

**PENGARUH TERPAAN KONTEN MEDIA SOSIAL AKUN *INSTAGRAM*
@evtessia TERHADAP *SELF-ESTEEM* GEN Z**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Ilmu Komunikasi

Disusun Oleh:

Nama: Adelina Mariana Siregar

NIM: 1410621086

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUKUM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

ABSTRAK

Adelina Mariana Siregar (1410621086), Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun *Instagram* @Evtessia terhadap *Self-Esteem* Gen Z ; 1 - 166 Halaman ; Buku 2015-2023 ; Jurnal 2019-2025; 6 Situs, Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta, Skripsi, Tahun 2026.

Penggunaan media sosial yang menampilkan citra kehidupan sempurna dan estetik terutama *Instagram*, sering kali memicu *social-comparison* yang mempengaruhi *self-esteem* pengguna. Konten yang berfokus pada motivasi, dan pengembangan diri, hadir sebagai penyeimbang dalam melawan pengaruh negatif seperti *social-comparison* yang mempengaruhi *self-esteem*. Kajian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terpaan konten media sosial akun *Instagram* @evtessia terhadap *self-esteem* Gen Z.

Teori pada penelitian ini menggunakan *Uses and Gratifications Theory*. Adapun variabel bebas (X) penelitian ini yaitu Terpaan Konten dengan empat dimensi sebagai berikut : Terpaan fisik (*Physical exposure*), Terpaan perseptual (*Perceptual exposure*), Terpaan psikologis (*Psychological exposure*), dan Perhatian (*Attention*). Sementara variabel terikat (Y) adalah *Self-esteem* dengan dua dimensi yaitu, *self-competence*, dan *self-liking*.

Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui kuesioner, yang disebar menggunakan *Google form*. Teknik pengambilan sampel pada kajian ini yaitu *purposive sampling*. Penelitian ini dianalisis dengan analisis univariat dan bivariat dengan uji normalitas, uji linearitas, uji regresi linear sederhana dan uji t yang memastikan bahwa H_0 ditolak dan menerima H_a . Serta uji koefisien determinasi yang menunjukkan besarnya pengaruh terpaan konten.

Hasil penelitian menunjukkan, terpaan konten media sosial *Instagram* @evtessia mengindikasikan bahwa aspek perhatian (*attention*) merupakan aspek yang mempengaruhi terjadinya terpaan konten, artinya konten @evtessia mampu menarik perhatian audiens sehingga audiens terpapar oleh konten yang ditampilkan. Selanjutnya *self-esteem* Gen Z menunjukkan bahwa kondisi *self-esteem* yang positif dengan nilai *self-liking* dan *self-competence* yang hampir sama. Hasil uji regresi mengindikasikan setiap peningkatan nilai terpaan konten, maka nilai *self-esteem* juga ikut meningkat. Hal ini juga dibuktikan oleh hasil uji koefisien determinasi yang mengindikasikan terpaan konten media sosial *Instagram* @evtessia terdapat pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *self-esteem* gen Z. Konten @evtessia berperan sebagai sumber afirmasi, refleksi diri membentuk cara individu memandang dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian ini menjelaskan bahwa pengaruh terpaan konten pada penelitian ini tidak hanya dipengaruhi oleh aspek terpaan fisik seperti intensitas penggunaan media sosial, namun aspek perhatian, kualitas pesan yang bermakna dan menyentuh aspek psikologis berperan penting dalam pengembangan diri dan membentuk *self-esteem* yang positif bagi audiens. Oleh karena itu, disarankan untuk terus meningkatkan kualitas pesan yang bermakna dan menyentuh aspek emosional. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan penelitian yang mungkin mempengaruhi *self-esteem*.

Kata Kunci : Terpaan Konten, Media Sosial, *Instagram* , *Self-Esteem*



Intelligentia - Dignitas

ABSTRACT

Adelina Mariana Siregar (1410621086), *The Influence of Social Media Content Exposure on Instagram Account @Evtessia on Gen Z Self-Esteem*; 1 - 166 pages; Book 2015-2023; Journal 2019-2025; 6 Sites, Communication Sciences, Faculty of Social Sciences and Law, State University of Jakarta, Thesis, Year 2026.

The use of social media that displays the image of perfect life and aesthetics, especially Instagram, often triggers social-comparison that affects users' self-esteem. Content that focuses on motivation, and self-development, is present as a counterweight in countering negative influences such as social-comparison that affect self-esteem. This study aims to determine the influence of exposure to social media content on Instagram accounts @evtessia on the self-esteem of Gen Z.

The theory in this study uses the Uses and Gratifications Theory. The independent variable (X) of this study is Content Exposure with the following four dimensions: Physical exposure, Perceptual exposure, Psychological exposure, and Attention. While the bound variable (Y) is self-esteem with two dimensions, namely, self-competence, and self-liking.

The approach in this study is a quantitative approach with a survey method through questionnaires, which is distributed using Google forms. The sampling technique in this study is purposive sampling. This study was analyzed by univariate and bivariate analysis with normality tests, linearity tests, simple linear regression tests and t-tests that ensured that H_0 was rejected and accepted H_a . As well as a determination coefficient test that shows the magnitude of the influence of content exposure.

The results of the study show that exposure to Instagram social media content @evtessia indicates that the attention aspect is an aspect that affects the occurrence of content exposure, meaning that @evtessia content is able to attract the attention of the audience so that the audience is exposed to the content displayed. Furthermore, Gen Z's self-esteem shows that the condition of positive self-esteem with almost the same self-liking and self-competence values. The results of the regression test indicated that every increase in the value of exposure to the condition, so the value of self-esteem also increased. This is also evidenced by the results of the determination coefficient test which indicates that exposure to Instagram social media content @evtessia there is a positive and significant influence on the self-esteem of Gen Z. Content @evtessia plays a role as a source of affirmation, self-reflection shapes the way individuals view themselves.

Based on the results of this study, it is explained that the influence of content exposure in this study is not only influenced by physical aspects

such as the intensity of social media use, but also attention aspects, the quality of meaningful messages and touching psychological aspects play an important role in self-development and forming self-esteem that is positive for the audience. Therefore, it is recommended to continue to improve the quality of messages that are meaningful and touch on the emotional aspect. Further research is suggested to expand the scope of research that may affect self-esteem.

Keywords: Content Exposure, Social Media, Instagram , Self-Esteem



Intelligentia - Dignitas

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Adelina Mariana Siregar

NIM : 1410621086

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Hukum

Judul KA : Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun Instagram @Evtessia Terhadap Self-Esteem Gen Z

Dengan ini menyatakan bahwa saya memastikan Karya Ilmiah saya yang berjudul **“Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun Instagram @Evtessia Terhadap Self-Esteem Gen Z”** merupakan karya saya sendiri. Saya memastikan bahwa Karya Ilmiah saya ini bukan merupakan hasil tiruan, saduran, atau terjemahan dari karya orang lain.

Jika di kemudian hari Karya Ilmiah saya melanggar ketentuan orisinalitas, saya siap menerima sanksi yang diberikan oleh pihak program studi maupun pihak universitas.

Jakarta, 15 Juni 2026



Adelina Mariana Siregar
NIM. 1410621086

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul : Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun *Instagram*
@Evtessia Terhadap Self-Esteem Gen Z

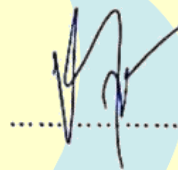
Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh:

Dosen Pembimbing 1

Tanda tangan

Tanggal

Dr. Vera Wijayanti Sutjipto, S.Sos., M.Si
NIP. 197403092005012001



17/6/2026

Dosen Pembimbing 2

Tanda tangan

Tanggal

Dr. Dini Safitri, M.Si
NIP. 198402062010122002



15/6/2026

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi



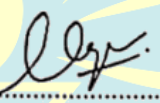
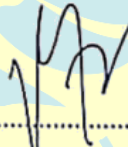
Dr. Dini Safitri, M.Si
NIP. 198402062010122002

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab/Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum



No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Dr. M. Fikri Akbar, S.I.Kom., M.Si., M.M.</u> NIP. 198705302024061001 Ketua		15/6/2026
2.	<u>Sandy Allifiansyah, M.A., Ph.D</u> NIP. 199106022024061002 Penguji Ahli I		15/6/2026
3.	<u>Mega Ayu Permatasari, M.Si.</u> NIP. 199008242025062004 Penguji Ahli II		15/6/2026
4.	<u>Dr. Vera Wijayanti Sutjipto, S.Sos., M.Si.</u> NIP. 197403092005012001 Pembimbing I		17/6/2026
5.	<u>Dr. Dini Safitri, S.Sos., M.Si.</u> NIP. 198402062010122002 Pembimbing II		15/6/2026

Tanggal Lulus: 03 Juli 2026

Intelligentia - Dignitas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Adelina Mariana Siregar
NIM : 1410621086
Fakultas/Prodi : Ilmu Sosila dan Hukum/ Ilmu Komunikasi
Alamat email : adelinamarianasiregar@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (... ..)

yang berjudul :

Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun Instagram @evtessia Terhadap Self-Esteem Gen Z

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 22 Juli 2026

Penulis

(Adelina Mariana Siregar)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT., yang telah memberikan peneliti segala rahmat, anugerah dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun *Instagram* @Evtessia Terhadap *Self-Esteem* Gen Z” yang merupakan salah satu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, tentu tidak terlepas dari dukungan, bimbingan serta doa dari berbagai pihak yang telah membantu peneliti hingga skripsi ini dapat diselesaikan ini. Oleh karena itu peneliti menyampaikan terima kasih banyak kepada keluarga peneliti, khususnya saudari tersayang Ainun Mardia Siregar dan Ayu Masrina Siregar yang telah memberikan doa, serta dukungan materiil dan moril kepada peneliti. Selanjutnya peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada

1. Bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Dini Safitri, M.Si. selaku Koordinator Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta, serta Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi dari awal hingga selesai.
4. Ibu Dr. Vera Wijayanti Sutjipto M.Si. selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing dan mengarahkan peneliti dalam penyusunan skripsi dari awal hingga selesai.

5. Ibu Dr. Marisa Puspita Sary, M.Si. dan Bapak Sandy Allifiansyah, S.I.Kom., M.A., Ph.D. selaku Koordinator Skripsi Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta.
6. Serta jajaran dosen Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta yaitu Ibu Dr. Kinkin Yuliaty SP, M.Si., CICS, CPR, Dr. Maulina Larasati Putri, S.Sos., M.I.Kom., Dr. E Nugrahaeni P, M.Si., Dr. Wiratri Anindhita, M.SC, CPR., Nada Arina Romli, M.I.Kom, CPR., Noprita Herari, M.I.Kom., Mega Ayu Permatasari, M.Si., dan Bapak Dr. M. Fikri Akbar, S.I.Kom., M.Si., M.M. yang juga telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan bimbingan yang diberikan selama masa studi peneliti.
7. *Followers* akun *Instagram* @evtessia yang telah meluangkan waktu dan usahanya sebagai responden dalam penelitian ini.
8. Sahabat dan teman – teman mahasiswa/i Prodi S1 Ilmu Komunikasi Universitas Negeri Jakarta angkatan 2021 sebagai teman seperjuangan selama masa studi hingga penyelesaian skripsi.

Secara khusus, karya ini peneliti persembahkan kepada kedua orang tua tercinta peneliti, terima kasih atas kasih sayang, doa dan segala pengorbanan yang telah diberikan semasa hidup. Semoga Allah SWT., menempatkan keduanya di tempat yang terbaik di sisi-Nya.

Pada proses penelitian ini, peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, peneliti menerima kritikan dan saran yang membangun. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Intelligentia - Dignitas

Jakarta, 02 Mei 2026

Adelina Mariana Siregar

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	v
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	vi
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	19
1.3 Rumusan Masalah	20
1.4 Tujuan Penelitian	20
1.5 Manfaat Penelitian	21
BAB II LANDASAN TEORI	22
2.1 Tinjauan Teoritis	22
2.1.1 <i>Uses and Gratifications Theory</i>	22
2.2 Variabel Penelitian	25
2.2.1 Terpaan Konten (X)	26
2.2.2 <i>Self-Esteem</i>	31
2.3 Penelitian Sejenis Terdahulu	35
2.4 Hipotesis Penelitian	52
2.5 Model Penelitian	52
BAB III METODE PENELITIAN	53
3.1 Paradigma Penelitian	53

3.2 Metode Penelitian.....	54
3.3 Pendekatan Penelitian	55
3.4 Jenis Penelitian	56
3.5 Subjek Penelitian.....	57
3.5.1 Populasi	57
3.5.2 Sampel.....	58
3.5.3 Ukuran Sampel	58
3.5.4 Teknik Penarikan Sampel.....	59
3.6 Hipotesis Penelitian.....	60
3.7 Metode Pengumpulan Data.....	61
3.8 Validitas dan Reliabilitas	63
3.8.1 Validitas.....	63
3.8.2 Reliabilitas.....	65
3.9 Metode Analisis	68
3.9.1 Univariat.....	68
3.9.2 Bivariat.....	69
3.10 Definisi Operasional	72
3.11 Operasional Konsep.....	77
3.12 Waktu dan Tempat Penelitian.....	79
3.12.1 Waktu Penelitian	79
3.12.2 Tempat Penelitian	80
3.13 Keterbatasan dan Kelemahan Penelitian	80
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	81
4.1. Hasil Penelitian.....	81
4.1.1 Hasil Penelitian Terpaan Konten Media Sosial <i>Instagram</i> @evtessia	81
4.1.2 Hasil Penelitian <i>Self – Esteem Gen Z</i>	115
4.1.3 Hasil Penelitian Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun <i>Instagram @evtessia Terhadap Self – Esteem Gen Z</i>	136
4.1.3.1 Hasil Uji Normalitas	137
4.1.3.2 Hasil Uji Linearitas.....	138

4.1.3.3 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	139
4.1.3.4 Hasil Uji Hipotesis (Uji t)	140
4.1.3.5 Hasil Uji Koefisien Determinasi	141
4.2. Pembahasan Penelitian	142
4.2.1 Pembahasan Penelitian Terpaan Konten Media Sosial <i>Instagram @evtessia</i>	142
4.2.2 Pembahasan Penelitian <i>Self-Esteem</i> Gen Z	146
4.2.3 Pembahasan Pengaruh Terpaan Konten Media Sosial Akun <i>Instagram @evtessia Terhadap Self – Esteem Gen Z</i>	148
BAB V PENUTUP	158
5.1 Kesimpulan	158
5.2 Saran	160
DAFTAR PUSTAKA	162



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Platform Media Sosial Paling Populer	3
Gambar 1. 2 Profil Akun <i>Instagram</i> @Evtessia	7
Gambar 1. 3 Unggahan Konten @Evtessia dan Komentar Audiens	9
Gambar 2. 1 Model Penelitian	52
Gambar 4. 1 Grafik Nilai Mean Dimensi Terpaan Konten (Variabel X) ...	112
Gambar 4. 2 Grafik Nilai Mean Dimensi Self-Esteem (Variabel Y)	134
Gambar 4. 3 Hasil Uji Linearitas Menggunakan Scatter Diagram	138



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1	Jumlah Followers Akun @evtessia dan Akun Sejenis Lainnya	8
Tabel 1. 2	Pernyataan Terkait Tujuan Audiens Mengikuti Akun @evtessia	11
Tabel 1. 3	Pernyataan Terkait Terpaan Konten Akun @evtessia	13
Tabel 1. 4	Tingkat Self-Esteem Audiens	15
Tabel 2. 1	Penelitian Sejenis Terdahulu	42
Tabel 3. 1	Hasil Uji Validitas Terpaan Konten	64
Tabel 3. 2	Hasil Uji Validitas Self-Esteem	65
Tabel 3. 3	Case Processing Summary Variabel Terpaan Konten	66
Tabel 3. 4	Hasil Uji Reliabilitas Variabel Terpaan Konten	67
Tabel 3. 5	Case Processing Summary Variabel Self-Esteem	67
Tabel 3. 6	Hasil Uji Reliabilitas Variabel Self-Esteem	68
Tabel 3. 7	Operasional Konsep	77
Tabel 4. 1	Konten akun @Evtessia Dapat Diakses Dengan Mudah	82
Tabel 4. 2	Frekuensi mengakses Konten @Evtessia Dalam Seminggu	83
Tabel 4. 3	Konten @Evtessia Langsung Muncul Di Linimasi Instagram	84
Tabel 4. 4	Durasi Melihat Konten @Evtessia di Instagram	85
Tabel 4. 5	Durasi Menyaksikan Konten @Evtessia Per Hari	86
Tabel 4. 6	Lingkungan Yang Mendukung Untuk Mengakses Konten @Evtessia	87
Tabel 4. 7	Tampilan Visual Konten @Evtessia Menarik	88
Tabel 4. 8	Kualitas Audio Visual Konten @Evtess Diterima OlehPancaindra	89
Tabel 4. 9	Audiens Menerima Pesan Melalui Audio Dengan Jelas	90
Tabel 4. 10	Pesan Tampilan Audio Visual Dipahami Dengan Jelas	91
Tabel 4. 11	Kesadaran Audiens Memahami Pesan Konten @Evtessia	92
Tabel 4. 12	Kemampuan Audiens Mengelola Informasi	93

Tabel 4. 13 Pesan Konten @Evtessia Meninggalkan Kesan Dalam Pikiran	94
Tabel 4. 14 Informasi Dari Konten @Evtessia Mempengaruhi Audiens	95
Tabel 4. 15 Pesan Konten Mudah Dipahami Sehingga Melekat Dalam Memori	96
Tabel 4. 16 Audiens Memahami Inti Pesan Secara Sadar Maupun Tidak	97
Tabel 4. 17 Pesan Dari Konten @Evtessia Muncul Kembali Dalam Pikiran	98
Tabel 4. 18 Penyerapan Informasi Konten @Evtessia Tanpa Disengaja .	99
Tabel 4. 19 Konten @Evtessia Mendorongan Perilaku Positif Terhadap Diri	100
Tabel 4. 20 Konten @Evtessia Mempengaruhi Audiens Menilai Diri Sendiri	101
Tabel 4. 21 Konten @Evtessia Meningkatkan Refleksi Diri Sendiri	102
Tabel 4. 22 Perhatian Audiens Pada Konten Sesuai Dengan Minat.....	103
Tabel 4. 23 Konten Yang Bermanfaat Menarik Perhatian.....	104
Tabel 4. 24 Fokus Pada Konten @Evtessia Sesuai Kebutuhan Saat Itu	105
Tabel 4. 25 Audiens Fokus Pada Pesan @Evtessia Tentang Menghargai Diri	106
Tabel 4. 26 Perhatian Penuh Audiens Pada Konten @Evtessia	107
Tabel 4. 27 Audiens Fokus Memahami Pesan Konten @Evtessia	108
Tabel 4. 28 Audiens memahami pesan pada konten @evtessia	109
Tabel 4. 29 Audiens dengan sadar memperhatikan informasi pada konten	110
Tabel 4. 30 Kesadaran Terhadap Pesan Konten @Evtessia.....	111
Tabel 4. 31 Nilai Mean Indikator Terpaan Konten (Variabel X)	113
Tabel 4. 32 Konten @Evtessia Meningkatkan Keyakinan Diri.....	116
Tabel 4. 33 Konten @Evtessia Mempengaruhi Kepercayaan Diri Audiens	117
Tabel 4. 34 Konten @Evtessia Memberikan Kesadaran Akan Kemampuan Diri	118

Tabel 4. 35 Konten @Evtessia Menumbuhkan Kesadaran Potensi Diri..	119
Tabel 4. 36 Kesadaran Fokus Pada Kelebihan Diri Dari Konten @Evtessia	120
Tabel 4. 37 Keyakinan Akan Kualitas Diri Membawa Keberhasilan	121
Tabel 4. 38 Kepercayaan Diri Dalam Mengambil Keputusan	122
Tabel 4. 39 Audiens Termotivasi Untuk Tidak Bergantung Pada Orang Lain	123
Tabel 4. 40 Konten @Evtessia Mendorong Audiens Untuk Mandiri	124
Tabel 4. 41 Audiens menerima diri apa adanya	125
Tabel 4. 42 Kesadaran Tidak Membandingkan Diri.....	126
Tabel 4. 43 Audiens Menerima Kekurangan Yang Ada Pada Diri.....	127
Tabel 4. 44 Kesadaran Bahwa Hidup Berharga	128
Tabel 4. 45 Kesadaran Bahwa Keberadaan Audiens Bernilai	129
Tabel 4. 46 Audiens Memandang Diri Sebagai Individu Yang Layak Dihargai	130
Tabel 4. 47 Audiens merasa puas dengan dirinya setelah melihat akun @evtessia.....	131
Tabel 4. 48 Konten @evtessia memberikan kesadaran untuk menghargai perkembangan diri	132
Tabel 4. 49 Audiens Merasa Nyaman Menjadi Diri Sendiri Setelah Melihat Konten @Evtessia	133
Tabel 4. 50 Nilai Mean Perindikator Self-Esteem (Variabel Y)	135
Tabel 4. 51 Hasil Uji Normalitas	137
Tabel 4. 52 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	139
Tabel 4. 53 Hasil Uji Hipotesis (Uji t)	140
Tabel 4. 54 Hasil Uji Koefisien Determinasi	141

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Draft Kuesioner.....	xviii
Lampiran 2. Data Variabel X dan Y	xxiv
Lampiran 3. Hasil Validitas dan Reliabilitas	xxxii
Lampiran 4. Hasil Uji Univariat.....	xxxii
Lampiran 5. Hasil Uji Bivariat.....	xxxiv
Lampiran 6. Bukti Screenshot Menghubungi Responden Penelitian	xxxvi
Lampiran 7. Screenshot Akun Instagram @evtessia	xxxviii
Lampiran 8. Bukti Submit Jurnal	xxxix
Lampiran 9. Hasil Turnitin.....	xl
Lampiran 10. Biodata Peneliti.....	xli



Intelligentia - Dignitas