

Analisis Konten Pesan Penerimaan Diri @chriseldamd dalam Reels Instagram

Noor Afy Shovmayanti ^{1*}, Faizah Khotimatul Husna ²

¹Ilmu Komunikasi/Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Klaten

²D3 Akuntansi/Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Klaten

*Email: noorafyshov@umkla.ac.id

Abstrak

Media sosial saat ini merupakan platform yang paling banyak digunakan beberapa segmen masyarakat. Salah satu tujuan penggunaan media sosial adalah cara untuk mengekspresikan diri. Reels di Instagram dianggap menarik karena di dalamnya kita dapat membuat video yang menarik dan imersif. Pengguna secara kreatif dapat mengekspresikan cerita, membuat konten edukasi, dan membantu mempromosikan bisnis. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pesan teks dari akun @chriseldamd dengan caption "Menangis tanpa suara. Bicara dalam tulisan, Menatap penuh arti" yang ditonton lebih dari 17.000 viewers, 889.000 likes, dan komen sebanyak 8.000-an. Video reels tersebut menunjukkan bagaimana Selda berproses untuk menerima kondisi dirinya dan mencintai diri seutuhnya. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah pesan yang dibentuk dalam konten tersebut menyiratkan bahwa proses penerimaan diri dibangun dari pembentukan konsep diri untuk menerima kelebihan dan kekurangan diri seutuhnya.

Kata kunci:

Media sosial, Reels, Analisis konten, Percaya diri

Abstract

Social media are currently the most widely used platform by several segments of society. One of the goals of using social media is to express oneself. Reels on Instagram are considered interesting because we can create interesting and immersive videos in them. Users can creatively express stories, create educational content, and help promote businesses. This research aims to analyze text messages from the @chriseldamd account with the caption "Crying without sound. Speak in writing, Stare meaningfully," which was watched by more than 17,000 viewers, 889,000 likes, and as many as 8,000 comments. The video reels show how Selda is in the process of accepting her condition and loving herself completely. The method used is descriptive qualitative. The results obtained from this study are the messages formed in the content implying that self-acceptance is built from the formation of self-concept to accept one's strengths and weaknesses fully.

Keyword:

Social media, Reels, Content Analysis, Confidence

PENDAHULUAN

Masyarakat modern saat ini tidak terlepas dari platform media online, baik itu media sosial ataupun aplikasi online lainnya. Disadari atau tidak, media dengan segala kontennya menjadi kebutuhan bagi masyarakat. Salah satunya adalah Instagram, berdasarkan data Napoleon Cat, jumlah pengguna Instagram di Indonesia mencapai 97,38 juta orang pada

Oktober 2022 (DataIndonesia.id). Media sosial telah merubah banyak hal, cara berkomunikasi, gaya hidup, cara pandang terhadap sesuatu dan masih banyak lagi.

Media sosial disisi lain juga memberikan pengaruh positif salah satunya adalah realita yang terjadi pada postingan @chriseldamd pada tanggal 21 September 2022 yang telah mencapai jumlah like sebanyak 889.000-an dan komen sebanyak 8.000-an yang ditonton lebih dari 17.1 juta viewer. Hal tersebut jarang terjadi karena yang bersangkutan bukan *public figure*. Fenomena ini muncul dari reaksi netizen yang mempunyai persepsi yang sama mengenai isu yang diangkat. Selda merupakan sapaan pengguna, adalah seorang wanita dengan kondisi spesial. Terlahir dengan tumor kelenjar getah bening sejak kecil, selda tumbuh dengan rasa ketidakpercayaan diri. Karena kondisi fisik yang berbeda dengan orang pada umumnya. Selda telah menjalani serangkaian pengobatan, diantaranya operasi sebanyak 2 kali di Jakarta dan kemo di Penang. Tentu tidak mudah bagi selda berjuang dengan insecurity. Melalui postingan reels dengan caption "*Menangis tanpa suara. Bicara dalam tulisan. Menatap dalam penuh arti. Aku cinta diriku karena yang mengerti gelombang pikiranku ini hanya untuk diriku sendiri*" berisi tentang proses penerimaan diri untuk mencintai diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Perjalanan pribadi dalam menemukan makna kecantikan, selda termotivasi dengan lagunya Yura Yunita yang berjudul Dunia Tipu-tipu. Melalui lagu tersebut selda membangun sebuah konsep mengenai penerimaan dirinya melalui sebuah tulisan yang diunggah melalui media sosial instagram berupa video reels berdurasi 60 detik. Isi dari tulisan tersebut mengungkapkan proses penerimaan dirinya. Dari beberapa deskripsi tersebut fenomena ini begitu menarik sehingga layak untuk dikaji lebih dalam menggunakan analisis konten. Berdasarkan sejumlah data diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam untuk menganalisis konten berupa teks yang dituliskan selda dalam video reels tersebut. Saat ini akun @chriseldamd berganti menjadi @selda.dayana. Konten tersebut berisikan tentang pesan yang penuh dengan makna, disampaikan melalui bahasa tertulis. Penyampaian pesan dalam komunikasi melalui konten digital yang dibuat menarik dengan background mendukung.

Komunikasi tidak bisa dianggap sebagai pesan terpisah yang diwujudkan dalam bentuk tulisan dan ucapan, melainkan suatu alur interaksi sehingga muncul definisi analisis konten yang dikemukakan oleh Budd, Thorpe, dan Donahw (1967), menurut mereka, analisis konten adalah suatu tehnik yang sistematis untuk menganalisis makna pesan dan cara pengungkapan pesan. Penganalisis tidak hanya tertarik pada pesan itu sendiri, tetapi pada hal-hal yang lebih luas, yakni proses dan dampak komunikasi. Definisi tersebut menunjukkan tujuan utama analisis konten adalah membuat inferensi, peneliti tidak mungkin memahami dampak komunikasi tanpa membuat inferensi. Analisis konten selalu melibatkan kegiatan menghubungkan atau membandingkan penemuan dengan beberapa kriteria atau teori. Menurut Carney (1980) persyaratan ini memunculkan definisi berikutnya, yaitu suatu tehnik untuk membuat inferensi dengan mengidentifikasi karakteristik khusus secara objektif dan sistematis (Zuchdi, 2019).

METODE

Riset ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif dan dipaparkan secara deskriptif. Metode yang digunakan merupakan analisis konten kualitatif yang secara kontekstual diinterpretasikan sebagai analisis deduktif atau terarah (*directed content analysis*) yang bertujuan untuk memaknai secara komprehensif konten yang diteliti dengan titik fokus pada makna kunci atau esensial yang koheren dengan pernyataan, tujuan dan kerangka konsep penelitian (Assaroudi, Nabawi dkk 2008; Hsieh & Shannon, 2005)

Konten yang diteliti berjumlah 11 slide potongan video reels instagram yang diunggah @chirseldamd pada tanggal 21 September 2022. Sumber utama data diperoleh dari laman Instagram akun pribadi @chirseldamd yang berganti penamaan menjadi @selda.dayana dan ditunjang dengan studi literatur yang relevan melalui tayangan video wawancara yang diunggah di Youtube, hal demikian dilakukan untuk memberikan wawasan yang menyeluruh terkait penelitian. Seluruh slide konten adalah unit analisis penelitian, yakni berupa teks. Analisis kualitatif atas teks tersebut diharapkan memberikan konteks yang relevan untuk menguraikan makna penerimaan diri. Data yang dianalisis merupakan konten teks yang ditulis pengguna sebagai ungkapan dan dukungan dalam proses penerimaan diri. Seluruh konten slide video reels adalah unit analisis penelitian yang dibagi kedalam dua subunit yakni teks dan nonteks (gambar digital). *Caption, likes*, dan komentar difungsikan sebagai metadata saja.

Kelebihan analisis konten terletak pada *inconspicuous* data yang diteliti, logika dan kategori data tidak diatur lebih dulu oleh peneliti, dan sensitif terhadap konteks. Adapun sebuah penelitian pasti memiliki kekurangan atau keterbatasannya, yaitu terletak pada inferensi berdasarkan kemungkinan dan tak memungkinkan deduksi ilmiah normal. Perhitungan unit-unit yang dapat dilakukan secara mudah dapat menghasilkan temuan yang kurang bermakna. Pada hakikatnya analisis konten termasuk jenis penelitian kualitatif, untuk menyelidiki konten (isi dan makna) komunikasi (Zuchdi, 2019).

Analisis kualitatif atas konten reels tersebut diharapkan dapat memberikan konteks yang relevan untuk menguraikan makna kisah atau cerita serta kompetensi literasi digital dalam issue insecurity. Secara spesifik, untuk menemukan pemaknaan dilakukan adaptasi terhadap pemaknaan konotatif dan denotatif. Makna denotatif dimaknai dengan makna tersurat yang langsung dapat dipahami secara eksplisit dalam hal ini teks dalam konten reels @chirseldamd. Sedangkan makna konotatif merupakan makna implisit yang didapatkan secara mendalam, tersembunyi, dan berlatar belakang yaitu perjalanan hidup yang melatarbelakangi dibuatnya konten tersebut. Dua level pemaknaan yang diulas secara konstruktif dan berkesinambungan agar menghasilkan keutuhan makna.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan dan minat peneliti turut menentukan konteks data yang dijadikan dasar untuk membuat inferensi. Itulah sebabnya peneliti perlu memiliki kemampuan tentang asal data, serta membuat asumsi tentang interaksi data dan lingkungannya. Peneliti harus memahami alam ini bersifat tidak tetap dan da nada hubungan antar variabel yang bersifat tetap atau pasti.



Gambar 1. Perkenalan Diri

Sumber data primer

Pada gambar disamping berisikan tentang perkenalan diri pengguna akun @chriseldamd, *Hi, Aku Selda*. Pengguna akun menyapa netizen dan memperkenalkan dirinya dengan sapaan Selda. Selda merupakan seorang *digital creator* yang tinggal di Ibukota Jakarta, berasal dari sebuah kota di pulau Kalimantan. Selda juga aktif dalam keterlibatan penyandang disabilitas, terlihat dari beberapa postingan terkait dengan aktivitasnya dalam merayakan ketidaksempurnaan dengan cara bersyukur. Selda terlahir dengan tumor getah bening telah melakukan beberapa rangkaian tindakan perawatan, diantaranya dua kali operasi di Jakarta, dan radiasi pada tahun 2019 di Penang.



Gambar 2. Pengungkapan Diri
Sumber data primer

Aku dulu perempuan insecure Selda mengungkapkan kepada khalayak melalui kontennya bahwa dulunya merasa *insecure*. Selda terlahir dengan kelainan getah bening, mengupayakan berbagai bentuk pengobatan, akan tetapi tumor kelenjar getah bening tetap berada dalam tubuhnya hingga sekarang. Sejak kecil Selda minder karena sering diejek oleh teman-temannya.

“Dari kecil saya sempat mendapatkan perlakuan yang kurang baik, bulliying gitu sama temen-temen. Dulu pernah diolok kayak gini, kayak shinchon bahkan ada yang meniru gitu mencontohkan gaya berbicara dan sempet ada yang mentertawakan saya. Waktu itu saya sedih banget, karena terjadi hampir setiap hari.” (Talkshow FYP Trans7, 14/12/22)

Insecure dalam bahasa Inggris berarti kurang percaya diri. Begitupun Selda yang merasa kurang percaya diri karena fisiknya terlihat berbeda akibat tumor yang diderita. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oentarto dkk (2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek penelitian yang pernah merasakan *insecure* lebih dominan berjenis kelamin perempuan. Faktor-faktor yang menyebabkan mengalami *insecure* diantaranya adalah saat sedang berinteraksi dengan orang lain atau teman yang membuat individu selalu memikirkan hal-hal atau kata-kata dari oranglain sehingga merasa tidak percaya diri. Salah satu cara subjek mengatasi *insecure* lebih dominan melakukan hal-hal positif atau menyibukkan diri. Penelitian diatas juga memaparkan dampak dari *insecure* adalah menurunnya tingkat kepercayaan diri pada individu. Serupa dengan yang dialami oleh Selda, karena ketika berinteraksi dengan orang lain, Selda

menghadapi banyak orang yang merasa tidak biasa dengan kondisi fisiknya. Kejadian yang berlangsung lama sehingga membuat Selda merasa tidak percaya diri.



Gambar 3. Malu dan Kecewa
Sumber data primer

“Tahun 2019 itu poin terendah dalam hidup saya, saat itu saya banyak struggle saat itu saya sakit banget dan saya harus radiasi. Struggle saat kuliah pengennya cepet lulus, dan saya saat itu berekspektasi sembuh dengan normal sama seperti orang normal, saya pengen banget bias lulus kuliah dan bekerja, walaupun penampilan saya seperti ini. Pasangan juga saya menginginkan yang ekspektasi saya tuh tuinggi banget gitu. Itu moment titik terendah saya dan saat itu juga saya balik ke Penang dan dokter mengatakan saya sudah memberikan treatment yang maksimal, dan dokter juga mengatakan bahwa saya tuh harus mensyukuri hidup saya dan saat itu saya sedih karena ekspektasi saya tinggi banget dan pada saat itu saya marah dan saya kecewa dengan Tuhan, dengan keluarga juga. Waktu itu saya tanya ke Tuhan, kalo emang saya gak bias sembuh tolong donk kasih saya jalan. Karena di fase saya dulu mengalami banyak penolakan dan gak bias sembuh. Itu yang buat saya down banget.” (Talkshow FYP Trans7, 14/12/22)

Banyak hal sudah dilalui Selda, diujung usaha dan keinginannya untuk sembuh untuk bisa seperti orang pada umumnya, ingin diterima di lingkungan dan pekerjaan akhirnya membuat Selda harus berpasrah pada kenyataan. Belajar menerima dan mensyukuri yang telah diberikan Tuhan kepadanya. Pada gambar ke 3, pengguna akun megungkapkan rasa malu dan kecewa terhadap dirinya sendiri. Malu merupakan perasaan sangat tidak enak hati (hina, rendah, dan sebagainya) karena berbuat sesuatu yang kurang baik (kurang benar, berbeda dengan kebiasaan, mempunyai cacat atau kekurangan, dan sebagainya). Kecewa adalah perasaan kecil hati, tidak senang, dan tidak puas karena telah dipenjarakan (KBBI, 2016). Ungkapan malu dan kecewa pada diriku sendiri merupakan ungkapan dari pengguna akun akan kekurangan yang dia miliki, dan tidak bias berdaya mendapatkan kesempatan layak seperti orang pada umumnya.



Gambar 4. Merasa tidak menarik dan tidak punya bakat
Sumber data primer

Selain merasa kurang percaya diri, Selda menganggap dirinya tidak menarik dan tidak punya bakat. Menarik secara fisik seringkali dikonstruksikan wanita bertubuh tinggi, langsing, putih, berparas menawan yang sering dimunculkan dalam narasi iklan produk kecantikan. Sempat ditolak kerja karena penampilannya, Selda berusaha melatih diri dan suasana hati, berdoa, sampai akhirnya mendapatkan pekerjaan yang diinginkannya. Hal ini tersurat di dalam salah satu konten yang ada di akunnya yang di unggah pada tanggal 16 September 2022 di Instagram.

Diriku pernah ditolak kerja karena alasan malu mempekerjakan aku.

Walaupun manusia berupaya tetapi Tuhan yang berkehendak, ini adalah hadiah dari Tuhan

Apa yang selama ini aku tuliskan, hal apa yang aku syukuri dan kuinginkan menjadi nyata

Kulatih suasana hati yang baik di malam dan pagi hari agar memiliki hari yang ajaib

Aku berdoa agar aku beruntung dan dapat menolong banyak orang

Ternyata Tuhan itu baik

Akhirnya pintu rezky terbuka, pekerjaan datang dengan sendirinya

Siapa yang memilki syukur akan memiliki banyak kelimpahan

Bakat adalah kemampuan yang merupakan sesuatu yang melekat (*inherent*) dalam diri seseorang (Anggraini, 2020)



Gambar 5. Sampai akhirnya aku punya definisi
Sumber data primer

Salah satu makna dari kata 'definisi' dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah kata, frasa, atau kalimat yang mengungkapkan makna, keterangan atau ciri utama dari orang, benda, proses, atau aktivitas, dan batasan. Dalam kalimat 'Sampai akhirnya aku punya definisi' ini dapat diartikan sebagai sebuah proses refleksi setelah ketidakpercayaan diri yang dialaminya, Selda dapat menemukan makna lain dari menarik diluar dari makna menarik yang selama ini dipercayai banyak orang.



Gambar 6. Menarikku, cantikku, kebahagiaanku
Sumber data primer

Kata-kata di atas merupakan sebuah penegasan tentang pemaknaan kembali dan pengukuran secara subyektif dari kata 'menarik', 'cantik' dan 'bahagia'. Menurut Wolf (2002) dalam Shuffa (2018) mengatakan bahwa masyarakat mengkonstruksi citra perempuan "cantik" sebagaimana model di media-media massa. Karakteristik perempuan "cantik" menjadi objektif karena masyarakat menganggap perempuan cantik haruslah memiliki bentuk tubuh ideal seperti model iklan dan sosial media. Sedangkan ukuran kebahagiaan selain dipengaruhi oleh faktor-faktor yang bersifat obyektif, juga sangat bergantung pada ukuran subjektif berupa penilaian tingkat kepuasan terkait kondisi objektif pada aspek kehidupan tersebut (Pamungkas, 2019).



Gambar 7. Aku bangun *selfcare* menuju *selflove* seutuhnya
Sumber data primer

Pada slide ini Selda menceritakan cara untuk keluar dari ketidakpercayaan-dirinya, yaitu dengan membangun *selfcare*. Menurut Pincus (Fauza, 2022) *self-care* sebagai sebuah

upaya yang dilakukan untuk memperoleh kesejahteraan diri dengan cara memperbanyak pencapaian positif dalam hidup dibanding pencapaian negatif. Tujuan dari *selfcare* yang diungkapkan Selda adalah untuk menuju kondisi *selflove*. Istilah *selflove* sendiri merujuk pada keadaan menerima secara utuh tubuh, pikiran dan hati serta ingin selalu menjadi yang terbaik bagi diri (Miftahurrezki, 2021)



Gambar 8. Buat kamu yang baca tulisan ini
Sumber data primer

Pada slide ini selda mencoba membuat sebuah interaksi dengan khalayak Instagram. Khususnya yang melihat reels yang dia buat. Siapapun itu, dalam kondisi apapun mereka saat melihat postingan selda berharap sebuah kebaikan mengalir melalui rangkaian teks yang dia sampaikan melalui postingannya tersebut. Mengajak pengguna media sosial Instagram ikut dapat merasakan gejolak emosi yang disampaikan melalui teks yang dituliskan.



Gambar 9. Kamu berharga, kamu sempurna
Sumber data primer

Selda mengingatkan pengguna yang melihat postingannya agar menghargai diri sendiri. Setiap pribadi yang dihadirkan di muka bumi ini berharga dan bermakna. Tuhan pasti menciptakan makhluk dengan sempurna. Oleh sebab itu, kita harus selalu sadar diri, bahwa kita berharga dan kita sempurna. Layak untuk memberdayakan diri dan berkontribusi. Perasaan berharga (*felling of worth*) yaitu perasaan dimana individu merasa dirinya berharga atau tidak,

dimana perasaan ini banyak dipengaruhi oleh pengalaman yang lalu (Oktaviani & Hariadi, 2019). Sedangkan manusia sempurna adalah locus penampakan diri Tuhan yang paling sempurna. Manusia sempurna menyerap semua nama dan sifat Tuhan secara sempurna dan seimbang (Saudah dan Nusyirwan, 2017). Dari literasi diatas dapat disimpulkan perasaan berharga dan sempurna dibangun melalui latar belakang berprosesnya individu, juga perasaan seimbang yang ada didalam diri seseorang dengan mampu memaknai sifat Tuhan.



Gambar 10. Lukamu akan sembuh, tangismu akan berhenti
Sumber data primer

Setiap luka batin yang tergores selama perjalanan hidup, perlahan akan sembuh. Diri mempunyai kemampuan untuk menyembuhkan luka itu sendiri. Mengingat luka batin adalah masalah yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis. Melalui penyembuhan luka batin maka kedamaian yang hilang itu dapat diperoleh kembali. Penyembuhan luka batin salah satunya dapat dilakukan dengan memaafkan hal yang membuat kita terluka (Siregar, 2012). Segala tangis dan kesah yang menemani juga akan berhenti. Berganti dengan tawa dan bahagia.



Gambar 10. Bersyukurlah
Sumber data primer

Di slide terakhir selda menuliskan 'Bersyukurlah' bahwa apapun kondisi yang dialami kita sebagai manusia harus tetap bersyukur dengan apa yang diberikan oleh sang pemilik kehidupan Allah SWT. Terkadang kita membutuhkan kondisi tertentu untuk merasa bersyukur,

kondisi istimewa yang mendorong kita bersyukur adalah kondisi dimana kita merasakan betapa nikmat itu sangat istimewa, sangat diharapkan. Hal ini serupa tertuang dalam Q.S Al-Baqarah 152 “Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku.” Maka sesungguhnya ketika bersyukur, dia bersyukur untuk dirinya sendiri. Selda mengajak pengguna untuk menerima dan berbaik sangka kepada Tuhan dengan semua potensi yang dimiliki, bersyukur atas semua kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. Kekurangan fisik bukan penyebab untuk berdaya dan berguna (Husna, 2013). Syukur merupakan kewajiban kita sebagai makhluk atas semua nikmat dan karunia Allah. Apapun kondisi saat ini pasti ada kebaikan yang menyertinya.

Analisis konten memerlukan bukti untuk mendukung hasil yang valid, dalam penelitian menggunakan bukti teks yang ada dalam konten Instagram. Penelitian ini juga menyatakan bukti dengan cukup jelas dan spesifik sehingga memungkinkan dilakukan validasi penelitian. Analisis konten yang dilakukan untuk menggali makna tekstual yang ada dalam konten @chiseldamd yang telah dilihat puluhan juta viewers. Analisis konten reels Instagram yang dibahas berisikan tentang teks yang ditulis oleh pengguna, dengan makna, maksud dan tujuan yang melatarbelakangi dibuatnya konten tersebut. Melalui hasil penelaahan, pengguna yang terlahir berbeda kondisi secara fisiknya sejak lahir yang diakibatkan tumor kelenjar getah bening merasa rendah diri, karena diejek oleh teman-teman dan dianggap tidak mampu melakukan pekerjaan karena kondisi fisiknya yang berbeda. Pengguna sudah mengupayakan kesembuhan penyakitnya tetapi hasilnya tidak seperti yang diharapkan. Pengguna mencoba berdamai dengan kondisi fisik dan luka batin yang dia rasakan dengan melepaskan dan memaafkan. Seiring perjalanan, pengguna menerima takdir yang diberikan, dan mensyukuri ketidaksempurnaan dirinya. Hal ini membuat pengguna merasa mencintai diri seutuhnya. Pengguna juga mengajak *viewers* untuk selalu menyadari bahwa setiap diri berharga dan bermakna dengan cara bersyukur, karena setiap peristiwa yang terjadi dalam kehidupan pasti ada kebaikan didalamnya.

KESIMPULAN

Dari analisis diatas dapat ditarik kesimpulan diantaranya adalah penerimaan diri dimulai dari kesadaran mengenal lebih dalam tentang diri sendiri, menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri secara utuh. Di samping itu dalam pesan ini terdapat ajakan kepada khalayak untuk menghargai diri sendiri dan mensyukuri apa yang diberikan kepadanya. Karena pada dasarnya manusia diciptakan sempurna. Setiap individu membangun konsep diri yang menfokuskan pada perspektif diri sendiri, bukan pada pendapat orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal

- Aloysius Selo Aryobimo Oentarto dkk. (2021). Cara mengubah *Insecure* dengan *Teori Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dan menggunakan teknik *Cognitive Behavior Modification* (CBM). <https://europepmc.org/article/ppr/ppr324036>
- Billa, Salma Salsa & Mochammad Alka Syairan Ruslan. (2022). Analisis Gaya Bahaasa Pada Lirik Dunia Tipu-Tipu Yura Yunita. *Jurnal Bahasa, Sastra, Budaya, dan Pengajarannya Amik Purwokerto (Protasis)* Vol 1, No. 2, 25-29
- Fauza, Syifa, dkk. (2022). Implikasi *Self-Care* untuk *Psychological Well-Being* Pada *Professional Helper*. *Jurnal Psikoedukasi dan Konseling* Vol 6, No. 2, 105-115

- Lena, Ina Magda & dkk. (2020). Analisis Minat dan Bakat Peserta didik terhadap Pembelajaran. <https://doi.org/10.24042/terampil.v7i1.5585>
- Miftahurrezki & M. Syukron Anshori. (2021). Analisis Makna Pesan Motivasi Dalam Lirik Lagu Kpop Bts Answer: Love Myself. *Jurnal Kaganga Komunika* Vol.3 No. 1, 69-81
- Monggilo, Zainuddin Muda Z. (2020). Analisis Konten Kualitatif Hoaks dan Literasi Digital dalam @komikfunday. *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* Vol 9, No. 1, 1-18
- Nurdin, Encep Syarief. (2016). Analisis Konten Dimensi Implementasi Kebijakan Publik pada Konten Kurikulum Pendidikan Kewarganegaraan di Perguruan Tinggi. *Jurnal pendidikan Sains Sosial dan Kemanusiaan* 9(1), 11-30
- Oktaviani, Yolana & Ahmad Hariadi. (2019). Pengaruh Teknik Self Instruction terhadap Harga Diri pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Lingsar Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Realita* Volume 4 Nomor 8 Edisi Oktober 806 – 815
- Pamungkas, Bambang. (2019). Kebahagiaan Penduduk di Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Sosial dan dan Politik (JISPO)* VOL. 9 No. 1, 188-197
- Randisa, Aziz Reza & Ahmad Numandi. (2020). Analisis Konten Media Sosial Twitter Sarana Pendidikan di Indonesia Studi Kasus Ruang Guru. *Jurnal Tata Sejuta STIA Mataram* Vol 6, No.2, 614-649
- Shuffa, Asla Zahriya. (2018). Citra Perempuan dalam Film *To The Bone* Karya Marti Noxon: Kajian Mitos Kecantikan. *Jurnal BAPALA*. Vol. 5 No. 2, 1-24
- Saudah dan Nusyirwan. (2004). Konsep Manusia Sempurna. Vol 14, No 2 *Jurnal Filsafat*, Jilid37, Nomor2 hal 185-191
- Cristian Siregar. (2012). Menyembuhkan Luka Batin dengan Memaafkan. Vol. 3 No. 2 <https://doi.org/10.21512/humaniora.v3i2.3402>

Buku

- Husna, Aura. (2013). *Kaya dengan Bersyukur (Menemukan Makna Sejati Bahagia dan Sejahtera dengan Mensyukuri Nikmat Allah)*. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Zuchdi, Darmiyati & Wiwick Afifah. (2019). *Analisis Konten, Etnografi & Grounded Theory dan Hermeneutika dalam Penelitian*. Bumi Aksara: Jakarta