

INSTAGRAM NOTES SEBAGAI RUANG KOMUNIKASI MIKRO DI KALANGAN MAHASISWA

Jihan Salsabila Ridwan, Muhamad Ramdhani, Luluatu Nayiroh

Universitas Singaperbangsa Karawang

jihan.salsabila281@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan Instagram *Notes* di kalangan mahasiswa menunjukkan adanya perubahan pola komunikasi digital yang semakin mengarah pada bentuk komunikasi mikro yang singkat, personal, dan implisit. Penelitian ini bertujuan untuk memahami motif, pengalaman, dan makna penggunaan Instagram *Notes* di kalangan mahasiswa. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi Alfred Schutz. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap mahasiswa pengguna aktif Instagram *Notes* dan didukung oleh studi pustaka. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan berdasarkan pengalaman subjektif informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Instagram *Notes* dipengaruhi oleh *because motive* dan *in-order-to motive*, seperti dorongan *Fear of Missing Out* (FOMO), keinginan menyampaikan pesan secara tidak langsung, serta kebutuhan mengekspresikan diri. Instagram *Notes* juga menghadirkan pengalaman komunikasi yang beragam, mulai dari terciptanya interaksi interpersonal hingga tidak adanya respons dari audiens. Selain itu, mahasiswa memaknai Instagram *Notes* sebagai ruang ekspresi diri dan *safe space* yang memberikan kenyamanan emosional dalam berkomunikasi. Penelitian ini menunjukkan bahwa Instagram *Notes* telah berkembang menjadi ruang komunikasi mikro yang memiliki fungsi sosial dan emosional dalam kehidupan digital mahasiswa.

Kata Kunci: *Fenomenologi, Instagram Notes, Komunikasi Mikro, Mahasiswa, Media Sosial*

ABSTRACT

The use of Instagram Notes among college students indicates a shift in digital communication patterns toward a form of micro-communication that is brief, personal, and implicit. This study aims to understand the motivations, experiences, and meanings associated with the use of Instagram Notes among college students. The study employs a qualitative method using Alfred Schutz's phenomenological approach. Data were collected through in-depth interviews with students who are active users of Instagram Notes and supported by a literature review. Data analysis was conducted through data reduction, data presentation, and drawing conclusions based on the informants' subjective experiences. The results show that the use of Instagram Notes is influenced by because motives and in-order-to motives, such as the drive of Fear of Missing Out (FOMO), the desire to convey messages indirectly, and the need for self-expression. Instagram Notes also offers diverse communication experiences, ranging from the creation of interpersonal interactions to a lack of response from the audience. Furthermore, students perceive Instagram Notes as a space for self-expression and a safe space that provides emotional comfort in communication. This study demonstrates that Instagram Notes has evolved into a micro-communication space that serves social and emotional functions in students' digital lives.

Keywords: Instagram Notes, Micro-Communication, Phenomenology, Social Media, Students

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital saat ini membawa perubahan yang cukup besar dalam cara individu berkomunikasi, terutama di kalangan generasi muda yang sangat akrab dengan media sosial. Media sosial tidak lagi sekadar sarana berbagi informasi, kini media sosial telah menjadi wadah untuk berinteraksi, menyampaikan pesan, mengekspresikan perasaan, dan membangun hubungan sosial secara daring. Menurut data dari Asosiasi Penyedia Layanan Internet Indonesia pada tahun 2025, jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 229 juta, dan sebagian besar di antaranya aktif menggunakan media sosial. Data ini menunjukkan bahwa komunikasi digital telah menjadi bagian penting dalam kehidupan masyarakat, terutama di kalangan pelajar, yang merupakan kelompok paling aktif dalam menggunakan media sosial (APJII, 2025).

Di kalangan mahasiswa, menggunakan media sosial telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari mereka. Pendekatan penelitian sulit dipisahkan dari kehidupan sosial mereka. Saat ini, media sosial tidak hanya dimanfaatkan sebagai media informasi, melainkan juga berkembang menjadi ruang interaksi sosial dan emosional bagi penggunanya (Khatulistiwa, 2026). Salah satu platform yang paling banyak digunakan adalah Instagram, yang memiliki 108 juta pengguna di Indonesia pada akhir tahun 2025 (Kemp, 2025). Instagram terus memperkenalkan fitur-fitur baru untuk membantu orang berkomunikasi dengan lebih cepat dan lebih personal. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi digital kini telah menjadi bagian penting dari kehidupan masyarakat modern (Nasrullah, 2017).

Seiring perkembangannya, Instagram kini tidak lagi sekadar platform untuk berbagi foto dan video, melainkan juga alat komunikasi digital yang lebih personal dan fleksibel. Fitur-fitur seperti Instagram *Stories*, *Reels*, dan Instagram *Notes* menunjukkan bahwa komunikasi kini menjadi lebih singkat, lebih spontan, dan lebih sementara. Fitur Instagram *Notes* diperkenalkan sekitar tahun 2022, memungkinkan pengguna untuk berbagi pesan singkat atau klip lagu yang dapat dilihat selama 24 jam melalui pesan langsung. Fitur ini menawarkan cara berkomunikasi yang lebih sederhana dibandingkan fitur lainnya karena berfokus pada pesan teks singkat, namun tetap memungkinkan orang untuk berbagi pesan dengan orang lain (Lestari, 2024).

Penggunaan Instagram *Notes* pada mahasiswa telah menjadi fenomena menarik yang patut diamati. Fitur ini dapat digunakan dengan berbagai cara atau bentuk komunikasi, seperti mengekspresikan perasaan, menyampaikan pesan secara tidak langsung, membangun

interaksi sosial, hingga mengikuti tren komunikasi digital. Penggunaan tersebut mengindikasikan bahwa Instagram *Notes* tidak hanya berfungsi sebagai fitur pelengkap media sosial, tetapi juga menjadi ruang komunikasi mikro yang memungkinkan pengguna menyampaikan pesan singkat dalam interaksi sehari-hari. Perbedaan dalam cara orang menggunakannya menunjukkan bahwa Instagram *Notes* bukan hanya untuk berbagi pesan singkat, tetapi juga memiliki tujuan dan makna yang berbeda-beda.

Fenomena ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang membahas penggunaan fitur media sosial sebagai sarana komunikasi. Terdapat penelitian mengenai Instagram *Notes* yang sering dimanfaatkan sebagai media untuk mengekspresikan perasaan, merenungkan diri, atau berbagi pesan pribadi melalui komunikasi yang singkat dan sederhana (Irsyadillah, 2026). Temuan tersebut menunjukkan bahwa fitur berbasis teks singkat digunakan sebagai alternatif komunikasi yang lebih praktis dan personal dibandingkan dengan unggahan visual, yang dianggap lebih terbuka. Penelitian lain juga menjelaskan bahwa penggunaan fitur Instagram tidak hanya didorong oleh aspek teknis, tetapi juga oleh motif sosial dan makna yang melekat pada penggunaannya (Sari, 2022).

Dengan demikian, studi-studi ini menunjukkan bahwa penggunaan fitur-fitur Instagram bukan hanya tentang berbagi konten, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana individu membangun komunikasi, mengekspresikan diri, dan memenuhi kebutuhan sosial mereka di ruang komunikasi mikro. Hal ini menunjukkan bahwa setiap fitur di Instagram dapat digunakan secara berbeda oleh pengguna berdasarkan pengalaman, tujuan, dan kebutuhan komunikasi mereka. Dalam konteks Instagram *Notes*, penggunaan fitur ini menarik untuk dieksplorasi lebih lanjut karena memungkinkan munculnya beragam tema dan makna di kalangan mahasiswa, yang merupakan pengguna media sosial yang aktif. Selain itu, penelitian yang mengkaji pengalaman subjektif pengguna dengan menggunakan pendekatan fenomenologis Alfred Schutz masih belum banyak dilakukan.

Keterbatasan penelitian ini menyoroti potensi untuk melakukan penyelidikan lebih lanjut mengenai Instagram *Notes* dari perspektif yang lebih mendalam dalam studi komunikasi digital. Hal ini menarik karena Instagram *Notes* memiliki gaya komunikasi yang berbeda dibandingkan fitur Instagram lainnya, terutama karena sifatnya yang singkat, sementara, dan lebih personal yang menjadikannya sebagai ruang komunikasi mikro. Situasi ini memungkinkan pengguna yang berbeda memiliki motif dan pengalaman komunikasi yang beragam saat menggunakan fitur tersebut.

Untuk memahami fenomena ini secara lebih mendalam, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologis yang diusulkan oleh Alfred Schutz. Dalam pandangan Schutz,

setiap tindakan individu memiliki tujuan dan makna yang dibentuk oleh pengalaman pribadi masing-masing orang. Ia membagi motif tindakan menjadi dua jenis, yaitu *because motive* yang berkaitan dengan pengalaman masa lalu dan motif *in-order-to* yang berkaitan dengan tujuan yang ingin dicapai (Wita, 2022). Dengan demikian, penggunaan Instagram *Notes* dapat dipandang sebagai suatu bentuk tindakan sosial yang tidak hanya dilakukan begitu saja, tetapi juga memiliki latar belakang dan makna tersendiri bagi setiap pengguna.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memahami motif mahasiswa dalam menggunakan fitur Instagram *Notes* serta memaknai pengalaman penggunaannya sebagai ruang komunikasi mikro di media sosial dalam kehidupan komunikasi digital sehari-hari. Kebaruan penelitian ini terletak pada kajian Instagram *Notes* sebagai bentuk komunikasi mikro dengan menggunakan fenomenologi Alfred Schutz untuk memahami pengalaman subjektif pengguna dalam praktik komunikasi digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami motif dan makna penggunaan fitur Instagram *Notes* di kalangan mahasiswa. Pendekatan fenomenologi dipilih karena berfokus pada pengalaman subjektif individu dalam memaknai suatu fenomena sosial (Maulana, 2024). Penelitian ini menggunakan Fenomenologi Alfred Schutz yang menekankan bahwa tindakan manusia didasarkan pada pengalaman, kesadaran, serta motif tertentu yang membentuk makna (Nindito, 2005). Pendekatan ini relevan digunakan untuk memahami pengalaman mahasiswa dalam menggunakan fitur Instagram *Notes*, sebagai bagian dari komunikasi digital sehari-hari. Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa yang aktif menggunakan fitur Instagram *Notes*. Sementara, data sekunder diperoleh dari jurnal ilmiah, buku, artikel penelitian, serta dokumen lain yang berkaitan dengan kajian mengenai media sosial, komunikasi digital, dan fenomenologi.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur untuk menggali pengalaman subjektif informan terkait penggunaan Instagram *Notes*. Observasi dilakukan untuk mengamati pola penggunaan Instagram *Notes*, termasuk bentuk unggahan, bahasa yang digunakan, dan konteks sosial yang melatarbelakangi penggunaan fitur tersebut (Sugiyono, 2018). Dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan tangkapan layar (*screenshot*) unggahan Instagram *Notes* yang relevan dan telah memperoleh persetujuan

dari informan.

Teknik analisis data menggunakan analisis fenomenologi yang dilakukan melalui, proses pengorganisasian data, proses koding, penyusunan tema, hingga melakukan interpretasi makna berdasarkan pengalaman informan. Analisis ini bertujuan untuk menemukan esensi pengalaman serta motif yang melatarbelakangi penggunaan Instagram *Notes* oleh mahasiswa. Dalam penelitian fenomenologi, proses interpretasi menjadi bagian penting untuk memahami hubungan antara pengalaman individu dan realitas sosial yang mereka alami (Nindito, 2005). Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik ini digunakan agar data yang diperoleh lebih valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL PENELITIAN

Penggunaan Instagram *Notes* di kalangan mahasiswa mengungkap temuan bahwa fitur ini telah berkembang menjadi ruang komunikasi mikro dalam kehidupan digital sehari-hari. Karakteristik *Notes* yang singkat, temporer, dan *semi-private* membuat pengguna merasa lebih nyaman menyampaikan pesan tanpa tekanan untuk tampil sempurna seperti pada *feed* atau *story*. Mahasiswa memanfaatkan fitur ini untuk mengekspresikan perasaan, menyampaikan pesan secara implisit, hingga menjaga kedekatan sosial dengan lingkungan pertemanannya.

Mahasiswa mulai menggunakan fitur tersebut setelah melihat teman-temannya aktif memakai Instagram *Notes* dalam aktivitas komunikasi sehari-hari di media sosial. Kehadiran fitur tersebut memunculkan rasa penasaran sekaligus keinginan untuk ikut terlibat dalam tren komunikasi yang sedang berkembang. Salah satu informan mengungkapkan bahwa dirinya mulai menggunakan Instagram *Notes* karena merasa tidak ingin tertinggal dari teman-temannya yang telah lebih dahulu menggunakan fitur tersebut.

“Awalnya tuh sebenarnya karena FOMO, sebagian dari teman-teman tuh udah ada yang pake gitu, terus iseng-iseng nyoba aja.” (Hasil wawancara informan)

Tidak hanya lingkungan sosial yang memengaruhi penggunaan fitur tersebut, tetapi mahasiswa juga memiliki tujuan tertentu dalam menggunakan Instagram *Notes*. Fitur tersebut dimanfaatkan sebagai media komunikasi tidak langsung untuk menyampaikan pesan maupun perasaan kepada seseorang tanpa harus mengungkapkannya secara terang-terangan. Mahasiswa menggunakan tulisan singkat, lagu, maupun kalimat tertentu sebagai bentuk kode atau isyarat kepada individu yang dituju. Dalam penggunaannya, Instagram *Notes* dianggap

memberikan ruang komunikasi yang lebih fleksibel dan santai dibandingkan komunikasi langsung.

“Kadang ada tujuan pengen dilihat seseorang yang mungkin gak bisa diungkapin langsung ke orangnya.” (Hasil wawancara informan)

Selain sebagai media komunikasi tidak langsung, Instagram Notes juga digunakan sebagai sarana ekspresi diri. Mahasiswa memanfaatkan fitur tersebut untuk menyampaikan suasana hati, emosi, maupun keluhan kesah yang sedang dirasakan. Pengguna merasa lebih nyaman menyampaikan isi pikiran melalui Instagram Notes karena fitur tersebut dianggap lebih sederhana dan tidak terlalu menuntut pengguna untuk menampilkan citra diri tertentu sebagaimana pada unggahan *feed* atau *story* Instagram.

“Tujuannya pengen mengekspresikan perasaan sih sebenarnya. Lagi pengen keluarin unek-unek.” (Hasil wawancara informan)

Pengalaman penggunaan Instagram Notes juga menghadirkan bentuk komunikasi mikro yang beragam bagi mahasiswa. Beberapa informan mengaku bahwa unggahan Notes yang dibuat mampu memunculkan respons dari pengguna lain dan berkembang menjadi interaksi interpersonal yang lebih dekat. Balasan sederhana terhadap unggahan Notes dapat berlanjut menjadi percakapan yang lebih intens hingga membangun kedekatan sosial antar pengguna.

“Waktu itu pernah bikin notes dan tiba-tiba di-notice sama orang, sampai akhirnya kita berlanjut chat-an dan dari chat itu kita malah lanjut jadi main langsung.” (Hasil wawancara informan)

Namun demikian, tidak semua pengalaman penggunaan Instagram Notes menghasilkan interaksi sosial. Beberapa informan mengaku bahwa unggahan yang dibuat tidak memperoleh respons dari audiens sehingga komunikasi berhenti hanya pada unggahan singkat tanpa adanya percakapan lanjutan.

“Gak ada pengalaman yang spesial, karena gak ada yang pernah respons sih, jadi ya udah.” (Hasil wawancara informan)

Dalam penggunaannya, mahasiswa memaknai Instagram Notes sebagai ruang ekspresi diri yang lebih nyaman dibandingkan media sosial utama. Instagram Notes digunakan untuk menyampaikan isi hati, suasana emosional, maupun pengalaman pribadi secara lebih santai dan personal.

“Bentuk keluhan kesah, yang bisa menggambarkan isi hati atau ekspresi kita buat diungkapin.” (Hasil wawancara informan)

Selain sebagai ruang ekspresi diri, Instagram Notes juga dimaknai sebagai *safe space* dalam komunikasi digital. Karakteristik Notes yang singkat, sederhana, dan tidak terlalu

terbuka membuat mahasiswa merasa lebih aman dalam menyampaikan perasaan tanpa takut mendapatkan penilaian negatif dari orang lain.

“Tempat di mana orang bisa menyampaikan perasaan mereka tanpa takut ngerasa di-judge, tanpa takut ngerasa alay, tanpa takut ngerasa malu.” (Hasil wawancara informan)

Secara keseluruhan, hasil penelitian membuktikan bahwa Instagram Notes telah berkembang menjadi ruang komunikasi mikro yang memiliki fungsi sosial dan emosional bagi mahasiswa. Fitur tersebut tidak hanya digunakan sebagai media berbagi pesan singkat, tetapi juga dimanfaatkan sebagai media komunikasi implisit, sarana ekspresi diri, serta ruang yang memberikan kenyamanan emosional dalam aktivitas komunikasi digital sehari-hari.

PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Instagram Notes di kalangan mahasiswa dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan digital. Mahasiswa mulai menggunakan fitur tersebut setelah melihat teman-temannya aktif memanfaatkan Instagram Notes dalam interaksi sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial tidak hanya didorong oleh kebutuhan komunikasi pribadi, tetapi juga oleh keinginan untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosial dan mengikuti tren komunikasi digital yang berkembang. Temuan tersebut sejalan dengan konsep *Fear of Missing Out* (FOMO) yang dikemukakan oleh Andrew K. Przybylski (2013) yaitu dorongan individu untuk terus terlibat dalam aktivitas sosial agar tidak merasa tertinggal secara sosial maupun emosional. Dalam konteks ini, Instagram Notes telah menjadi bagian dari budaya komunikasi digital mahasiswa yang membentuk perilaku penggunaan media sosial generasi muda.

Selain dipengaruhi faktor sosial, mahasiswa menggunakan Instagram Notes sebagai media komunikasi implisit untuk menyampaikan pesan secara tidak langsung dan mengekspresikan perasaan. Penggunaan tulisan singkat, lirik lagu, maupun kalimat ambigu dipilih karena dianggap lebih nyaman dibandingkan komunikasi langsung yang berpotensi menimbulkan rasa canggung atau penolakan. Temuan ini menunjukkan adanya perubahan pola komunikasi mahasiswa, dimana pesan emosional lebih sering disampaikan melalui simbol dan unggahan singkat di media sosial. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa media sosial berkembang menjadi ruang komunikasi interpersonal yang memungkinkan pengguna menyampaikan pesan simbolik dan emosional dalam interaksi digital (Salsabila, 2025). Instagram Notes juga dimanfaatkan sebagai sarana ekspresi diri.

Mahasiswa menggunakan fitur tersebut untuk menyampaikan suasana hati, emosi,

maupun keluh kesah yang sulit diungkapkan secara langsung. Karakteristik *Notes* yang singkat dan temporer membuat pengguna merasa lebih bebas berekspresi tanpa tekanan untuk menampilkan citra diri ideal seperti pada unggahan *feed* Instagram.

Pengalaman penggunaan Instagram *Notes* menunjukkan adanya komunikasi mikro dalam interaksi digital mahasiswa. Beberapa informan mengaku bahwa unggahan *Notes* mampu memunculkan respon dari pengguna lain hingga berkembang menjadi komunikasi interpersonal yang lebih dekat. Balasan sederhana terhadap unggahan tersebut dapat berlanjut menjadi percakapan personal dan membangun kedekatan sosial antar pengguna. Temuan ini sejalan dengan penelitian Milatishofa (2021) yang menyatakan bahwa media sosial memungkinkan individu membangun serta mempertahankan hubungan interpersonal melalui interaksi digital sehari-hari. Namun, tidak seluruh unggahan memperoleh tanggapan dari audiens. Beberapa informan menyatakan bahwa *Notes* yang diunggah hanya menjadi bentuk ekspresi personal tanpa adanya interaksi lanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi digital melalui Instagram *Notes* bersifat dinamis karena dapat berkembang menjadi kedekatan sosial maupun berhenti sebagai ekspresi individu semata.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mahasiswa memaknai Instagram *Notes* sebagai ruang ekspresi diri sekaligus *safe space* dalam komunikasi digital. Fitur ini dianggap lebih personal dan tidak terlalu terbuka dibandingkan media sosial lainnya karena hanya dapat dilihat oleh pengguna tertentu. Kondisi tersebut membuat mahasiswa merasa lebih aman dan nyaman dalam menyampaikan pikiran maupun kondisi emosional tanpa takut memperoleh penilaian negatif dari orang lain. Secara garis besar, penelitian ini menunjukkan bahwa Instagram *Notes* telah berkembang menjadi ruang komunikasi mikro yang memiliki fungsi sosial dan emosional bagi mahasiswa. Fitur tersebut tidak hanya digunakan untuk berbagi pesan singkat, tetapi juga dimanfaatkan sebagai media komunikasi implisit, sarana ekspresi diri, serta alat untuk menjaga kedekatan sosial dalam kehidupan digital sehari-hari.

SIMPULAN

Penggunaan Instagram *Notes* di kalangan mahasiswa dipengaruhi oleh lingkungan pertemanan digital dan kebutuhan untuk tetap terhubung dalam aktivitas media sosial. Mahasiswa tertarik menggunakan fitur tersebut karena rasa ingin tahu serta dorongan untuk mengikuti tren komunikasi yang sedang berkembang di lingkungannya. Instagram *Notes* juga dimanfaatkan sebagai media komunikasi tidak langsung untuk menyampaikan pesan, perasaan, maupun sindiran melalui tulisan singkat, lirik lagu, dan unggahan bermakna ambigu. Selain itu, fitur ini menjadi sarana ekspresi diri bagi mahasiswa dalam

menyampaikan suasana hati, emosi, dan keluh kesah secara lebih santai dan personal. Pengalaman penggunaan Instagram *Notes* menunjukkan bahwa fitur tersebut mampu menciptakan komunikasi mikro yang memunculkan interaksi interpersonal dan kedekatan sosial antar pengguna. Namun, tidak semua unggahan mendapatkan respon, sehingga sebagian *Notes* hanya menjadi bentuk ekspresi pribadi tanpa interaksi lanjutan. Mahasiswa memaknai Instagram *Notes* sebagai ruang yang nyaman dan aman untuk berekspresi karena sifatnya lebih personal dan tidak terlalu terbuka dibandingkan media sosial lainnya. Secara keseluruhan, Instagram *Notes* telah berkembang menjadi media komunikasi digital yang tidak hanya berfungsi untuk berbagi pesan singkat, tetapi juga memiliki nilai sosial dan emosional dalam kehidupan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- APJII. (2025). *Survei internet APJII 2025*. <https://survei.apjii.or.id/>
- Irsyadillah, N. (2026). Instagram Notes sebagai media ekspresi di kalangan mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura. *Journal of Innovative and Creativity*, 1461–1471.
- Kemp, S. (2025, November 5). *Digital 2026: Indonesia*. Data Reportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2026-indonesia>
- Khatulistiwa, S. Z. (2026). Mencari validasi dan dukungan emosional: Studi fenomenologi atas respon pengikut akun Instagram @rahasiagadis. *Jurnal Dharmawangsa*, 9(1).
- Lestari, A. P. (2024, June 4). *Kembangkan tiga fitur baru, Instagram Notes kini lebih interaktif*. Teknologi.id. <https://teknologi.id/android/kembangkan-tiga-fitur-baru-instagram-notes-kini-lebih-interaktif>
- Maulana, Z. A. (2024). Kajian komunikasi dalam sudut pandang studi fenomenologi: Literatur review. *Translitera*, 13(2).
- Milatishofa, K. A. (2021). Analisis resepsi khalayak terhadap makna body positivity pada Instagram Tara Basro. *Linimasa: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(2).
- Nasrullah, R. (2017). *Media sosial: Perspektif komunikasi, budaya, dan sosioteknologi*. Kencana.
- Nindito, S. (2005). Fenomenologi Alfred Schutz: Studi tentang konstruksi makna dan realitas dalam ilmu sosial. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 79–94.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Salsabila, S. A. (2025). Komunikasi interpersonal media sosial di era digital: Tantangan dan peluang. *Journal of Educational Research and Development*, 297–301.
- Sari, L. N. (2022). Motif penggunaan filter Instagram di kalangan mahasiswa. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*, 5(2).
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Wita, G. M. (2022). Fenomenologi dalam kajian sosial: Sebuah studi tentang konstruksi makna. *Titian: Jurnal Ilmu Humaniora*, 6(2), 325–338.