

## Analisis Dampak Konten Visual terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Media Sosmed Instagram

Lola Nurhasanah<sup>1</sup>, Tata Sutabri<sup>2</sup>  
Universitas Bina Darma, Indonesia

Alamat: Jl Jenderal Ahmad Yani No 3, 9/10 Ulu 1, Kota Palembang, Sumatra Selatan 30111

Korespondensi penulis: [lolanurhasanah@gmail.com](mailto:lolanurhasanah@gmail.com)

**Abstract.** *This study aims to analyze the impact of visual content on Instagram on users' psychological well-being, focusing on body image, Fear of Missing Out (FoMO), and life satisfaction. As Instagram usage increases, more users are exposed to visual content promoting certain beauty standards and ideal lifestyles that are often unattainable for many. This exposure drives social comparison and FoMO, triggering various adverse effects on psychological well-being, such as low self-confidence, anxiety, and dissatisfaction with oneself. This research employed survey methods and a literature review from relevant prior studies. Findings indicate that exposure to idealized visual content on Instagram significantly intensifies body image dissatisfaction and personal insecurity. On the other hand, findings also suggest that educational and inspirational content on Instagram has the potential to support psychological well-being, though its accessibility and popularity are often overshadowed by entertainment and lifestyle content. The study concludes by emphasizing the need for users to be more selective in their content consumption and the platform's role in promoting positive content that supports psychological well-being. This approach could help mitigate the negative impacts while maximizing the positive benefits of Instagram for its users.*

**Keywords:** *psychological well-being, body image, Fear of Missing Out (FoMO)*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak konten visual di Instagram terhadap kesejahteraan psikologis pengguna, terutama dalam konteks citra tubuh, Fear of Missing Out (FoMO), dan kepuasan hidup. Seiring dengan meningkatnya penggunaan Instagram, semakin banyak pengguna yang terpapar konten visual yang mempromosikan standar kecantikan tertentu dan gaya hidup ideal yang sulit dicapai oleh sebagian besar orang. Hal ini mendorong fenomena perbandingan sosial dan FoMO, yang memicu berbagai dampak negatif pada kesejahteraan psikologis, seperti rendahnya kepercayaan diri, kecemasan, dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Penelitian ini menggunakan metode survei dan analisis literatur dari berbagai penelitian sebelumnya yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan terhadap konten visual ideal di Instagram secara signifikan meningkatkan ketidakpuasan citra tubuh dan rasa tidak aman terhadap diri sendiri. Di sisi lain, terdapat pula temuan bahwa konten yang edukatif dan inspiratif di Instagram berpotensi mendukung kesejahteraan psikologis, meskipun aksesibilitas dan popularitasnya masih kalah dibandingkan konten hiburan dan gaya hidup. Kesimpulan dari penelitian ini menekankan perlunya pengguna untuk lebih selektif dalam mengonsumsi konten serta peran platform dalam mempromosikan konten positif yang mendukung kesejahteraan psikologis. Hal ini diharapkan dapat mengurangi dampak negatif dan memaksimalkan manfaat positif Instagram bagi pengguna.

**Kata Kunci:** *kesejahteraan psikologis, citra tubuh, Fear of Missing Out (FoMO)*

### 1. PENDAHULUAN

Dalam era digital yang semakin maju, media sosial telah menjadi bagian yang sangat integral dari kehidupan sehari-hari. Salah satu platform yang paling populer adalah Instagram, sebuah media sosial yang berbasis konten visual, di mana pengguna dapat berbagi dan mengakses foto, video, dan cerita dari pengguna lain secara global. Kehadiran Instagram membawa revolusi dalam cara orang berkomunikasi, berbagi informasi, dan berinteraksi, serta menawarkan ruang baru bagi ekspresi diri. Namun, perkembangan ini

juga menimbulkan kekhawatiran mengenai dampak media sosial, terutama konten visual yang mendominasi Instagram, terhadap kesejahteraan psikologis para penggunanya.

Di Indonesia, dengan pengguna Instagram yang mencapai jutaan, dampak dari konten visual ini tidak dapat diabaikan. Instagram, sebagai platform yang menonjolkan estetika dan citra kehidupan yang sempurna, mempengaruhi cara pengguna memandang diri mereka sendiri dan kehidupan mereka. Konten visual yang berlimpah ini sering kali menciptakan standar sosial tertentu mengenai kecantikan, keberhasilan, gaya hidup, dan status ekonomi yang dianggap ideal. Pengguna, khususnya remaja dan dewasa muda, sering kali terpapar dengan konten-konten yang menampilkan tubuh ideal, gaya hidup mewah, atau kebahagiaan yang tampaknya konstan.

Fenomena ini menimbulkan dampak yang berbeda pada berbagai kelompok pengguna. Remaja, sebagai kelompok yang paling rentan, mengalami tekanan yang lebih besar karena mereka berada dalam tahap perkembangan di mana pencarian identitas dan penerimaan sosial sangat penting.

Namun, di sisi lain, Instagram juga memiliki aspek positif yang tidak bisa diabaikan. Platform ini menawarkan ruang untuk ekspresi diri dan kreativitas, serta memungkinkan individu untuk terhubung dengan komunitas yang memiliki minat atau nilai yang sama. Banyak pengguna yang menggunakan Instagram sebagai alat untuk mengembangkan bakat, mempromosikan usaha kecil, dan berbagi cerita inspiratif. Bagi sebagian individu, interaksi positif di media sosial dapat meningkatkan rasa percaya diri dan dukungan sosial, yang merupakan faktor penting dalam kesejahteraan psikologis. Selain itu, fitur-fitur seperti pesan langsung, cerita, dan komentar memungkinkan adanya interaksi yang memberikan rasa keterhubungan, yang penting dalam menjaga kesehatan mental.

Akan tetapi, manfaat ini sering kali dibayangi oleh berbagai risiko. Salah satu risiko yang sering diabaikan adalah dampak negatif dari “fear of missing out” atau FOMO. FOMO adalah perasaan cemas atau takut ketinggalan sesuatu yang menarik atau menyenangkan yang dialami orang lain, yang biasanya dipicu oleh konten yang diposting di media sosial. Pengguna Instagram yang sering melihat kehidupan sosial atau pencapaian teman-temannya dapat merasa tertinggal, yang pada akhirnya dapat menurunkan kepuasan hidup mereka. Ini adalah fenomena yang terjadi karena media sosial hanya menunjukkan “highlight” kehidupan seseorang, dan bukan keseluruhan kisah atau perjuangan yang mereka lalui. Ketidakseimbangan informasi ini memicu rasa tidak aman dan ketidakpuasan yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis.

Oleh karena itu, perlu adanya pemahaman mendalam mengenai bagaimana konten visual di media sosial seperti Instagram dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis individu, baik secara positif maupun negatif. Penelitian tentang hal ini penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat mengurangi dampak negatif, seperti pendidikan literasi media yang dapat membantu pengguna untuk lebih kritis dalam menafsirkan konten yang mereka lihat. Selain itu, penting untuk mengeksplorasi intervensi dan strategi untuk membantu individu menggunakan Instagram secara sehat, sehingga mereka dapat menikmati manfaatnya tanpa mengorbankan kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam konteks ini, artikel ini bertujuan untuk menganalisis dampak konten visual terhadap kesejahteraan psikologis pengguna Instagram, dengan fokus pada faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi diri, harga diri, kecemasan, dan kebahagiaan. Di samping itu, artikel ini juga akan membahas peran algoritma dalam memperkuat pengaruh konten visual dan strategi apa yang dapat diterapkan untuk meminimalisir dampak negatif media sosial.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengeksplorasi dampak konten visual di Instagram terhadap kesejahteraan psikologis pengguna. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data numerik yang dapat diukur secara objektif serta dianalisis secara statistik. Penelitian ini dilaksanakan melalui metode survei yang melibatkan sejumlah responden dari berbagai usia, khususnya remaja dan dewasa muda yang aktif menggunakan Instagram. Survei ini dilakukan menggunakan kuesioner daring untuk mencapai responden yang tersebar luas, serta untuk memastikan data dapat dikumpulkan dalam waktu yang lebih singkat. Kuesioner ini dirancang untuk mengukur beberapa variabel utama yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pengguna, termasuk tingkat kecemasan, perasaan FOMO (Fear of Missing Out), kepuasan hidup, dan citra tubuh (body image).

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi untuk mengidentifikasi seberapa besar pengaruh konten visual terhadap variabel-variabel psikologis seperti body image dan kepuasan hidup. Dengan analisis regresi ini, diharapkan dapat diidentifikasi faktor-faktor visual yang secara signifikan memengaruhi kesejahteraan psikologis responden. Analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik yang umum digunakan dalam penelitian kuantitatif, yaitu SPSS atau software lainnya yang

relevan, sehingga memungkinkan peneliti untuk memperoleh hasil yang akurat dan dapat diandalkan.

Literatur terkait yang menjadi dasar penelitian ini meliputi berbagai kajian mengenai konten visual di Instagram, kesejahteraan psikologis, dan fenomena media sosial pada era digital. Erfiana dan Purnamasari (2023) membahas strategi content marketing yang digunakan influencer melalui Shopee Affiliate Program pada platform Instagram, yang mengungkapkan bagaimana konten influencer dapat menarik perhatian pengguna serta mempengaruhi preferensi mereka. Penelitian ini relevan dalam memahami bagaimana konten visual dapat membentuk persepsi pengguna, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka, terutama dalam konteks konsumsi konten promosi.

Hammi dan Kholifah (2024) menyoroti fenomena Fear of Missing Out (FoMO) pada remaja sebagai salah satu aspek penting yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini menunjukkan bahwa FOMO dapat menjadi pemicu perasaan cemas dan stres pada remaja, khususnya ketika mereka sering terpapar dengan kehidupan ideal yang dipamerkan di media sosial. FoMO dianggap sebagai salah satu dampak negatif dari media sosial yang penting untuk dipahami lebih lanjut, terutama karena dapat mengganggu kesejahteraan psikologis pengguna yang merasa tertinggal atau kurang dalam hidup mereka dibandingkan dengan orang lain.

Studi Marta et al. (2019) membahas peran keluarga dalam kualitas konten Instagram KEMENPPPA yang bertujuan untuk memberikan edukasi dan informasi seputar keluarga di Indonesia. Penelitian ini menyoroti pentingnya konten edukatif dalam mendukung kesejahteraan psikologis, terutama ketika konten tersebut diarahkan pada audiens yang spesifik, seperti keluarga. Dalam konteks penelitian ini, Marta et al. memberikan perspektif penting tentang bagaimana konten visual yang bertujuan edukatif dapat mempengaruhi kesejahteraan pengguna, berbeda dengan konten yang sifatnya hedonis atau semata-mata untuk hiburan.

Penelitian Narotin dan Satwika (2024) fokus pada hubungan antara body image dan kesejahteraan psikologis perempuan dewasa awal pengguna Instagram. Mereka menemukan bahwa citra tubuh yang ideal di media sosial dapat memengaruhi persepsi diri perempuan, yang pada akhirnya mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Temuan ini mendukung gagasan bahwa konten visual di Instagram sering kali menciptakan standar kecantikan yang tidak realistis, yang dapat berdampak negatif pada individu yang merasa bahwa mereka tidak memenuhi standar tersebut. Narotin dan Satwika menekankan bahwa

pengguna media sosial yang lebih sadar akan pengaruh citra tubuh cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Puspitasari et al. (2023) mengeksplorasi pengaruh konten Instagram dari akun @petualanganmenujusesuatu terhadap sikap pengguna dalam menjaga kesehatan mental. Penelitian ini menemukan bahwa konten yang positif dan berorientasi pada kesehatan mental dapat membantu meningkatkan kesadaran pengguna terhadap pentingnya menjaga kesejahteraan mereka. Studi ini menunjukkan bahwa konten visual tidak selalu berdampak negatif, tetapi dapat mendukung kesejahteraan psikologis ketika pengguna terpapar konten yang positif dan informatif.

Sagala (2024) dalam disertasinya mengkaji konten Instagram Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) yang berfungsi memberikan informasi terkait bencana. Penelitian ini memberikan perspektif bahwa konten yang informatif dapat mendukung kesejahteraan masyarakat dengan memberikan rasa aman dan meningkatkan kesiapsiagaan mereka dalam menghadapi bencana. Dalam konteks Instagram, konten yang relevan dan bermanfaat bagi masyarakat dapat menjadi elemen penting dalam menciptakan efek positif bagi pengguna.

Studi lainnya oleh Syifa dan Irwansyah (2022) mengamati dampak media sosial Instagram terhadap kepercayaan diri remaja. Mereka menemukan bahwa paparan konten idealis yang menggambarkan kehidupan sempurna di Instagram dapat menurunkan kepercayaan diri pada remaja. Temuan ini penting untuk memahami bagaimana konten visual dapat menciptakan perasaan inferioritas pada individu yang merasa tidak mampu mencapai standar yang digambarkan di media sosial.

Studi terakhir oleh Sikumbang et al. (2024) menyelidiki peran Instagram terhadap interaksi sosial dan etika pada Generasi Z. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan Instagram dapat mendukung interaksi sosial, tetapi juga membawa tantangan dalam mempertahankan etika dalam berkomunikasi. Konten visual di media sosial tidak hanya memengaruhi kesejahteraan psikologis, tetapi juga etika dan perilaku sosial pengguna.

Dari tinjauan literatur ini, dapat disimpulkan bahwa konten visual di Instagram memiliki dampak yang kompleks terhadap kesejahteraan psikologis pengguna. Meskipun terdapat aspek positif seperti dukungan sosial dan edukasi kesehatan mental, ada pula dampak negatif yang signifikan, seperti FOMO, penurunan kepercayaan diri, dan tekanan sosial dari citra tubuh ideal. Literatur yang tersedia memberikan landasan yang kuat untuk memahami interaksi antara konten visual dan kesejahteraan psikologis, serta membuka

peluang untuk eksplorasi lebih lanjut mengenai strategi mitigasi yang dapat mengurangi dampak negatif media sosial.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini mengungkap berbagai dampak dari konten visual di Instagram terhadap kesejahteraan psikologis pengguna, yang mencakup aspek citra tubuh (body image), kepuasan hidup, kecemasan sosial, dan fenomena Fear of Missing Out (FoMO). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan, ditemukan bahwa sebagian besar responden, terutama remaja dan dewasa muda, merasakan dampak langsung dari konten visual di Instagram terhadap persepsi diri dan kesejahteraan psikologis mereka. Responden yang sering terpapar konten yang menampilkan standar kecantikan atau kehidupan ideal mengaku mengalami penurunan kepercayaan diri dan perasaan tidak puas terhadap diri mereka sendiri. Hal ini berkaitan erat dengan studi oleh Narotin dan Satwika (2024), yang menemukan bahwa perempuan dewasa awal yang sering menggunakan Instagram cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah akibat tekanan sosial yang berasal dari citra tubuh ideal.

Temuan pertama yang signifikan adalah hubungan antara paparan konten visual dan citra tubuh negatif. Banyak responden melaporkan bahwa seringnya melihat konten yang menampilkan standar kecantikan tertentu membuat mereka merasa tidak puas dengan penampilan fisik mereka sendiri. Kondisi ini terutama dialami oleh perempuan yang menganggap bahwa mereka harus memenuhi standar kecantikan yang disajikan oleh influencer atau figur publik di Instagram. Perasaan tersebut memicu munculnya tekanan untuk menyesuaikan diri, yang dalam banyak kasus dapat berujung pada gangguan citra tubuh seperti body dysmorphia. Hal ini mendukung temuan Narotin dan Satwika (2024), yang menegaskan bahwa konten visual di Instagram berperan besar dalam membentuk citra tubuh pengguna, terutama perempuan. Kondisi ini pada akhirnya berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis pengguna, yang merasa bahwa mereka tidak cukup baik jika tidak memenuhi standar estetika yang populer di media sosial.

Selain citra tubuh, fenomena Fear of Missing Out (FoMO) juga menjadi salah satu dampak utama dari penggunaan Instagram yang ditemukan dalam penelitian ini. FoMO merupakan perasaan cemas yang muncul ketika seseorang merasa tertinggal atau tidak mampu mengikuti tren atau kegiatan sosial yang ditampilkan orang lain di media sosial. FoMO sering kali diperparah oleh fitur Instagram yang memungkinkan pengguna untuk berbagi aktivitas sehari-hari dalam bentuk foto atau video, seperti Instagram Stories.

Berdasarkan hasil survei, banyak responden merasa tertekan ketika melihat unggahan yang menunjukkan kesenangan atau pencapaian orang lain, yang mungkin sulit mereka capai. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Hammi dan Kholifah (2024), yang menunjukkan bahwa FoMO merupakan salah satu faktor yang paling mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja di era media sosial. Responden dengan FoMO yang tinggi cenderung merasa kurang puas dengan kehidupan mereka sendiri dan sering merasa cemas atau tertekan.

Selain itu, aspek sosial dari Instagram yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi secara langsung juga mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Meskipun media sosial seperti Instagram dirancang untuk meningkatkan interaksi sosial, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi tersebut tidak selalu berdampak positif. Sebaliknya, banyak pengguna melaporkan perasaan terisolasi atau kurangnya dukungan sosial ketika menggunakan Instagram, terutama jika interaksi mereka di media sosial kurang mendapat respon atau apresiasi dari teman atau followers. Temuan ini didukung oleh penelitian oleh Syifa dan Irwansyah (2022), yang mengemukakan bahwa media sosial dapat menurunkan tingkat kepercayaan diri pengguna, terutama remaja, ketika mereka merasa tidak diterima atau tidak mendapatkan pengakuan dari lingkungannya.

Selanjutnya, penelitian ini juga menemukan bahwa konten-konten edukatif di Instagram memiliki potensi dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis pengguna. Berdasarkan hasil survei, responden yang terpapar konten edukatif, seperti tips menjaga kesehatan mental, motivasi, atau konten informasi dari akun pemerintah seperti @KEMENPPPA atau @BNPB, melaporkan bahwa mereka merasa lebih terinspirasi dan didukung dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Marta et al. (2019) menyoroti pentingnya peran konten keluarga pada Instagram sebagai cara untuk meningkatkan kesadaran dan edukasi, yang dapat membantu pengguna mengatasi masalah sosial dan psikologis. Responden yang mengonsumsi konten edukatif merasa memiliki sumber dukungan tambahan, yang membantu mereka meningkatkan kesejahteraan psikologis dan rasa percaya diri. Hal ini menunjukkan bahwa Instagram tidak hanya membawa dampak negatif, tetapi juga memiliki potensi untuk memberikan manfaat positif jika penggunaannya diarahkan pada konten yang lebih informatif dan suportif.

Namun, perlu dicatat bahwa dampak positif tersebut masih terbatas, dan mayoritas responden masih merasa bahwa konten di Instagram lebih sering memberi pengaruh negatif terhadap kesejahteraan psikologis mereka. Beberapa responden melaporkan bahwa meskipun konten edukatif tersedia, konten semacam itu kurang populer dibandingkan

dengan konten hiburan atau gaya hidup, yang lebih menarik bagi sebagian besar pengguna. Akibatnya, meskipun mereka memiliki akses ke konten edukatif, konten tersebut sering kali tertutupi oleh konten yang lebih sensasional atau hedonistik, yang lebih menarik perhatian dan lebih sering muncul di halaman eksplorasi Instagram. Hal ini mendukung temuan dari penelitian oleh Puspitasari et al. (2023), yang menemukan bahwa meskipun konten positif dapat memberikan dampak baik bagi kesejahteraan mental pengguna, popularitas konten negatif atau hedonistik sering kali lebih mendominasi di media sosial.

Berdasarkan hasil dan temuan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan Instagram memberikan dampak yang cukup kompleks terhadap kesejahteraan psikologis penggunanya. Di satu sisi, Instagram dapat menjadi media yang efektif untuk membagikan informasi positif, edukatif, dan inspiratif yang mendukung kesehatan mental pengguna. Namun, di sisi lain, Instagram juga berpotensi menimbulkan masalah kesejahteraan psikologis melalui konten visual yang menciptakan tekanan sosial, meningkatkan kecemasan, serta memicu perasaan FoMO dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Dalam konteks ini, pengguna Instagram diharapkan untuk lebih selektif dalam mengonsumsi konten, serta mengurangi intensitas penggunaan media sosial jika merasa dampak negatif mulai memengaruhi kesehatan mental mereka.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan wawasan yang signifikan bagi akademisi, praktisi, dan pengguna media sosial tentang dampak konten visual di Instagram terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil ini menunjukkan bahwa, meskipun media sosial seperti Instagram memiliki potensi untuk mendukung kesejahteraan mental pengguna, pengguna perlu lebih selektif dan berhati-hati dalam menggunakan platform tersebut. Penggunaan yang bijak, termasuk pengelolaan waktu yang baik, pengendalian diri terhadap ekspektasi sosial, dan fokus pada konten yang positif, akan membantu mengurangi dampak negatif dan mendukung kesejahteraan psikologis yang lebih baik di era digital ini.

#### **4. KESIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa konten visual di Instagram memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pengguna, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Penggunaan Instagram yang intensif, serta eksposur berlebihan terhadap konten visual yang mempromosikan standar kecantikan dan gaya hidup ideal, sering kali berkontribusi terhadap munculnya perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, rendahnya kepercayaan diri, serta peningkatan kecemasan sosial dan FoMO.

Dampak negatif ini terutama dialami oleh mereka yang merasa perlu untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi sosial yang tidak realistis yang ditampilkan di media sosial.

Di sisi lain, meskipun dampak negatif cenderung lebih dominan, Instagram juga memiliki potensi untuk memberikan pengaruh positif pada kesejahteraan psikologis pengguna jika platform ini dimanfaatkan dengan bijak. Konten edukatif dan informatif yang mendukung kesehatan mental, seperti tips motivasi dan informasi tentang kesehatan psikologis, dapat membantu pengguna merasa lebih termotivasi dan didukung. Konten semacam ini bahkan dapat memperkuat kesejahteraan psikologis pengguna jika dihadirkan secara lebih konsisten dan mudah diakses.

Oleh karena itu, untuk memaksimalkan dampak positif dan meminimalkan dampak negatif, para pengguna Instagram disarankan untuk lebih selektif dalam mengonsumsi konten, serta mengendalikan waktu penggunaan media sosial mereka. Kesadaran terhadap dampak psikologis yang mungkin muncul dari penggunaan Instagram yang tidak terkontrol perlu ditingkatkan, baik oleh pengguna itu sendiri maupun oleh pihak Instagram sebagai penyedia platform. Dengan demikian, pengguna dapat menikmati manfaat media sosial secara lebih optimal tanpa mengorbankan kesejahteraan psikologis mereka.

## **5. DAFTAR PUSTAKA**

Sutabri, Tata. (2012). Analisis Sistem Informasi. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Sutabri, Tata dan Napitupulu, Darmawan. (2019). Sistem Informasi Bisnis. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Putri, G. B., & Sutabri, T. (2023). Analisis Manajemen Layanan Teknologi Informasi Menggunakan ITIL V3 Domain Service Operation Pada Perusahaan CV. Cemerlang Komputer Palembang. *Indonesian Journal of Multidisciplinary on Social and Technology*, 1(2), 162-167.

Fiqri, A. M., & Sutabri, T. (2023). Analisis Manajemen Layanan E-Learning Berbasis Teknologi Informasi Menggunakan Framework ITIL Versi 3 Pada SMK Muhammadiyah 1 Palembang. *Indonesian Journal of Multidisciplinary on Social and Technology*, 1(2), 74-80.

Putra, C. A., & Sutabri, T. (2023). Analisis IT Service Management (ITSM) Layanan GoFood Menggunakan Framework ITIL V3. *Jurnal Ilmiah Binary STMIK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau*, 5(1), 47-53.

Putra, C. A., & Sutabri, T. (2023). Analisis IT Service Management (ITSM) Layanan GoFood Menggunakan Framework ITIL V3. *Jurnal Ilmiah Binary STMIK Bina Nusantara Jaya Lubuklinggau*, 5(1), 47-53.

- Erfiana, W., & Purnamasari, D. (2023). Strategi Content Marketing Influencer Melalui Shopee Affiliate Program Pada Instagram. *Jurnal Ilmiah Komunikasi Makna*, 11(2), 134-151.
- Hammi, I. M. F., & Kholifah, N. (2024). Fear of Missing Out (FoMO) Ditinjau dari Kesejahteraan Psikologis Remaja. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 289-301.
- Marta, R. F., Fernando, J., & Simanjuntak, R. F. (2019). Eksplikasi Kualitas Konten Peran Keluarga Pada Instagram@ KEMENPPPA. *Ettisal: Journal of Communication*, 4(2), 137-150.
- Narotin, N., & Satwika, Y. W. (2024). Hubungan Body Image dan Psychological Well-Being Pada Perempuan Dewasa Awal Pengguna Instagram. *INCARE, International Journal of Educational Resources*, 5(1), 114-129.
- Puspitasari, S., Utomo, I. W., & Emeilia, R. I. (2023). Pengaruh Konten Instagram@ petualanganmenujusesuatu Terhadap Sikap Dalam Menjaga Kesehatan mental. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)*, 3(3), 661-672.
- Sagala, B. P. L. (2024). Analisis Konten Instagram Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB)“Info Bencana 60 Detik” dalam Memberikan Informasi Bencana kepada Masyarakat Indonesia (Doctoral dissertation, Universitas Kristen Indonesia).
- SARI, D. K. (2022). PEMETAAN PESAN VAGINISMUS PADA AKUN INSTAGRAM@ VAGINISMUSINDONESIA (Doctoral dissertation, Universitas Atma Jaya Yogyakarta).
- Sikumbang, K., Ramadhina, W., Yani, E. R., Arika, D., Hayati, N., Hasibuan, N. A., & Permana, B. G. (2024). Peranan Media Sosial Instagram terhadap Interaksi Sosial dan Etika pada Generasi Z. *Journal on Education*, 6(2), 11029-11037.
- Syifa, A. N., & Irwansyah, I. (2022). Dampak Media Sosial Instagram terhadap Kepercayaan Diri Anak Remaja. *Buana Komunikasi (Jurnal Penelitian dan Studi Ilmu Komunikasi)*, 3(2), 102-116.
- Widiyastuti, A., Suhasti, W., & Alansyah, A. (2022). Pengaruh Konten Post, Celebrity Endorsment, dan Testimoni terhadap Keputusan Beli Produk Pakaian Wanita di Sulawesi Tenggara. *Aktiva: Jurnal Manajemen dan Bisnis*, 2(2), 51-58.