

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Tujuan utama penelitian ini adalah mendeskripsikan persepsi kalangan ibu generasi X dan Y daerah JABODETABEK terkait informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Penting dan menarik melakukan penelitian ini dikarenakan dalam kurun waktu lima tahun terakhir terjadi peningkatan kasus kesehatan mental di kalangan remaja Indonesia. Kalangan orang tua khususnya ibu memiliki peran penting terkait pencarian informasi kesehatan mental untuk remaja di media, khususnya media sosial. Oleh karena media sosial dan platform digital menjadi saluran penting bagi mereka dalam mendapatkan informasi dan dukungan terkait kesehatan mental anak remaja. Sehingga secara umum hasil penelitian memberikan gambaran terkait media apa saja yang digunakan dalam mencari informasi kesehatan mental remaja, hal ini meliputi konten informasi dan bentuk informasi yang disajikan oleh media sosial menurut persepsi kalangan ibu dari generasi X dan Y.

Informan dalam penelitian ini secara khusus diambil dari dua generasi, yakni generasi X dan generasi Y. Hal ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran perbedaan persepsi kalangan ibu generasi X (*digital immigrant*) dibandingkan dengan persepsi kalangan ibu generasi Y (*digital native*) terkait dengan pencarian dan penggunaan informasi kesehatan mental remaja selama ini. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara secara langsung pada keenam informan ibu. Wawancara dilakukan antara bulan April-Juni 2025. Dalam penelitian ini, dari 6 orang informan, 3 diantaranya merupakan kalangan generasi X dan selebihnya dari kalangan generasi Y. Adapun usia ibu dari kalangan generasi X antara 45-47 tahun, sementara ibu gen Y antara 35-44 tahun. Secara umum karakteristik informan penelitian ini homogen, terutama bila dikaitkan dengan tingkat pendidikan, pekerjaan maupun SES. Begitu halnya dengan usia anak remaja yang mereka miliki, berkisar antara 10-18 tahun. Hal ini diasumsikan turut

mempengaruhi banyaknya kesamaan persepsi terkait informasi kesehatan mental remaja yang diperoleh baik dari kalangan generasi X maupun Y.

Sejumlah temuan utama penelitian ini antara lain **pertama**, terkait dengan cara ibu dalam menggunakan media sosial sebagai saluran tempat mencari informasi kesehatan mental remaja, terdapat perbedaan antara generasi X dan Y. Kalangan ibu generasi X lebih sering mengaksesnya secara pasif, artinya mereka hanya memperhatikan beranda media sosial tanpa berusaha mencari tahu lebih mendalam terkait konten kesehatan mental remaja ataupun berinteraksi dengan pengelola akun-akun media sosial penyedia informasi tersebut. Berbeda dengan ibu generasi Y yang justru aktif dalam mencari dan memanfaatkan konten yang berisi informasi kesehatan mental remaja. Kalangan ibu generasi Y cenderung tidak hanya mencari tapi juga menyimpan bahkan membagikan konten-konten yang didalamnya berisi informasi kesehatan mental remaja. Alasannya, agar dapat mereka gunakan saat berdiskusi terkait isu kesehatan mental dengan anak remaja mereka.

Kedua, adanya perbedaan persepsi terkait dengan istilah dan ruang lingkup pemahaman kesehatan mental remaja antara ibu generasi X dan generasi Y. Ibu dari kalangan generasi X menganggap kesehatan mental sebagai hal yang terkait dengan istilah medis atau bersifat reaktif memandang situasi apabila ada pemicu atau mendesak, bukan karena kesadaran sejak awal. Menurut mereka kesehatan mental seringkali mereka pahami terkait dengan istilah ADHD, sakit mental depresi, trauma dan sejenisnya. Sementara ibu dari kalangan generasi Y justru menganggap kesehatan mental itu sebagai hal yang terkait dengan kehidupan keseharian atau bersifat reflektif memandang dengan penuh pertimbangan dan mendalam, seperti *healing*, *selfreward* serta tips ringan seputar menjaga psikologis.

Ketiga, keenam informan menggunakan sejumlah platform media sosial dalam mencari informasi terkait kesehatan mental remaja. Dari berbagai platform media sosial yang menyajikan informasi kesehatan mental remaja, berdasarkan penelitian ini, terdapat 4 yang mereka gunakan, yakni Facebook, Instagram, TikTok dan Youtube. Diantara keempatnya, urutan penggunaanya, Instagram, TikTok, Youtube merupakan media sosial yang paling sering mereka gunakan untuk mencari informasi terkait konten kesehatan mental remaja. Alasannya karena ketiga

media tersebut mudah diakses, memiliki visualisasi yang menarik serta memiliki format konten yang mudah dipahami. Disamping itu, Facebook yang selama ini identik dengan kalangan generasi X, dalam penelitian ini ternyata masih digunakan sebagai media untuk mencari informasi terkait kesehatan mental remaja oleh ibu generasi X. Sehingga, terkait dengan jenis media sosial yang digunakan, tidak banyak perbedaan diantara ibu kalangan generasi X dan generasi Y.

Keempat, persepsi kalangan ibu terhadap konten kesehatan mental remaja yang ditampilkan di berbagai media sosial, khususnya di media sosial Instagram, TikTok dan Youtube sesuai dengan media yang digunakan dalam penelitian ini, terdapat pandangan yang berbeda. Sebagian besar kalangan ibu generasi X merasa konten kesehatan mental yang selama ini mereka temui dianggap terlalu sulit dipahami, sehingga berpikir skeptis karena banyak menggunakan istilah yang terkait medis, seperti *brain rot*, *post power syndrome* dan sejenisnya. Disamping itu, seringkali konten kesehatan mental remaja, berisi informasi yang kurang serius, sehingga kurang berfaedah, jauh dari harapan awal mereka. Beda halnya dengan persepsi kalangan ibu generasi Y yang justru merasa konten kesehatan mental remaja selama ini yang ada di media sosial cukup membantu dan bisa sesuai dengan ekspektasi mereka, karena informasi disampaikan dengan cara sederhana sehingga mudah dipahami.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis

Pertama, bila dalam penelitian ini memilih informan penelitian individual, yakni kalangan ibu, maka penelitian berikutnya dapat menggunakan informan pasangan, baik orang tua yang terdiri dari ayah dan ibu, maupun antara ibu/bapak dan anak remaja. Untuk mengetahui persepsi keduanya terkait dengan informasi kesehatan mental remaja di media sosial. Sehingga temuan penelitian dapat lebih bersifat komprehensif karena diperoleh dari pihak-pihak yang terlibat dengan informasi kesehatan mental remaja.

Kedua, kedepannya bisa memilih daerah rural sebagai lokasi penelitian, agar temuan penelitiannya dapat dibandingkan dengan hasil temuan penelitian kali ini yang memilih mengambil wilayah urban. Tentu saja diasumsikan terdapat perbedaan karakteristik daerah urban dan rural dikaitkan dengan penggunaan media sosial sebagai saluran yang digunakan untuk mengakses informasi kesehatan mental remaja.

Ketiga, bila penelitian ini memperkaya penggunaan konsep konsep dalam konteks komunikasi digital, teori *Uses and Gratification* dan konsep karakteristik generasi X dan Y, maka kedepannya dapat dipertimbangkan untuk menggunakan salah satu teori persuasi, yakni model ELM dari Petty Cacioppo untuk mengetahui proses pengolahan informasi kesehatan mental yang diterima dari media sosial di kalangan ibu. Sehingga dapat diketahui bagaimana ibu memproses informasi kesehatan mental yang diterimanya, apakah cenderung melalui rute sentral atau perifer. Termasuk informasi kesehatan mental dalam bentuk seperti apa yang diproses melalui rute sentral maupun perifer.

Keempat, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa empat media sosial yang digunakan kalangan ibu sebagai informan penelitian adalah Instagram, Facebook, TikTok dan Youtube. Penelitian berikutnya dapat memilih media sosial lain untuk dijadikan sebagai saluran informasi terkait kesehatan mental remaja bagi kalangan informan penelitian. Agar dapat diperoleh gambaran komprehensif apa saja media sosial yang digunakan berbagai kalangan untuk mendapatkan informasi kesehatan mental remaja.

Kelima, Temuan dalam penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan studi lebih lanjut mengenai *digital parenting mediation* di kalangan ibu, khususnya dalam konteks isu kesehatan mental remaja. Dengan memperluas fokus ke ranah mediasi digital, penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi bagaimana ibu dari Generasi X dan Y mengatur, mengawasi, dan mendampingi aktivitas digital anak remaja mereka dalam mengakses informasi terkait kesehatan mental. Hal ini penting untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai pola, strategi, serta tantangan yang dihadapi para ibu dalam melakukan parenting mediation, sekaligus memahami bagaimana peran mereka memengaruhi literasi digital dan pemahaman anak terhadap isu-isu psikologis di media sosial.

5.2.2 Saran Praktis

Pertama, menjadi masukan bagi kalangan orang tua dalam mencari informasi terkait kesehatan mental remaja. Temuan penelitian ini menunjukkan Instagram, Facebook, Tiktok dan Youtube sebagai media yang digunakan dalam mencari informasi kesehatan mental remaja. Perbedaan karakteristik jenis media yang digunakan akan mempengaruhi cara penggunaan informasinya. Begitu pula adanya perbedaan karakteristik orang tua berdasarkan usia, akan mempengaruhi cara mereka mengakses serta menggunakan informasi.

Kedua, menjadi masukan pada *media provider* informasi terkait kesehatan mental remaja. Dengan berfokus pada informasi kesehatan mental remaja seperti apa yang digunakan dan dibutuhkan oleh kalangan orang tua maupun *caregiver* remaja. Masukan tersebut berguna untuk pengemasan konten kesehatan mental yang akan ditampilkan masing-masing jenis media sosial. Pengelola akun media sosial yang menyediakan informasi kesehatan mental remaja dapat mempertimbangkan sejumlah masukan yang berasal dari temuan penelitian ini.

