

PEMAKNAAN KONTEN *SELF-IMPROVEMENT* INSTAGRAM @EVTESSIA DALAM PEMBENTUKAN KEMANDIRIAN PEREMPUAN

Selpi Febrianti ^{1,*}; Ummu Salamah ²; Achmad Wildan ³; Detya Wiriany ⁴

^{1,2,3} Universitas Garut, Garut, Indonesia;

24071121018@fkoinfo.uniga.ac.id¹, ummu.salamah@uniga.ac.id², achmad.wildan@uniga.ac.id³

⁴ Universitas Indonesia Membangun, Bandung, Indonesia; detya.wiriany@inaba.ac.id⁴

*Correspondence : 24071121018@fkoinfo.uniga.ac.id

ABSTRAK

Meningkatnya konsumsi konten *self-improvement* di Instagram menunjukkan pergeseran fungsi media sosial dari sekadar hiburan menuju ruang pengembangan diri. Penelitian ini bertujuan menganalisis pemaknaan perempuan terhadap konten *self-improvement* pada akun Instagram @evtessia serta kontribusinya dalam pembentukan kemandirian perempuan dengan menggunakan teori *Uses and Gratifications*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap lima informan perempuan pengguna aktif Instagram berusia 21–34 tahun serta dua narasumber ahli, yang dipilih secara purposive. Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik dengan mengaitkan temuan pada dimensi kebutuhan *Uses and Gratifications*. Hasil penelitian menunjukkan lima temuan utama: (1) konten dimaknai sebagai sumber pemenuhan kebutuhan kognitif melalui refleksi diri, (2) sebagai penguat kebutuhan afektif melalui dukungan emosional, (3) sebagai penguat integratif personal melalui peningkatan kepercayaan diri dan kemandirian, (4) sebagai pemenuh integratif sosial melalui rasa kebersamaan simbolik, dan (5) sebagai sarana pelepasan ketegangan dalam mengelola stres. Temuan ini menegaskan bahwa audiens memanfaatkan konten secara aktif sesuai kebutuhannya. Penelitian ini berkontribusi pada kajian Ilmu Komunikasi dengan memperluas penerapan teori *Uses and Gratifications* dalam konteks konten self-improvement berbasis pengalaman perempuan, serta menawarkan perspektif baru mengenai peran media sosial dalam pembentukan kemandirian perempuan.

Kata kunci

Instagram Sebagai Media Pengembangan Diri, Kemandirian Perempuan, Konten Self-improvement digital, Uses and Gratification Theory

ABSTRACT

The increasing consumption of self-improvement content on Instagram indicates a shift in the function of social media from entertainment toward personal development. This study aims to examine how women interpret self-improvement content on the Instagram account @evtessia and its contribution to the formation of women's independence using the Uses and Gratifications theory. This research employs a descriptive qualitative approach. Data were collected through in-depth interviews with five female active Instagram users aged 21–34 and two expert informants, selected purposively. The data were analyzed using thematic analysis by linking the findings to the dimensions of Uses and Gratifications. The results reveal five core findings: (1) content fulfills cognitive needs through self-reflection, (2) supports affective needs by providing emotional reinforcement, (3) strengthens personal integrative needs by enhancing self-confidence and independence, (4) fulfills social integrative needs through symbolic connectedness, and (5) functions as a means of tension release in stress management. These findings demonstrate that audiences actively utilize self-improvement content based on their specific needs. This study contributes to Communication Studies by extending the application

of Uses and Gratifications theory within women-centered self-improvement content and offers new insights into the role of social media in fostering women's independence.

Keywords

Digital Self-improvement Content, Instagram as Self-Development Media, Uses and Gratification Theory, Women's Independence

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital, khususnya media sosial, telah membawa perubahan signifikan dalam cara individu membangun identitas diri dan mengembangkan kapasitas personal. Media sosial tidak lagi berfungsi hanya sebagai sarana komunikasi, tetapi juga menjadi ruang ekspresi diri, refleksi pengalaman, serta penyebaran nilai dan aspirasi personal. Media sosial dalam konteks komunikasi digital juga dipahami sebagai ruang simbolik tempat individu membangun dan menegosiasikan identitas diri melalui representasi visual dan narasi personal (Nugroho S Lestari, 2022).

Bagi perempuan, media sosial menyediakan ruang alternatif untuk menegosiasikan identitas, membangun kepercayaan diri, dan mengakses berbagai wacana pengembangan diri yang relevan dengan pengalaman hidup mereka (Lubis et al., 2023). Selain sebagai ruang berekspresi, media sosial juga berperan dalam membentuk identitas personal dan sosial perempuan melalui narasi visual dan pengalaman yang dibagikan secara daring (Shidiqie et al., 2023). Sejumlah studi menunjukkan bahwa perempuan memanfaatkan media sosial untuk memperkuat identitas diri dan membangun kepercayaan diri melalui narasi pengalaman personal yang dibagikan secara daring (Ananda Ade Salsabila, 2025).

Gambar 1. Data Pengguna Instagram Indonesia 2024



Sumber: NapoleonCat

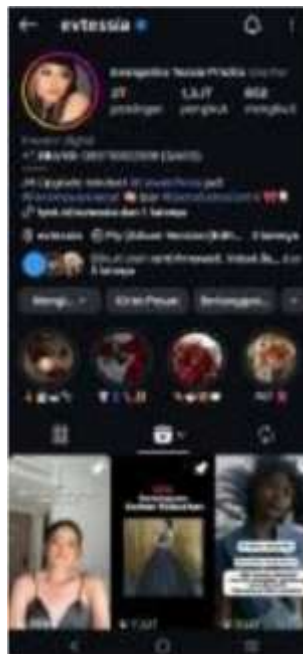
Instagram merupakan salah satu platform media sosial dengan karakter visual yang kuat dan tingkat keterlibatan pengguna yang tinggi. Berdasarkan data NapoleonCat (2024), Instagram masih menjadi salah satu platform dengan jumlah pengguna terbesar di Indonesia, dengan pengguna perempuan yang cukup dominan pada kelompok usia produktif (NapoleonCat, 2024). Karakter visual Instagram menjadikannya platform yang efektif dalam membangun keterlibatan emosional audiens serta memperkuat pesan pengembangan diri yang disampaikan melalui konten visual dan teks reflektif (Riswan et al., 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa Instagram memiliki potensi strategis sebagai media penyebaran konten yang berkaitan dengan pengembangan diri

perempuan. Dengan demikian, data demografis pengguna Instagram memberikan landasan empiris bagi pemilihan platform penelitian yang relevan dengan kajian konten *self-improvement* dan pembentukan kemandirian perempuan.

Seiring dengan meningkatnya penggunaan Instagram, di media sosial berkembang sebagai bentuk komunikasi persuasif yang menekankan refleksi diri, motivasi personal, dan penguatan kapasitas individu dalam menghadapi tantangan kehidupan (Ningsih et al., 2025). Konten ini umumnya berisi pesan-pesan motivasional, refleksi diri, serta ajakan untuk mengenali dan mengembangkan potensi personal.

Instagram juga dimanfaatkan oleh perempuan sebagai media pemberdayaan dan penguatan kapasitas diri. Media sosial memungkinkan perempuan untuk berbagi pengalaman, membangun solidaritas, serta memperoleh dukungan emosional yang berkontribusi pada penguatan psikologis dan sosial. Media sosial juga dipandang sebagai ruang pemberdayaan perempuan karena memungkinkan pertukaran pengalaman, pembentukan solidaritas, dan penguatan kapasitas personal secara simbolik (Safitri S Adabiyah, 2024)(Pratiwi et al., 2024). Dalam konteks ini, kemandirian perempuan tidak hanya dimaknai secara ekonomi, tetapi juga mencakup kemampuan mengambil keputusan, membangun kepercayaan diri, serta mengelola kehidupan secara otonom. Meskipun demikian, hubungan antara konten *self-improvement* di Instagram dan proses pembentukan kemandirian perempuan masih belum banyak dikaji secara spesifik.

Gambar 2. Tampilan Pada Akun Instagram @evtessia



Sumber: Instagram evtessia

Salah satu akun Instagram yang secara konsisten menyajikan konten bertema *self-improvement* bagi perempuan adalah akun @evtessia. Akun ini menampilkan berbagai unggahan berupa kutipan reflektif, narasi pengalaman personal, serta visual yang menekankan proses pengembangan diri perempuan dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Karakter konten yang disajikan tidak hanya berfokus pada

motivasi individual, tetapi juga mengangkat nilai-nilai kemandirian, kepercayaan diri, dan pengambilan keputusan personal sebagai bagian dari proses pendewasaan perempuan. Karakter visual yang konsisten, narasi reflektif, serta penekanan pada pengalaman personal perempuan dalam konten akun @evtessia menunjukkan bahwa akun ini tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian pesan motivasional, tetapi juga sebagai ruang pembentukan makna yang memungkinkan audiens perempuan memaknai proses *self-improvement* sebagai bagian dari pembentukan kemandirian. Dengan karakteristik tersebut, akun @evtessia relevan dijadikan objek penelitian untuk mengkaji bagaimana konten *self-improvement* dimaknai oleh perempuan dalam konteks pembentukan kemandirian.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji peran media sosial Instagram dalam pembentukan makna dan pemberdayaan perempuan, namun dengan fokus dan pendekatan yang berbeda. Penelitian oleh (Pratiwi et al., 2024) menunjukkan bahwa konten self-love di Instagram dimaknai audiens perempuan sebagai sarana refleksi diri dan penguatan nilai personal, terutama dalam membangun penerimaan diri dan kesadaran emosional, tetapi penelitian tersebut belum secara spesifik mengaitkan pemaknaan konten dengan proses pembentukan kemandirian perempuan dalam kehidupan sehari-hari

Sementara itu, (Sahri et al., n.d.) menyoroti Instagram sebagai ruang aktivisme dan pemberdayaan kolektif perempuan yang dimanfaatkan untuk membangun solidaritas, kesadaran gender, dan dukungan sosial berbasis komunitas digital. Namun, kajian ini lebih menekankan praktik sosial dan gerakan kolektif perempuan, bukan pada proses pemaknaan personal audiens terhadap konten *self-improvement* secara individual

Penelitian lain yang dilakukan oleh Wulandari dan Widiarti (2023) menemukan bahwa akun Instagram berbasis narasi pengalaman perempuan berperan sebagai media pemberdayaan simbolik melalui refleksi personal dan berbagi pengalaman hidup, yang mendorong penguatan kapasitas diri dan kesadaran identitas perempuan. Meskipun demikian, penelitian tersebut masih memandang pemberdayaan dalam kerangka umum dan belum secara khusus mengkaji pemaknaan konten *self-improvement* pada akun Instagram tertentu serta implikasinya terhadap pembentukan kemandirian perempuan. Dengan demikian, kajian mengenai pemaknaan perempuan terhadap konten *self-improvement* pada akun Instagram yang spesifik dan keterkaitannya dengan pembentukan kemandirian perempuan masih relatif terbatas.

Penelitian ini menggunakan teori *Uses and Gratifications* yang dikembangkan oleh Katz, Blumler, dan Gurevitch (1974) sebagai kerangka konseptual untuk memahami hubungan antara audiens dan media. Teori ini memandang audiens sebagai subjek yang aktif dan selektif dalam memilih media serta konten yang dikonsumsi berdasarkan kebutuhan dan tujuan tertentu, bukan sebagai penerima pesan yang pasif (Katz elihu, Blumler Jay G, 1974). Teori ini menegaskan bahwa penggunaan media didorong oleh upaya individu untuk memenuhi berbagai kebutuhan, seperti kebutuhan kognitif (informasi dan pengetahuan), kebutuhan afektif (emosi dan perasaan), kebutuhan integratif personal (identitas diri dan kepercayaan diri), serta kebutuhan integratif sosial (hubungan dan interaksi sosial).

Dalam konteks media digital, teori *Uses and Gratifications* relevan untuk menjelaskan bagaimana audiens memaknai konten yang mereka konsumsi sesuai dengan kebutuhan dan motivasi personalnya. (West Richard L, 2021) menjelaskan bahwa teori ini tetap relevan dalam studi komunikasi kontemporer karena

menempatkan audiens sebagai agen aktif yang memberi makna terhadap pesan media berdasarkan pengalaman dan konteks sosialnya.

Berdasarkan kerangka tersebut, penelitian ini memandang perempuan sebagai audiens aktif yang secara sadar memaknai konten *self-improvement* di Instagram sesuai dengan kebutuhan pengembangan diri dan pembentukan kemandirian. Dengan menggunakan teori *Uses and Gratifications*, penelitian ini menganalisis bagaimana kebutuhan, motivasi, dan proses pemaknaan audiens perempuan terhadap konten *self-improvement* pada akun Instagram @evtessia berkontribusi dalam pembentukan kemandirian perempuan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini difokuskan untuk mengkaji bagaimana perempuan memaknai konten *self-improvement* yang disajikan pada akun Instagram @evtessia serta bagaimana pemaknaan tersebut berkontribusi dalam pembentukan kemandirian perempuan. Penelitian ini memberikan kontribusi akademik dalam kajian komunikasi dan media digital, khususnya terkait peran media sosial dalam proses pengembangan diri dan kemandirian perempuan di era digital.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami pemaknaan perempuan terhadap konten *self-improvement* pada akun Instagram @evtessia serta keterkaitannya dengan pembentukan kemandirian perempuan. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali pengalaman subjektif pengalaman personal, dan proses interpretatif informan dalam konteks sosial dan media digital secara mendalam.

Objek penelitian adalah akun Instagram @evtessia yang dipilih secara purposif karena secara konsisten menyajikan konten bertema *self-improvement* yang menekankan nilai kemandirian, refleksi diri, dan penguatan kapasitas personal perempuan. Subjek penelitian terdiri atas lima orang informan utama, yaitu perempuan pengguna aktif Instagram berusia 21–34 tahun yang mengikuti akun @evtessia minimal selama enam bulan, aktif berinteraksi dengan konten (memberi tanda suka, komentar, atau menyimpan unggahan), serta memiliki pengalaman menerapkan pesan *self-improvement* dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, penelitian ini melibatkan dua narasumber ahli, yaitu seorang akademisi Ilmu Komunikasi dan seorang aktivis perempuan, yang diwawancarai secara terpisah untuk memperkuat validitas perspektif penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi konten, dan dokumentasi. Wawancara mendalam dilakukan secara semi-terstruktur, karena teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang mendalam sekaligus tetap terarah sesuai fokus penelitian (Sugiyono, 2018). Wawancara dilakukan terhadap informan utama dan narasumber ahli dengan durasi 30–45 menit per wawancara, baik secara daring maupun luring, menyesuaikan kondisi informan. Wawancara bertujuan menggali pengalaman, pandangan, serta pemaknaan informan terhadap konten *self-improvement* yang dikonsumsi.

Observasi dilakukan terhadap konten akun Instagram @evtessia dengan memperhatikan beberapa aspek, yaitu jenis konten kutipan, caption reflektif, dan visual, tema pesan *self-improvement*, narasi kemandirian perempuan, pola penyajian visual dan teks, serta bentuk interaksi audiens yang terlihat melalui jumlah tanda suka dan

komentar. Observasi ini bertujuan memperoleh gambaran kontekstual mengenai konstruksi pesan dan respons audiens terhadap konten yang disajikan.

Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data penelitian, meliputi tangkapan layar unggahan akun @evtessia, komentar audiens, transkrip wawancara, serta catatan hasil observasi. Dokumen-dokumen tersebut berfungsi sebagai data pendukung dalam proses analisis dan interpretasi temuan penelitian.

Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik melalui tahapan transkripsi data wawancara, pemberian kode awal (open coding), pengelompokan kode ke dalam tema-tema utama, serta interpretasi makna (Sumarno, 2020). Proses pengkodean dilakukan dengan mengaitkan tema-tema yang muncul dengan dimensi kebutuhan audiens dalam teori *Uses and Gratifications*, meliputi kebutuhan kognitif, afektif, integratif personal, dan integratif sosial. Dengan demikian, setiap tema pemaknaan yang dihasilkan tidak hanya merepresentasikan pengalaman subjektif informan, tetapi juga dipahami sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan audiens dalam mengonsumsi konten self-improvement, sehingga hubungan antara data empiris dan landasan teoretis dalam proses analisis tetap terjaga secara konsisten.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dengan membandingkan data dari informan utama, narasumber ahli, observasi, dan dokumentasi, sehingga konsistensi dan kredibilitas temuan dapat di pertanggung jawabkan secara metodologis

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Data Informan Penelitian

No	Nama	Keterangan
1	Narti Oktavia	Mahasiswa Fkoinfo Universitas Garut
2	Dea Rahayu	Pegawai toko baju
3	Amelia Silva	Mahasiswa Fkoinfo Universitas Garut
4	Rika Ardianti	Pegawai swasta
5	Dilla Putri	Guru bimbel

Sumber: olahan peneliti

Tabel 2. Data Narasumber Penelitian

No	Nama	Keterangan
1	Chotijah Fanaqi	Akademisi di bidang media massa
2	Risnawati	Aktivisi koalisi perempuan Indonesia regional Jabar

Sumber: olahan peneliti

Hasil penelitian menunjukkan bahwa informan memiliki latar belakang sosial dan profesi yang beragam, meliputi mahasiswa, pegawai swasta, dan tenaga pendidik. Keberagaman ini merepresentasikan variasi pengalaman hidup perempuan yang memengaruhi cara mereka memaknai konten *self-improvement* di Instagram, khususnya dalam kaitannya dengan proses pembentukan kemandirian perempuan.

Variasi karakteristik informan menjadi dasar penting dalam memahami perbedaan pola pemaknaan audiens terhadap pesan-pesan pengembangan diri yang disajikan pada akun Instagram @evtessia.

Data informan dan narasumber menunjukkan bahwa temuan penelitian tidak hanya bersumber dari pengalaman audiens, tetapi juga diperkuat oleh perspektif akademisi komunikasi dan aktivis perempuan. Keterlibatan narasumber ini memberikan sudut pandang yang lebih komprehensif dalam menganalisis makna konten self-improvement serta relevansinya terhadap pembentukan kemandirian perempuan.

Pemaknaan Konten Sebagai Pemenuhan Kebutuhan Kognitif

Informan memaknai konten *self-improvement* pada akun Instagram @evtessia sebagai sumber pemahaman diri dan refleksi pengalaman hidup. Konten yang disajikan membantu informan memperoleh sudut pandang baru dalam menghadapi persoalan personal serta proses pengambilan keputusan.

"Dari konten itu aku jadi lebih paham sama diri sendiri, terutama soal batasan dan cara bersikap." (Informan 1)

Pandangan ini diperkuat oleh narasumber akademisi Ilmu Komunikasi yang menjelaskan bahwa konten reflektif di media sosial berfungsi sebagai media pembelajaran nonformal yang membantu audiens membangun kesadaran diri secara kognitif. Temuan ini menunjukkan pemenuhan kebutuhan kognitif dalam kerangka teori *Uses and Gratifications*, yaitu kebutuhan audiens untuk memperoleh informasi, pemahaman, dan pengetahuan. Instagram dimanfaatkan tidak hanya sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai ruang belajar personal.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Saputro (2025) yang menunjukkan bahwa konten reflektif di media sosial berkontribusi pada pembentukan pemahaman diri dan konsep personal audiens melalui proses interpretasi makna yang bersifat kognitif.

Pemaknaan Konten sebagai Pemenuhan Kebutuhan Afektif

Selain sebagai sumber refleksi, konten *self-improvement* juga dimaknai sebagai penguat emosional. Informan merasakan ketenangan dan dukungan psikologis setelah mengakses konten yang disajikan akun @evtessia.

"Kalau lagi ngerasa drop, baca konten itu bikin aku lebih tenang dan merasa dimengerti." (Informan 3)

Narasumber aktivis perempuan menyatakan bahwa pesan afirmatif dan narasi empatik di media sosial dapat berfungsi sebagai bentuk dukungan emosional ringan bagi perempuan dalam menghadapi tekanan psikososial. Pemaknaan ini merepresentasikan pemenuhan kebutuhan afektif, yaitu kebutuhan akan kenyamanan emosional dan empati.

Hasil penelitian ini memperlihatkan kecenderungan yang sejalan dengan temuan (Pratiwi et al., 2024), yang menyatakan bahwa konten reflektif dan afirmatif di Instagram berperan dalam membangun *self-acceptance* serta memberikan dukungan emosional bagi perempuan dalam menghadapi tekanan psikososial.

Pemaknaan Konten sebagai Pemenuhan Kebutuhan Integratif Pribadi

Konten *self-improvement* dimaknai sebagai dorongan untuk membangun kepercayaan diri dan kemandirian dalam mengambil keputusan. Informan merasa lebih berani menentukan pilihan hidup secara mandiri tanpa ketergantungan berlebihan pada pihak lain.

"Kontennya bikin aku lebih berani ambil keputusan tanpa terlalu bergantung sama orang lain." (Informan 2)

Narasumber akademisi menilai bahwa penguatan identitas personal melalui media sosial dapat mendorong peningkatan rasa percaya diri dan otonomi individu. Dalam perspektif *Uses and Gratifications*, temuan ini menunjukkan pemenuhan kebutuhan integratif personal, yaitu kebutuhan untuk memperkuat identitas diri dan harga diri.

Sejalan dengan penelitian (Pratiwi et al., 2024), pemaknaan konten self-improvement dalam penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial dapat berfungsi sebagai ruang penguatan identitas dan kepercayaan diri perempuan, meskipun penelitian ini menekankan keterkaitannya secara lebih spesifik dengan pembentukan kemandirian personal.

Pemaknaan Konten sebagai Pemenuhan Kebutuhan Integratif Sosial

Konten @evtessia juga dimaknai sebagai sarana membangun rasa keterhubungan sosial. Informan merasa bahwa pengalaman yang dibagikan dalam konten mencerminkan pengalaman kolektif perempuan, sehingga menumbuhkan rasa kebersamaan dan tidak merasa sendirian dalam menghadapi persoalan hidup.

"Aku ngerasa apa yang ditulis itu juga aku alamin, jadi kayak nggak sendirian." (Informan 5)

Narasumber aktivis perempuan menegaskan bahwa narasi pengalaman di media sosial dapat menciptakan solidaritas simbolik di antara perempuan. Temuan empiris tersebut menunjukkan bahwa pengalaman personal informan dalam mengonsumsi konten @evtessia tidak berhenti pada aspek individual, tetapi berlanjut pada proses pemaknaan sosial yang lebih luas.

Pemaknaan konten *self-improvement* sebagai ruang keterhubungan sosial dalam penelitian ini sejalan dengan temuan (Purwaningtyas et al 2021) yang menegaskan bahwa Instagram dapat berfungsi sebagai ruang pembentukan solidaritas simbolik perempuan melalui narasi pengalaman dan interaksi digital.

Gambar 3. Interaksi Audiens di kolom komentar



Sumber: Instagram @evtessia

Interaksi audiens yang terlihat pada kolom komentar akun Instagram @evtessia menunjukkan bahwa audiens tidak hanya mengonsumsi konten *self-improvement* secara pasif, tetapi juga terlibat dalam respons sosial yang bersifat suportif dan empatik. Komentar-komentar yang muncul merefleksikan pengalaman serupa, ungkapan dukungan, serta validasi emosional antarpengguna, yang menandakan terbentuknya rasa keterhubungan sosial di antara audiens perempuan. Pola interaksi ini menegaskan bahwa Instagram berfungsi sebagai ruang pemenuhan kebutuhan integratif sosial melalui komunikasi digital.

Pemaknaan Konten sebagai Pemenuhan Kebutuhan Pelepasan Ketegangan

Beberapa informan mengakses konten *self-improvement* sebagai sarana meredakan tekanan mental dan rutinitas harian.

"Kalau lagi capek banget, baca kontennya bikin pikiran lebih ringan." (Informan 4)

Narasumber aktivis perempuan menjelaskan bahwa konsumsi konten reflektif sering menjadi strategi coping ringan bagi perempuan dalam mengelola stres. Temuan ini menunjukkan pemenuhan kebutuhan pelepasan ketegangan dalam kerangka *Uses and Gratifications*, yaitu penggunaan media sebagai sarana relaksasi dan pengurangan tekanan emosional.

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi temuan-temuan sebelumnya mengenai peran Instagram dalam pemberdayaan perempuan (Purwaningtyas et.al 2021), tetapi juga memperluas kajian dengan menunjukkan bagaimana pemaknaan konten *self-improvement* secara spesifik berkontribusi pada pembentukan kemandirian perempuan melalui pemenuhan kebutuhan audiens yang terintegrasi.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi dalam kajian komunikasi digital, khususnya dalam memahami peran media sosial sebagai ruang pemaknaan aktif bagi perempuan. Konten *self-improvement* tidak hanya berfungsi sebagai pesan motivasional individual, tetapi juga membentuk makna sosial melalui proses refleksi, pertukaran pengalaman, dan dukungan simbolik antarpengguna. Dalam konteks ini, Instagram berperan sebagai medium komunikasi yang memungkinkan perempuan membangun kemandirian, kesadaran diri, serta solidaritas sosial secara berkelanjutan di ruang digital.

Berbeda dari penelitian sebelumnya yang cenderung menyoroti pemberdayaan perempuan secara umum, penelitian ini memberikan kontribusi dengan menekankan proses pemaknaan individual terhadap konten *self-improvement* pada akun Instagram yang spesifik serta implikasinya terhadap pembentukan kemandirian perempuan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa konten *self-improvement* pada akun Instagram @evtessia dimaknai oleh audiens perempuan sebagai bagian dari proses pembentukan kemandirian personal. Pemaknaan tersebut berlangsung melalui pemenuhan kebutuhan audiens sebagaimana dijelaskan dalam teori *Uses and Gratifications*, yang mencakup kebutuhan kognitif, afektif, integratif personal, integratif sosial, dan pelepasan ketegangan. Temuan ini menegaskan keterkaitan langsung antara tujuan penelitian dan hasil yang diperoleh, yaitu bahwa perempuan berperan sebagai audiens aktif yang secara selektif memanfaatkan konten media sosial untuk memahami diri, mengelola emosi, memperkuat identitas, membangun keterhubungan sosial, serta menjaga keseimbangan psikologis dalam kehidupan sehari-hari.

Secara teoretis, penelitian ini memperkuat relevansi teori *Uses and Gratifications* dalam konteks media sosial kontemporer dengan menunjukkan bahwa pemenuhan kebutuhan audiens berlangsung secara terintegrasi antardimensi dan membentuk pengalaman media yang reflektif serta transformatif. Secara praktis, temuan penelitian ini menekankan pentingnya literasi digital bagi audiens perempuan agar mampu memaknai konten *self-improvement* secara kritis, serta menjadi rujukan bagi kreator konten dalam menyajikan pesan yang empatik, reflektif, dan bertanggung jawab. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena berfokus pada satu akun Instagram, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak akun atau lintas platform guna memperluas pemahaman mengenai dinamika pemaknaan konten *self-improvement* dan kontribusinya terhadap kemandirian perempuan. Simpulan berisi secara singkat dan jelas tentang esensi dari hasil penelitian dan rekomendasi. Simpulan dipaparkan dalam satu paragraf, bukan point-point, dan diungkapkan bukan dalam kalimat statistik. Simpulan dilengkapi dengan satu paragraf saran hasil penelitian.

Referensi

- Ananda Ade Salsabila, H. N. (2025). Representasi Diri di Sosial Media: Antara Identitas Nyata dan Identitas Virtual. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 4(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.56799/peshum.v4i4.9244>
- Katz elihu, Blumler Jay G, G. M. (1974). *The Uses of Mass Communications: Current Perspectives on Gratifications Research*. Sage Publications.

- Lubis, N., Sazali, H., Dianto, I., Rapiq, M., & Fikri, S. (2023). Media Sosial Instagram Sebagai Sarana Pengembangan Identitas Politik Perempuan. *INTERAKSI PERADABAN: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 3(2), 221–238.
- NapoleonCat. (2024). *Instagram users in Indonesia – April 2024*. <https://napoleoncat.com/stats/instagram-users-in-indonesia/2024/04>
- Ningsih, D. R., Dakwah, F., Islam, U., Sultan, N., & Hasanuddin, M. (2025). *Strategi Komunikasi Persuasif pada Konten Self-Development di Akun Instagram @ ananzaprili Diah Retno Ningsih gambar , video pendek dan cerita (instagram stories) untuk menjangkau audiens dengan cara*.
1. <https://doi.org/https://doi.org/10.62383/dialogika.v1i2.288>
- Pratiwi, Y., Trinugraha, Y. H., & Astutik, D. (2024). Representasi Self Love Remaja di Media Sosial Instagram. *Jurnal Sosialisasi*, 11, 2.
- Riswan, N. U. R. A., Komunikasi, P., Penyiaran, D. A. N., Ushuluddin, F., & Dakwah, D. A. N. (2025). *STRATEGI PERSONAL BRANDING MAHASISWA MELALUI*.
- Safitri, P., & Adabiyah, R. (2024). *Fikroh Strategi Perempuan dalam Jejaring Politik Melalui Area Ekonomi Fikroh*. 8(1), 12–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.37216/fikroh.v8i1.1217>
- Sahri, S. N., Maella, N. S., & Ahmad. (n.d.). Representasi Feminisme Digital dalam Konten Edukasi Gender @kawanpuan.id”, Instagram. *Medium Jurnal Fakultas Ilmu Komunikasi*, 13 No. 1.
- Shidique, N. A., Akbar, N. F., & Faristiana, A. R. (2023). Perubahan Sosial dan Pengaruh Media Sosial Tentang Peran Instagram dalam Membentuk Identitas Diri Remaja. *Simpaty*, 1(3), 98–112. <https://doi.org/https://doi.org/10.59024/simpaty.v1i3.225>
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D. *Alfabeta*.
- Sumarno. (2020). Penggunaan Analisis Konten dan Analisis Tematik dalam Penelitian Kualitatif. *Forum Ilmiah*, 19(1), 72–80.
- West Richard L, T. L. H. (2021). *Introducing Communication Theory: Analysis and Application* (7th ed.). McGraw- Hill education.