleh

Ketua Departemen Komunikasi dan
Pengembangan Masyarakat:
Prof. Dr. Ir. Anna Fatchiya, M.Si
NIP 196811211997022001

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tanggal Ujian:
11 Agustus 2025

Tanggal Lulus:

25 AUG 2025

PRAKATA

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya dan juga ilmu kemajuan dalam berfikir sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perilaku Manajemen Sampah Pengikut Akun Instagram @lyfewithless Ditinjau dari *Social Cognitive Theory*”** untuk memenuhi syarat kelulusan Mata Kuliah Skripsi (KPM 1499) pada Mayor Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor. Selama penulisan, penulis menyadari bahwa tidak akan mampu membuat tulisan ini tanpa dukungan dan bantuan orang-orang terdekat penulis, berkat dukungan dan doa mereka akhirnya penulis mampu menyelesaikan karya ini. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. Sarwititi Sarwoprasodjo, M.S. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran, arahan, serta motivasi untuk penulis selama proses penulisan hingga penyelesaian skripsi ini.
2. Komunitas *Lyfe With Less* yang sudah memberikan izin dan dukungan kepada penulis dalam melakukan penelitian ini.
3. Kedua orang tua tercinta, Ayah Baimahdi dan Ibu Nielvayenti, Abang, Teteh, dan Alesha yang selalu memanjatkan doa, dukungan, dan kasih sayang kepada penulis yang menjadi sumber kekuatan penulis dalam menghadapi segala rintangan. Terima kasih atas segala pengorbanan, nasihat, dan doa baik yang tidak pernah berhenti.
4. Ramadhan Rizal Rahman yang sudah setia menemani setiap proses jatuh bangun selama menyusun skripsi ini, serta selalu sabar mendengar keluh kesah dan memberi semangat saat lelah.
5. Martina Silitonga, teman satu bimbingan sekaligus satu geng, bersama Shafira, Indah, Fisalma, dan Firsta, yang telah menjadi *support system* terbaik selama masa-masa penuh tekanan. Terima kasih atas canda tawa dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini bersama.
6. Khansa Nida, Syifa Aulia, Dhiya, Kayla, grup Oneren, grup Internal HIMASIERA 2023, dan Bang Dabet yang selalu hadir memberikan dukungan dan bantuan selama menulis skripsi.
7. Teman-teman “Orvion” Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat Angkatan 58 yang telah berjuang bersama dalam menyelesaikan skripsi ini.

Bogor, Agustus 2025

Adinda Puti Shafa Sakinah

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	5
1.4 Manfaat	5
II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Tinjauan Pustaka	7
2.1.1 Komunikasi Lingkungan	7
2.1.2 Kampanye Komunikasi Lingkungan	8
2.1.3 Media Sosial Instagram Sebagai Media Kampanye	9
2.1.4 <i>Social Cognitive Theory</i>	10
2.1.5 Faktor Personal Pendukung Pembentukan Perilaku	12
2.1.6 Faktor Lingkungan Pendukung Pembentukan Perilaku	13
2.1.7 Perilaku Manajemen Sampah	14
2.2 Kerangka Pemikiran	16
2.3 Hipotesis Penelitian	17
III METODE PENELITIAN	19
3.1 Pendekatan Lapang	19
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	19
3.3 Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data	20
3.4 Teknik Pemilihan Responden dan Informan	21
3.5 Uji Validitas dan Reliabilitas	23
3.6 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	23
3.7 Definisi Operasional	24
3.7.1 Faktor Personal Pendukung Perilaku Manajemen Sampah	24
3.7.2 Faktor Lingkungan Pendukung Perilaku Manajemen Sampah	26
3.7.3 Perilaku Pro Lingkungan Manajemen Sampah	28
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Gambaran Umum	31
4.1.1 Sejarah Komunitas	31
4.1.2 Visi dan Misi <i>Lyfe With Less</i>	33
4.1.3 Kampanye yang Diluncurkan Oleh <i>Lyfe With Less</i>	33
4.1.4 Analisis Isi Konten @lyfewithless	36
4.2 Karakteristik Individu Pengikut Akun Instagram @lyfewithless	39
4.2.1 Jenis Kelamin	39
4.2.2 Usia	40
4.2.3 Pekerjaan	40



4.3	Analisis Deskripsi Faktor Personal, Faktor Lingkungan, dan Perilaku Manajemen Sampah	41
4.3.1	Faktor Personal Pendukung Perilaku Manajemen Sampah	41
4.3.2	Faktor Lingkungan Pendukung Perilaku Manajemen Sampah	50
4.3.3	Perilaku Manajemen Sampah	60
4.4	Analisis Hubungan Faktor Personal, Faktor Lingkungan, dan Perilaku Manajemen Sampah	66
4.4.1	Hubungan Faktor Personal Pendukung Perilaku Manajemen Sampah dengan Perilaku Manajemen Sampah	66
4.4.2	Hubungan Faktor Lingkungan Pendukung Perilaku Manajemen Sampah dengan Perilaku Manajemen Sampah	69
4.4.3	Hubungan Faktor Personal Pendukung Perilaku Manajemen Sampah dengan Faktor Lingkungan Pendukung Perilaku Manajemen Sampah	72
4.5	Pembahasan Umum	74
4.5.1	Perilaku Manajemen Sampah dan Faktor-faktor yang Memengaruhi	74
4.5.2	Rekomendasi Strategi Perilaku Manajemen Sampah	81
V	KESIMPULAN DAN SARAN	85
5.1	Kesimpulan	85
5.2	Saran	86
	DAFTAR PUSTAKA	89
	LAMPIRAN	95
	RIWAYAT HIDUP	111



DAFTAR TABEL

2.1	Fungsi Komunikasi Lingkungan	7
2.2	Pilar <i>Audience Engagement</i>	10
3.1	Kebutuhan data, jenis data, dan teknik pengumpulan data	21
4.1	Jumlah dan persentase responden berdasarkan karakteristik individu	39
4.2	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat faktor personal pendukung perilaku manajemen sampah	42
4.3	Rata-rata skor pengikut menurut indikator pengetahuan manajemen sampah	43
4.4	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat pengetahuan manajemen sampah	44
4.5	Rata-rata skor pengikut menurut indikator ekspektasi hasil perilaku manajemen sampah	46
4.6	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat ekspektasi hasil perilaku manajemen sampah	47
4.7	Rata-rata skor pengikut menurut indikator sikap terhadap perilaku manajemen sampah	48
4.8	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat sikap terhadap perilaku manajemen sampah	49
4.9	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat faktor lingkungan pendukung perilaku manajemen sampah	51
4.10	Rata-rata skor pengikut menurut indikator kemudahan mengakses infrastruktur fisik	52
4.11	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat kemudahan mengakses infrastruktur fisik	53
4.12	Rata-rata skor pengikut menurut indikator pengaruh kampanye manajemen sampah	55
4.13	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat pengaruh kampanye manajemen sampah	56
4.14	Rata-rata skor pengikut menurut indikator dukungan lingkungan sosial	58
4.15	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat dukungan lingkungan sosial	59
4.16	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat perilaku manajemen sampah	60
4.17	Rata-rata skor pengikut menurut indikator <i>self-efficacy</i> (kepercayaan diri untuk konsisten memanajemen sampah)	62
4.18	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat <i>self-efficacy</i> (kepercayaan diri untuk konsisten memanajemen sampah)	63
4.19	Rata-rata skor pengikut menurut indikator <i>Practice</i> (Penerapan secara Konsisten Manajemen Sampah)	64
4.20	Jumlah dan persentase pengikut menurut tingkat <i>Practice</i> (Penerapan secara Konsisten Manajemen Sampah)	65
4.21	Jumlah pengikut menurut faktor personal dan perilaku manajemen sampah	67
4.22	Hasil uji korelasi <i>Rank Spearman</i> faktor personal dengan perilaku manajemen sampah	68

@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

4.23	Jumlah pengikut menurut faktor lingkungan dan perilaku manajemen sampah	70
4.24	Hasil uji korelasi Rank Spearman faktor lingkungan dengan perilaku manajemen sampah	71
4.25	Jumlah pengikut menurut faktor personal dan faktor lingkungan	73
4.26	Hasil uji korelasi Rank Spearman faktor personal dengan faktor lingkungan	73
4.27	Hasil uji hubungan <i>Rank Spearman</i> faktor personal, faktor lingkungan, dan perilaku manajemen sampah	75
4.28	Rata-rata skor pengikut menurut indikator faktor personal dan dua pernyataan dengan skor terendah	76
4.29	Rata-rata skor pengikut menurut indikator faktor lingkungan dan dua pernyataan dengan skor terendah	78
4.30	Rata-rata skor pengikut menurut indikator perilaku manajemen sampah dan dua pernyataan dengan skor terendah	80

DAFTAR GAMBAR

2. 1	Pengguna Instagram di Indonesia Februari 2025 (dimodifikasi dari NapoleonCat (2025), <i>Instagram Users in Indonesia February 2025</i>).	9
2. 2	Skema <i>Reciprocal Determinism</i> (dimodifikasi dari Bandura (2001), <i>Aggression: A social learning analysis. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall</i>).	11
2. 3	Hubungan antar variabel penelitian	17
4. 1	<i>Website Lyfe With Less</i>	31
4. 2	Akun Instagram @lyfewithless	32
4. 3	Kampanye yang diusung oleh <i>Lyfe With Less</i>	34
4. 4	Potret kampanye #SalingSilang secara <i>offline</i>	34
4. 5	Salah satu contoh <i>event</i> #LWLCClass di <i>website Lyfe With Less</i>	35
4. 6	Konten <i>reels Instagram</i> @lyfewithless	36
4. 7	Komentar pengikut mengenai pesan konten <i>reels</i> yang disampaikan	37

DAFTAR LAMPIRAN

1	Lokasi Penelitian	96
2	Jadwal Penelitian	97
3	Daftar Responden	98
4	Catatan Harian Lapang	101
5	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	107
6	Dokumentasi	109